ANALISIS TAREKAT QADIRIYAH WA NAQSYABANDIYAH TERHADAP REGULASI EMOSI SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN ASSALAFI AL-FITHRAH SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Haerati
(B53215045)

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2019

PERNYATAAN OTENTISITAS PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Haerati

Nim : B53215045

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jalan Kesehatan Bajoe, No. 98 Kel. Bajoe, Kec. Taneteriattang Timur, Kab. Bone, Prov. Sulawesi Selatan.

Menyatakan dengan sesungguhnya,

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atau karya orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya. 31 Januari 2019
Yang Menyatakan,

Haerati
NIM: B53215045

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Haerati

Nim : B53215045

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Judul : Analisis Tarekat Qadriyah Wa Naqsyabandiyah Terhadap Regulasi Emosi Santriwati Pondok Pesantren Assalafiyah Al-Fithrah Surabaya.

Skirpsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan

Surabaya, 31 Januari 2019

Telah disetujui oleh

Dosen pembimbing,

Yusria Ningsih, M.Kes
NIP: 197605182007012022

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi Oleh Haerati Ini Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 6 Februari 2019
Mengesahkan,
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Ampel Surabaya

Dekan,

Dr. H. Abd. Halim, M.Ag
NIP. 19630725 1991031003

Penguji I,

Yusria Ningsih, S.Ag., M.Kes
NIP. 19760518 2007012022

Penguji II,

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd
NIP. 19731121 2005011002

Penguji III,

Dr. H. Rudy Al- Hana, M.Ag
NIP. 19680309 1991031001

Penguji IV,

Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si
NIP. 19590205 1986032004

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : HAERATI
NIM : B53215045
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BKI
E-mail address : Haerati 29 @gmail - com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
ANALISIS TAREKAT QADIRIYAH WA NAQSYABANDIYAH TERHADAP REGULASI EMOSI SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN ASSALAFI AL-FITHRAH SURABAYA

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 19 Februari 2019

Penulis

(HAERATI)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Haerati(B53215045) : Analisis Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah terhadap Regulasi Emosi Santriwati Pondok Pesantren Assalafi Al Fithrah Surabaya.

Fokus penelitian pada penelitian ini adalah bagaimana tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah berpengaruh terhadap regulasi emosi santriwati Pondok pesantren Al-fithrah Surabaya.

Untuk menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus yang kemudian di analisis dengan menggunakan deskriptif kualitatif. Sedangkan dalam mengumpulkan data melalui wawancara, observasi dan juga ceklis.

Setelah data terkumpul kemudian dianalisis untuk mengetahui amalan tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah berpengaruh terhadap regulasi emosi santriwati Pondok Pesantren Assalafi Al- Fithrah Surabaya.

Dalam proses konseli (17 tahun) mengamalkan tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah selama kurang lebih enam bulan dilakukan dengan tekun dan sungguh-sungguh. Konseli taat dan disiplin dalam pembacaan dan pelaksanaan amalan, meresapi dengan benar-benar dan melaksanakan dengan benar-benar.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa santriwati yang melakukan amalan tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah dengan sungguh-sungguh tanpa keterpaksaan, didukung oleh karakter dan lingkungan rumah yang baik serta mengikuti tahap Tarekat dengan sebenar-benarnya akan berdampak baik pada regulasi emosi.

Kata kunci: Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah, Regulasi Emosi

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

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN OTENTISITA.....ii

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....iii

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJ.....iv

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....v

ABSTRAK.....vi

DAFTAR ISI vii

DAFTAR TABEL.....ix

BAB I1: PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 4

C. Tujuan Penelitian 4

D. Manfaat Penelitian 4

E. Defenisi Konsep 5

F. Metode Penelitian..... 8

G. Sistematika Pembahasan 14

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA..... 16

A. KAJIAN TEORITIK 16

1. Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah..... 16

2. Regulasi Emosi 50

B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan 60

BAB III: PENYAJIAN DATA 62

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian..... 62

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

1. Lokasi Penelitian 62

2. Deskripsi Konseli 66

B. Deskripsi Hasi Penelitian 69

BAB IV: ANALISIS DATA 76

BAB V: PENUUTUP 83

A. Kesimpulan 83

B. Saran 84

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

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

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 : Penyajian Data Hasil Ceklis Regulasi Emosi Santriwati

Tabel 3.2 : Analisis Keberhasilan Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah terhadap regulasi emosi klien.

Tabel 3.3 : bentuk perubahan emosi konseli

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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tasawuf adalah kemiskinan kepada Allah, miskin kepada-Nya berarti mengakui adanya kebutuhan kepada-Nya. Semakin dalam dan semakin baik pengakuan ini, maka akan semakin terbuka jalan menuju sang kekasih.[1] Adapun jalan menuju sang kekasih disebut Tarekat.

Saat ini kita berada di zaman yang biasa kita sebut era Y atau era setelah generasi X yakni era milenial. Dengan kecanggihan teknologi yang sudah mejadi unsur pokok dalam kehidupan kita sebagai manusia. Hingga mampu mempengaruhi segala aspek kehidupan.

Mulai dari aspek ekonomi, politik, sosial, budaya, agama serta aspek pendidikan. Kendati demikian di aspek pendidikan keberadaan pondok pesantren di Indonesia terbilang tidak secara penuh disentuh oleh teknologi berkemajuan. Misalnya saja yang tersentuh fasilitas pembelajaran ataupun media pembelajaran. ada beberapa pondok pesantren yang masih memegang erat tradisi yang dulu, sebagai kekhasan bagi pondok pesantren tersebut.

Di pondok pesantren yang kental dengan tasawufnya, dalam proses pembelajaran termasuk dalam pendidikan diniyah. Seperti kita ketahui bahwa konsep pendidikan diniyah yang kini diformalkan atau dengan sebutan Pendidikan Diniyah Formal (PDF) oleh Kementerian Agama sebagai wujud apresiasi di bidang pendidikan adalah 75% pelajaran agama dan 25%

[1]William C. Chittick. *Tasawuf di Mata Kaum Sufi*. Bandung: Mizan, 2002. Hal 129.

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

pelajaran umum, ini merupakan kebalikan dari sistem di Madrasah pada umumnya.

Salah satu pondok berbasis PDF di surabaya adalah Pondok Pesantren Assalafi Al Fithrah yang terletak di Jalan Kedinding Lor, no.99 Surabaya. Sesuai namanya, pondok ini memang pondok salaf, memegang erat tradisi masa lalu serta mengamalkan tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah. Dengan demikian pola ibadah sesuai dengan amalan tarekat tersebut.

Penerapan amalan merupakan wujud pengharapan perbaikan akhlak bagi santri-santriwati dan seluruh elemen di dalamnya. Dari usia anak-anak hingga dewasa. Usia remaja adalah usia dimana terbilang labil dengan dipengaruhi oleh emosi dan sikap yang labil pula. Santri pada usia sekolah tentunya tergolong remaja.

Masa remaja merupakan satu periode perkembangan manusia yang ditandai oleh pertumbuhan fisik dan pengembangan kepribadian, kebutuhan untuk pencapaian kedewasaan, kemandirian serta adaptasi antara peran dan fungsi dalam kebudayaan dimana ia berada. Masa remaja adalah masa penuh dengan *stress* dan penuh dengan rasa penasaran. Salah satu kebutuhan remaja yang tak kalah penting juga adalah kemampuan mengelola emosi.

Pada usia remaja banyak perilaku menyimpang dilakukan oleh remaja tidak hanya disebabkan oleh ketidakmampuan mengontrol diri tetapi juga karena adanya tekanan. Oleh karena itu perlu adanya pengasahan kemampuan mengelola emosi agar seseorang dapat terhindar dari konflik yang beragam dan kompleks. Kemampuan mengelola emosi juga disebut regulasi emosi.

Hurlock berpendapat bahwa di usia tersebut, remaja cenderung memiliki emosi yang bergejolak. Di usia remaja, kemampuan untuk mengelola emosi belum berkembang secara matang.[2] Hal ini membuat remaja cemderung untuk mengikuti emosinya dalam

[2] Elizabeth B. Hurlock , *Psikologi Perkembangan*. (Jakarta: Erlangga. tth) 207.

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

berbagai tindakan. Santrock juga menambahkan, seiring dengan masa-masa gejolak ini remaja juga akan mengalami peningkatan kemampuan kognitif dan kesadaran yang dapat mempersiapkan mereka untuk mengatasi stres dan fluktuasi emosional secara lebih efektif.[3]

Penelitian yang dilakukan oleh Wulan Kurniasih, menghasilkan satu perspektif bahwa kemampuan regulasi emosi membuat remaja mampu menerima dan menghargai diri sendiri. Remaja cenderung menciptakan s positif dari kesulitan yang dihadapinya serta menerima situasi tersebut. Sehingga remaja tidak menyalahkan diri sendiri ketika terjadi sesuatu yang tidak diinginkan.[4]

Regulasi emosi adalah suatu kemampuan menyikapi dan mengambil sebuah langkah dalam berperilaku. Hal ini dialami oleh klien klien berusia 17 tahun, dimana Gross menyatakan bahwa seorang remaja mulai memiliki kemampuan meregulasi emosi pada usia 15 tahun. Bahwa klien ini telah berada pada fase dimana klien mulai mampu meregulasi emosi dan konseli berada pada Pondok Pesanten Assalafi Al fithrah, dimana ia mengamalkan tarekat yang diyakini mampu menjadikan jalan memperbaiki akhlak yang mengamalkannya.

Dengan demikian, peniliti tertarik melihat lebih dekat eksistensi tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah dengan judul *Analisis Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah terhadap Regulasi Emosi Santriwati di Pondok Pesantren Assalafi Al-fithrah Surabaya.* Di era milenial ini bahwasannya menjadikan santriwati (remaja) mampu mengelola emosinya dengan baik.

Faktanya, setiap santriwati dengan pola pemikiran yang terbilang belum matang akankah mampu bersinergi dengan regulasi emosinya sendiri melalui kekhusyukannya dalam mengamalkan Tarekat *Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah*. Akankah santriwati yang

[3] J W. Santrock. *Remaja*(Jakarta:erlangga, 2007). Hal 202.

[4] Wulan Kurniasih, "Regulasi Emosi Remaja yang Memiliki Pola Asuh Otoriter," Naskah Publikasi Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta 2013, hal. 6-7.

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

benar-benar mengikuti dan melaksanakan amalan tarekat dengan baik mempeangaruhi regulasi emosinya. Ketika santriwati khusyuk dalam mengamalkan, maka seluruh hatinya terpaut dengan Allah, sehingga ketika akan marah saja, ia akan berfikir lagi untuk meredamnya. Maka tarekat di sini berperan untuk melihat dampaknya tehadap meregulasi emosi.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian adalah "Bagaimana Analisis tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah terhadap regulasi emosi santriwati di Pondok Pesantren Assalafi Al-Fithrah Surabaya?.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah berusaha menganalisis tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah terhadap regulasi emosi santriwati di Pondok Pesantren Assalafi Al-Fithrah Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada:

   a) Kampus tercinta Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, terkhusus pada program studi Strata 1 (S-1) Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

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

Hasil penelitian ini selain dapat bermanfaat sebagai bentuk pengembangan *hasanah* keilmuan jurusan, juga dapat berguna sebagai sumber kajian bagi para mahasiswa yang hendak mengetahui, menelaah dan meneliti kembali b a i k dalam konteks yang sama ataupun berbeda.

b) Pribadi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi wawasan, pengetahuan dan pengalaman konkrit bagi diri pribadi peneliti. Sebagai konselor dan psikoterapis Islam.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat berguna sebagai rujukan dan pedoman aplikatif bagi para konselor atau terapis dalam upaya meningkatkan regulasi emosi konseli. Serta menjadi acuan bagi pondok pesantren lainnya tentang urgensi tarekat terhadap perkembangan regulasi emosi santri maupun santriwati di usia remaja.

E. Defenisi Konsep

1. Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah

Menurut Kharisuddin Aqib, tarekat adalah suatu metode atau cara yang ditempuh seorang *salik* (orang yang meniti kehidupan sufistik) dalam rangka meningkatkan diri atau jiwanya sehingga dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT. Metode yang digunakan oleh seorang sufi besar dan kemudian diikuti oleh murid-muridnya, sebagaimana halnya *madzhab- madzhab* dalam bidang *fiqih* dan *firqoh-firqoh* dalam bidang ilmu kalam (aqidah). Pada perkembangan berikutnya membentuk suatu jam'iyyah (organisasi) yang disebut dengan tarekat.[5]

Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah merupakan gabungan nama dari dua nama terdekat, yang didirikan oleh seorang sufi dari Indonesia yang bernama Al-

[5] Kharisuddin Aqib, Al-Hikmah Memahami Teosofi Tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah. Surabaya: Dunia Ilmu, 2000), hal 1.

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

Syaikh Ahmad Khatib Sambas, beliau belajar dan memperdalam ilmu agama (syariat Islam) serta ilmu tarekat pada guru-gurunya di Makkah pada sekitar pertengahan abad ke-19. Setelah bekal dan ilmu serta wasiat dari gurunya sudah cukup, beliau mendapat petunjuk dan firasat untuk memadukan dua macam tarekat yang telah ia yakini tersebut. Kedua tarekat ini adalah tarekat Qadiriyah yang didirikan oleh Al-Syaikh Abdul Qadir Al- Jilany seorang alim sufi dan zahid yang wafat pada th. 561 H/1166 M, dan tarekat Naqsabandiyah yang didirikan oleh Syaikh Muhammad Baha'uddin Al-Waisy Al-Bukhory (717-791 H).[6]

Syaikh Naquib al-Attas mengatakan bahwa TQN tampil sebagai sebuah tarekat gabungan karena Syaikh Sambas adalah seorang syaikh dari kedua tarekat dan dalam satu versi yaitu mengajarkan dua jenis zikir sekaligus yaitu zikir yang dibaca keras *(jahar)* dalam Tarekat Qadiriyah dan zikir yang dilakukan di dalam hati *(khafi)* dalam Tarekat Naqsyabandiyah.[7]

Adapun secara spesifik amalan-amalan yang diterapkan santri-santriwati meliputi:

a. Salat Subuh:
   1) *Qobliyah:* salat Sunnah 2 rakaat
   2) *Ba'diyah*: wirid, zikir, tahlil, hingga matahari terbit dilanjut dengan mengaji Al-quran, hingga menunjukkan waktu salat dhuha, kemudia salat berjamaah 6 rakaat, 3 salam, terdiri dari 2 rakaat salat isyroq, 2 rakaat salat dhuha, dan 2 rakaat salat isti'adah
b. Salat Zuhur
   1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat
   2) *Ba'diyah*: wirid dan zikir dan salat sunnah 2 rakaat

[6] Martin Van Bruinessen, *Tarekat Naqsyabandiyah di Indonesia*, hal. 89
[7] Samsul Munir Amin. *Ilmu Tasawuf* (Jakarta: Amzah,2012) hal. 363.

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

c. Salat Asar

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat

2) *Ba'diyah*: wirid dan zikir

d. Salat Maghrib

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat

2) *Ba'diyah*: wirid,zikir, salat sunnah *ba'diyah* 2 rakaat, salat sunnah *li as-subut al-iman*, salat sunnah, bacaan *saaltuka Ya Ghaffar*, baca burdah,

3) Setap malam ahad, pembacaan *manaqib*

e. Salat Isya

1) *Qobliyah*: membaca *nadzoman Aqidat Al-awwam*, salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat, khusus di malam jumat: Istighosah, Yasin dan Tahlil

2) *Ba'diyah*: wirid, zikir, salat sunnah *ba'diyah* 2 rakaat, salat *li qodoi al-hajat* 2 rakaat, khusus di malam jumat: Maulid Ar-Rasul.

Adapun di malam jumat, diadakan salat tasbih berjamaah, setiap dua kamar bergiliran, dan malam ahad semua santri salat tahajjud.

2. Regulasi Emosi

Menurut Gross, regulasi emosi adalah proses yang dilakukan individu untuk mempengaruhi emosi yang mereka miliki, ketika mereka memilikinya, dan bagaimana mereka mengalami dan mengungkapkan emosi tersebut.[8]

Menurut Kevin N. Ochsner dan James J. Gross, regulasi emosi melibatkan inisiasi baru, atau perubahan respon emosional yang sedang berlangsung melalui tindakan pengontrolan. Tindakan ini memeriksa proses yang

[8]James J. Gross, *The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review* Journal: *Review of General Psychology* 1998, Vol 2, No. 3, hal. 275.

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

digunakan individu untuk mempengaruhi emosi yang mereka hasilkan, kapan mereka melakukannya, dan bagaimana emosi ini muncul dan diungkapkan.[9]

Thompson berpendapat bahwa regulasi emosi sebagai proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi, terutama emosi mereka yang intensif dan sementara waktu yang menonjol, untuk mencapai suatu tujuan.[10]

Menurut F.J. Monks pada rentang usia 15-18 tahun. Dimana usia ini oleh Santrock ditandai dengan mulai berkembangnya kemampuan remaja untuk meregulasi emosinya.

Dalam penelitian ini, regulasi emosi yakni bagaimana seorang santriwati wustha yang masih dalam kategori remaja mampu mengelola perasaan bahagia, senang, ceria, sedih, marah, kecewa, atau yang dapat melahirkan tindakan tidak etis, misal berkelahi dengan temannya, melawan gurunya, bahkan tidak mau bersekolah lagi.

F. Metode Penelitian

Metode berasal dari bahasa Yunani *Methodos* yang berarti cara atau jalan yang ditempuh, sehubungan dengan upaya ilmiah, maka metode menyangkut masalah cara kerja untuk dapat memahami objek yang menjadi sasaran ilmu yang bersangkutan.[11] Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.[12]

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

[9]Kevin N. Ochsner, dkk. *The Cognitive Control of Emotion*, Journal of Trends in Cognitive Sciences, Vol. 9 No. 5 May 2005, hal. 1-2

[10] Ross A. Thompson, *Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. Monographs of the Society for Research in Child Development*, Vol. 59 No.2/3, Hal. 27-28

[11]http://id.m.wikipedia.org>mwiki.metode. Diakses 19 oktober 2018.

[12]Ertambang Nahartyo, dkk., *Panduan Praktis Riset Eksperimen*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), hal 12.

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

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Dalam hal ini, peneliti akan melakukan studi deskriptif kualitatif terhadap suatu fenomena dalam sebuah instansi atau lembaga, yakni Pondok Pesantren Assalafi Al-Fitrah. Data yang dikumpulkan adalah berupa kata-kata, gambar dan bukan angka-angka. Hal itu disebabkan oleh adanya penerapan metode kualitatif. Selain itu, semua yang dikumpulkan berkemungkinan menjadi kunci terhadap apa yang sudah diteliti.[13]

Dengan demikian, laporan penelitian akan berisi kutipan-kutipan data untuk memberi gambaran penyajian laporan tersebut. Data tersebut berasal dari naskah wawancara, cacatan lapangan, foto, videio tape, dokumen pribadi, cacatan atau memo dan dokumen resmi lainnya. Pada penulisan laporan demikian, peneliti menganalisis data yang sangat kaya tersebut dan sejauh mungkin dalam bentuk aslinya. Hal ini hendaknya dilakukan seperti orang merajut sehingga setiap bagian ditelaah satu demi satu. Pertanyaan dengan kata tanya mengapa, alasan apa dan bagaimana terjadinya akan senantiasa dimanfaatkan oleh peneliti. Dengan demikian, peneliti tidak akan memandang bahwa sesuatu itu sudah memang demikian keadaanya.[14]

Penelitian kualitatif bertujuan untuk menjelaskan fenomena dengan sedalam-dalamnya melalui pengumpulan data. Data-data dalam penelitian yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi selama penelitian nantinya akan dikumpulkan dan diolah sedemikian rupa untuk dianalisa sesuai dengan maksud penelitian. Kemudian hasil dari analisa tersebut akan dideskripsikan secara struktur

[13]Lexy J.Melong. *Metode Penelitian*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016. Hal.11
[14]Lexy J.Melong. *Metode Penelitian.*

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

kualitatif untuk menarik kesimpulan.[15] Dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Sasaran pada penelitian ini adalah santriwati di Pondok Pesantren Assalafi Al-fithrah Surabaya. Lokasi penelitian merupakan tempat di mana penelitian berlangsung guna mengumpulkan data penelitian. Lokasi peneliitian adalah lokasi Praktik Pengalaman Lapangan peneliti yakni di Pondok Pesantren Assalafi Al fithrah Surabaya.

Pondok pesantren Assalafi al-fithrah Surabaya merupakan salah satu pondok salaf terbesar di Kota Metropolitan, Surabaya dan memegang erat amalan Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah, sehingga menjadi menarik untuk diteliti.

3. Jenis dan Sumber Data

a. Jenis Data

1) Jenis Data Primer

Pada data yang langsung diperoleh dari sumber data pertama di lokasi penelitian atau objek penelitian. Hal ini untuk mendapatkan informasi mengenai latar belakang dan masalah santriwati, perilaku santriwati, dampak yang dialami santriwati, pelaksanaan proses Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah, serta pengaruhnya didapatkan oleh santriwati terhadap regulasi emosinya.

2) Jenis Data Sekunder

Data yang diperoleh dari sumber kedua atau sumber sekunder dari data yang kita butuhkan. Hal ini untuk mendapatkan informasi tentang

[15]Rachmat Kriyantono, *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana, 2006. 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

gambaran lokasi penelitian, keadaan lingkungan santriwati, riwayat pendidikan dan perilaku sehari-hari santriwati

b. Sumber Data

1) Sumber Data Primer

Data yang akan digalih bersumber langsung dari santriwati dan lingkungannya yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan pemberian ceklis.

2) Sumber Data Sekunder

Data yang akan digali berasal dari sumber bacaan dan berbagai macam sumber lainnya yang terdiri dari data-data yang sudah tersedia dan diperoleh peneliti dengan membaca, melihat atau mendengarkan.

4. Tahap-Tahap Penelitian

Dalam penelitian kualitatif terdapat tiga tahapan yaitu, tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan, dan tahap analisis data

a. Tahap pra lapangan

Tahap pra lapangan adalah tahap dimana seorang peneliti melakukan penjajakan terlebih dahulu di lapangan. Pada tahap ini, seorang peneliti melakukan:

1) Menyusun rancangan penelitian. Untuk menyusun rancangan penelitian, peneliti terlebih dahulu membaca lingkungan atau fenomena yang ada di lapangan. Menyusun rancangan penelitian juga bisa dikatakan membuat susunan rencana penelitian sebelum terjun langsung ke lapangan.

2) Memilih lapangan penelitian. Setelah mengetahui fenomena yang terjadi di lapangan, maka peneliti mengambil tempat atau sasaran yang akan dijadikan subjek Penelitian adalah santriwati

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

3) Menyiapkan perlengkapan penelitian. Pada kegiatan ini peneliti mempersiapkan perlengkapan penelitian tidak hanya fisik tetapi juga mempersiapkan alat tulis menulis dan juga buku panduan regulasi emosi.

4) Persoalan Etika Penelitian. Etika juga harus diperhatikan, dalam hal ini bukan hanya peneliti yang memahami soal etika akan tetapi konseli juga harus memahami persoalan etika. Oleh sebab itu dipertemuan awal, peneliti harus menjelaskan kepada konseli tujuan melakukan penelitian tersebut. Selain itu pada pertemuan awal, peneliti harus membuat kesepakatan terhadap konseli, seperti menyusun jadwal penelitian yang mencangkup waktu dan tempat penelitian dilakukan.

b. Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada tahap ini peneliti sudah terjun ke lapangan, dimana peneliti memulai untuk melakukan pendekatan dengan konseli dan juga orang disekitar konseli. Selain itu peneliti juga memulai untuk mencari informasi mengenai konseli. Hal ini dapat dilakukan dengan wawancara dan observasi.

c. Tahap Analisis Data

Pada tahap ini peneliti menganalisa data yang telah diambil di lapangan yakni menggambarkan ataupun menguraikan kasus yang telah didapat.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi

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

standar data yang ditetapkan.[16] Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan penelitian ini adalah:

a. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan ini dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewer) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.[17]

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara langsung kepada konseli. Dalam wawancara tersebut akan diketahui mengenai emosi santriwati sebelum dan sesudah mengamalkan Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah. Adapun yang harus dipersiapkan oleh peneliti ketika melakukan wawancara adalah alat tulis menulis dan perekam suara, agar peneliti bisa mengingat apa yang disampaikan konseli.

b. Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengadakan pengamatan langsung terhadap suatu objek dalam suatu periode tertentu dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal tertentu yang diamati.[18] Observasi juga bisa disebut sebagai pengamatan. Dalam hal ini peneliti melakukan pengamatan secara langsung mengenai perilaku konseli.

c. Ceklis

Ceklis adalah salah satu alat observasi yang ditujukan untuk memperoleh data berbentuk daftar berisi faktor-faktor berikut subjek yang ingin diamati oleh

[16]Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan kuantitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta, 2015. cet-22, Hal. 308

[17]Lexy J. Moleong. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Hal. 198.

[18]Susilo Rahadjo dan Gudnanto. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Jakarta: Kencana, 2013. Hal. 43

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

observer. Setiap kriteria dalam ceklis berdasarkan indikator Grounded teori yang dijadikan acuan oleh observer.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, catatan lapangan. Analisis data kualitatif bersifat induktif yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya dikembangkan pola hubungan tertentu atau menjadi hipotesis.[19] Teknik analisis data pada penelitian kualitatif berlangsung selama proses pengumpulan data atau selama proses konseling berlangsung.

Di dalam pelaksanaan penelitian, peneliti akan menganalisis data dengan cara analisis deskriptif yaitu mendeskripsikan data teori dengan data yang ada di lapangan serta mendeskripsikan hasil sebelum dan sesudah proses tarekat yang dilakukan. Adapun data yang akan dianalisis adalah:

a. Menjabarkan tentang kondisi regulasi emosi santriwati sebelum mengamalkan tarekat Qadiriyah wa Naqsabandiyah.
b. Menjabarkan tentang kondisi regulasi emosi konseli setelah mengenal dan mengamalkan tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah.

G. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini disusun berdasarkan sistematika pembahasan sebagai berikut:

Bab Pertama : Pendahuluan; bab ini berisi latar belakang mengapa penelitian ini diangkat, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, , metode penelitian (meliputi pendekatan dan jenis penelitian, saaran dan lokasi penelitian, jenis-jenis sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data), serta sistematika pembahasan.

[19]Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D (Bandung: Alfabeta, 2015) cet-22, hal 334

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

Bab Kedua : Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah dan Regulasi Emosi; bab ini berisi kajian teoritik yaitu tinjauan tentang Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah (meliputi konsep tarekat, amalan-amalan tarekat), dan tinjauan tentang regulasi emosi (meliputi pengertian emosi, macam-macam emosi, manfaat emosi, proses terjadinya emosi, pengertian regulasi emosi, proses regulasi emosi, strategi regulasi emosi, dan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi). Dan Penelitian terdahulu yang relevan.

Bab Ketiga: Penyajian Data; bab ini berisi tentang persiapan penelitian (meliputi gambaran umum lokasi dan subjek penelitian, pelaksanaan pra penelitian (meliputi pelaksanaan observasi dan kategori tingkat regulasi emosi), serta pelaksanaan penelitian (meliputi pelaksanaan pengambilan data, penentuan subjek penelitian, pelaksanaan penelitian). Bab ini juga membahas tentang pengujian hipotesis penelitian.

Bab Keempat : Analisis Data; bab ini membahas tentang deskripsi hasil penelitian dan analisis pengujian hipotesis. Pada deskripsi hasil penelitian membahas tentang hasil dari penggalian data melalui survei. Kemudian pada analisis pengujian hipotesis membahas uji prasyarat analisis (terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas), uji hipotesis, dan persebaran kenaikan pengukuran setiap aspek regulasi emosi.

Bab Kelima : Penutup; bab ini berisi kesimpulan dari rangkaian proses penelitian sekaligus menjawab rumusan masalah dan saran hasil penelitian guna pengembangan dan pemanfaatan hasil penelitian yang lebih maksimal.

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

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. KAJIAN TEORITIK

1. Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah

a. Pengertian Tarekat

Menurut Kharisuddin Aqib dalam bukunya, tarekat adalah suatu metode atau cara yang ditempuh seorang salik (orang yang meniti `kehidupan sufistik) dalam rangka meningkatkan diri atau jiwanya sehingga dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT. Metode yang digunakan oleh seorang sufi besar dan kemudian diikuti oleh murid-muridnya, sebagaimana halnya madzhab-madzhab dalam bidang fiqih dan firqoh-firqoh dalam bidang ilmu kalam (aqidah). Pada perkembangan berikutnya membentuk suatu jam'iyyah (organisasi) yang disebut dengan tarekat.[20]

Sedangkan Martin Van Bruinessen mendefinisikan tarekat adalah (secara harfiah berarti "jalan") mengacu baik kepada sistem latihan atau meditasi maupun amalan (muraqabah, zikir, wirid dan sebagainya) yang dihubungkan dengan sederet guru sufi, dan organisasi yang tumbuh di seputar metode sufi yang khas ini.

Pada masa permulaan, setiap guru sufi dikelilingi oleh lingkaran murid mereka, dan beberapa murid ini kelak akan

[20]Kharisuddin Aqib. Al –hikmah Memahami Teosofi Tarekat Qadiriyah Wa Naqsabandiyah(Surabaya: Dunia Ilmu, 2000) hal 1.

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

menjadi guru pula. Boleh dikatakan, tarekat itu mensistemati ajaran metode-metode. Kharisuddin Aqib, Al-Hikmah Memahami Teosofi Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah. Guru-guru tarekat yang sama semuanya kurang lebih mengajarkan metode yang sama, zikir yang sama dan dapat pula muraqabah yang sama.

Seorang pengikut tarekat akan beroleh kemajuan dengan melalui sederetan ijazah berdasarkan tingkatnya, yang diakui oleh semua pengikut tarekat yang sama, dari pengikut biasa (mansub) hingga murid selanjutnya hingga pembantu syaikh atau khalifahnya dan akhirnya hingga menjadi guru yang mandiri (mursyid).[21]

As-Syaikh Muhammad Amin Al-Kurdy menjelaskan pengertian tarekat sebagaimana berikut: "Tarekat adalah pengamalan syari'at, melaksanakan ibadah (dengan rukun) dan menjauhkan diri dari sikap mempermudah ibadah, yang sebenarnya memang tidak boleh dipermudah".[22]

Prof. Dr. H. Abu Bakar Aceh mendefinisikan pengertian tarekat adalah jalan, petunjuk dalam melakukan ibadah sesuai dengan ajaran yang ditentukan dan dicontohkan oleh Nabi SAW dan dikerjakan oleh sahabat dan tabi'in turun-temurun sampai kepada guru-guru, sambung-menyambung dan rantai- merantai.[23]

---

[21] Martin Van Bruinessen. TarekatI Naqsabandiyah di Indonesia(Bandung: Mizan. 1992) hal 15.

[22] Mahjuddin, kuliah Akhlak Tsawuf.(Jakarta: Kalam Mulia, 1991), hal 109.

[23] Abu Bakar Aceh. *Pengantar Ilmu Tarekat.*(CV. Ramadani, 1936) hal 67.

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

Menurut L. Massignon, yang pernah mengadakan penelitian terhadap kehidupan tasawuf di beberapa negara Islam, dari situ ia menarik suatu kesimpulan bahwa istilah tarekat mempunyai dua macam pengertian:

1) Tarekat yang diartikan sebagai pendidik an kerohanian yang sering dilakukan orang-orang yang menempuh kehidupan tasawuf untuk mencapai tingkatan kerohanian yang disebut "al-maqaamaat" dan "alahwal".
2) Tarekat yang diartikan sebagai perkumpulan yang didirikan menurut aturan yang dibuat oleh seorang syeikh yang menganut suatu aliran tarekat tertentu. Maka dalam perkumpulan itulah seorang syaikh mengajarkan aliran tarekat yang dianutnya, lalu diamalkan bersama dengan murid-muridnya.[24]

b. Pengertian Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah

Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah merupakan gabungan nama dari dua nama terdekat, yang didirikan oleh seorang sufi dari Indonesia yang bernama Al-Syaikh Ahmad Khatib Sambas, beliau belajar dan memperdalam ilmu agama (syari'at Islam) serta ilmu tarekat pada guru-gurunya di Makkah pada sekitar pertengahan abad ke-19.

[24] Mahjuddin, kuliah Akhlak Tasawuf.(Jakarta: Kalam Mulia, 1991), hal 110-111.

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

Setelah bekal dan ilmu serta wasiat dari gurunya sudah cukup, beliau mendapat petunjuk dan firasat untuk memadukan dua macam tarekat yang telah ia yakini tersebut. Kedua tarekat itu adalah tarekat Qodiriyah yang didirikan oleh Al-Syaikh Abdul Qadir Al- Jilany seorang alim sufi dan zahid yang wafat pada th. 561 H/1166 M, dan tarekat Naqsabandiyah yang didirikan oleh Syaikh Muhammad Baha'uddin Al-Waisy Al-Bukhory (717-791 H).[25]

Syaikh Naquib al-Attas mengatakan bahwa TQN tampil sebagai sebuah tarekat gabungan karena Syaikh Sambas adalah seorang syaikh dari kedua tarekat dan dalam satu versi yaitu mengajarkan dua jenis dzikir sekaligus yaitu dzikir yang dibaca keras (jahar) dalam Tarekat Qadiriyah dan zikir yang dilakukan didalam hati (khafi) dalam Tarekat Naqshabandiyah.[26]

c. Sejarah dan Silsilah Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah di Indonesia

Seperti yang telah diterangkan di atas bahwa tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah ini didirikan oleh Syeikh Ahmad Khotib Sambas, dengan menggabungkan dua tarekat yang berbeda, lalu pada perkembangannya beliau mengajarkan Tarekat

[25] Martin Van Bruinessen. *Tarekat Naqsabandiyah di Indonesia*(Bandung: Mizan. 1992) hal 89.

[26] Samsul Munir Amin. *Ilmu Tasawuf* (Jakarta. Amzah.2012) hal 363.

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

Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah pada murid- muridnya yang berasal dari Indonesia.

Syekh Khatib Sambas mempunyai banyak murid, yang di antaranya adalah murid-murid dari Indonesia. Martin Van Bruinessen dalam bukunya "Tarekat Naqsabandiyah di Indonesia", menjelaskan:

"Setelah wafatnya Asy Syekh Ahmad Khatib Sambas, hanya ada seorang dari muridnya yang diakui sebagai pemimpin utama tarekat ini. Dia adalah Syekh Abdul Karim dari Banten, yang mana hampir sepanjang hidupnya, ia bermukim di Makkah. Selain beliau dua kholifah yang lain yang berpengaruh adalah Syekh Tholhah di Cirebon dan Ahmad Hasbullah ibn Muhammad (orang Madura yang juga menetap di Makkah).[27]

Karena itu semua cabang tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah yang tergolong di masa kini mempunyai hubungan keguruan dengan seorang atau dari ketiga kholifah di atas. Di samping ketiga kholifah di atas ada lagi beberapa kholifah yang terkenal yaitu; Muhammad Ismail Ibn Abdur Rahim dari Bali, Syekh Yasindari Malaya, Syekh Ahmad dari Lampung, Syekh Ma'ruf Ibn Abdillah Khotib dari Palembang, dan Syekh Abdul Karim yang dapat membawa tarekat ini menjadi luar biasa populernya.

[27] Martin Van Bruinessen. TarekatI Naqsabandiyah di Indonesia(Bandung: Mizan. 1992)hal 92.

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

Di penghujung tahun 1970 M, Pondok Pesantren Rejoso Darul Ulum Jombang merupakan pusat tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah di Jawa Timur dengan pengaruh yang tersebar luas sampai ke pulau Madura. Pendiri Pesantren ini adalah K.H. Tamim asal Jombang. Masuknya tarekat ini diperkenalkan oleh menantu laki-lakinya yang bernama K.H. Kholil dari Madura yang telah mendapatkan ijazah dari gurunya yang bernama Syekh Ahmad Hasbullah dari Makkah. Sebelum K.H. Kholil wafat jubah kepemimpinannya diberikan kepada putra K.H. Tamim, yaitu K.H. Ramli. Kemudian jubah kepemimpinan diturunkan kepda muridnya yang bernama K.H. Utsman Al-Ishaqy.[28]

Di antara khalifah KH. Ramli Tamim yang paling utama adalah KH. Utsman Al-Ishaki. Ia tinggal di Surabaya dan membuat Pondok Pesantren Jatipurwo di Sawah Pulo Surabaya. KH. Utsman menggantikan posisi kemursyidan KH.Ramli Tamim bersama-sama anak KH. Ramli sendiri yaitu KH. Musta'in Ramli, pada masa kepemimpinan KH. Mustain Ramli terjadi goncangan dalam tubuh tarekat di Jawa Timur.

Padahal pada saat itu tarekat itu sudah sangat besar dan sedang berkembang dengan pesatnya. Goncangan itu terjadi

[28] Martin Van Bruinessen. TarekatI Naqsabandiyah di Indonesia(Bandung: Mizan. 1992) hal 96.

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

karena KH. Mustain Ramli menyeberang dan mengarahkan umatnya untuk berafialiasi ke Golkar pada pemilu 1977.[29]

KH. Utsman Al Ishaqi adalah salah satu murid kesayangan KH. Romli Tamimy (ayah KH. Mustain) Rejoso Jombang, Jawa Timur beliau di baiat sebagai mursyid bersama Kiai Makki (sekitar tahun 1977) beliau mengadakan kegiatan sendiri dikediamanya jalan Jati Purwo gang 7 Kecamatan Semampir Surabaya dan Pengikut atau jama'ah Tarekat aWa Naqsyabandiyah Al Utsmaniyah yang di pimpin oleh KH. Utsman Al Ishaqi ini berkembang pesat dan sangat banyak.[30]

Tarekat Naqsyabandiyah di Indonesia "Peranan KH. Achmad Asrori Al Ishaqi dalam Pendirian dan Perkembangan Tarekat Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah Al Utsmaniyah di Desa Domas Kecamatan Menganti Gresik tahun 1988-2000." Di bawah kepemimpinan KH. Utsman Al-Ishaqy, tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah sangat berkembang pesat.

Di antaranya adalah daerah Gresik, Sidoarjo, Lamongan dan daerah-daerah lain sekitar kota Surabaya. Dan dalam masa kepemimpinan putranya KH.Ahmad Asrory Al-Ishaqy perkembangan tarekat tersebut bertambah luas sekali sampai

[29] Kharisuddin Aqib. Al-hikmah memahami Teosofi Tarekat Qodiriyah Wa Naqsabandiyah hal 59.

[30] Ayun Mandasari. "Peranan KH. Achmad Asrori Al Ishaqi dalam Pendirian dan Perkembangan Tarekat Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah Al Utsmaniyah di Desa Domas Kecamatan Menganti Gresik tahun 1988-2000." (Skripsi, Fakultas Adab Dan Humaniora Uin Sunan Ampel,2016) hal 6.

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

pada luar pulau jawa, bahkan sekarang sampai ke negeri tetangga kita yaitu Singapura, Malaysia, dan Brunei Darussalam.

Berikut ini adalah silsilah para Mursyid dari tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah Utsmaniyah hingga Nabi Muhammad Saw, sebagaimana berikut:

Silsilah Guru-Guru Tarekat Qadiriyah Wa Naqsabandiyah Yang Mengikuti Garis Nabi Muhammad Saw

1) Nabi Muhammad SAW
2) Ali Karromallah Wajhah
3) Zainal Abidin
4) Imam Muhammad Baqir
5) Ja'far Shodiq
6) Musa Kadzim
7) Abi Hasan Ali Ridha
8) Al-Ma'ruf Al-Karkhi
9) Sariy Al-Saqoty
10) Abi Al-Junad Al-Baghdady
11) Abi Bakri Al-Silbi
12) Abdul Wahid Al-Tamimi
13) Abi Al-Fajri Al-Tartusi
14) Abi Al-Hasan Al-Hakari
15) Abi Al-Said Al-Mubaraki
20) Syarifuddin
21) Zainuddin
22) Nuruddin
23) Waliyuddin
24) Hisamuddin
25) Yahya
26) Abi Bakrin
27) Utsman
28) Kalamuddin
29) Abi Al-Fatah
30) Syekh Al-Murad
31) Syamsuddin
32) Ahmad Khotib Sambas
33) Hasbullah
34) Syekh Kholil

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

16) Abdul Qadir Al-Jilany
17) Abdul Aziz
18) Muhammad Al-Hataki
19) Syamsuddin
35) Abi Isomuddin
36) Muh. Utsman Al-Ishaqy
37) Ahmad Asrory Al-Ishaqy.[31]

d. Asas-Asas Tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah

Dalam dunia sufistik memang sudah tertanam pondasi awal atau asas yang dipakai dalam melakukan suatu amal ibadah kepada sang Khaliq. Maka dari itu para penganut tarekat Qodiriyah wa Naqsabandiyah memakai asas- asas dalam tarekatnya. Mereka mengenal sebelas asas tarekat, delapan dari asas tersebut dirumuskan oleh Abdul Kholiq Al-Ghujdawani, sedangkan sisanya adalah penambahan oleh Syekh Baha'uddin Naqsabandi. Asas-asas ini disebutkan satu-persatu dalam banyak risalah, masing-masing asas dikenal dalam bahasa Persi (bahasa para Kwajagan dan kebanyakan penganut tarekat Naqsabandiyah India). Asas-asas yang dirumuskan oleh Abdul Khodir Al-Ghujdawani adalah sebagai berikut:

1) Hush dar dam: sadar sewaktu bernafas, yaitu suatu latihan konsentrasi, yang bersangkutan haruslah sadar setiap menarik nafas, dan ketika berhenti di antaranya. Perhatian pada nafas

[31]Hadrotus Syaikh Al-Murabi Al-Mursyid Achmad Asrori Al-Ishaqy RA, Setetes Embun Penyejuk Hati, (Surabaya: Jama'ah Al-Hikmah, 1430 H/2009 M), hal. 84

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

dalam keadaan sadar akan Allah, memberikan kekuatan spiritual dan membawa orang lebih hampir kepada Allah.

2) Nazar bar qaam: menjaga langkah, artinya sewaktu berjalan sang murid harus menjaga langkah-langkahnya, sewaktu duduk memandang lurus ke depan.

3) Safar dar watan: melakukan perjalanan di tanah kelahirannya, melakukan perjalanan batin, yakni meninggalkan bentuk ketidaksempurnaannya sebagai manusia menuju kesadaran akan hekekatnya sebagai makhluk yang mulia.

4) Khalwat dar anjuman: sepi di tengah keramaian, artinya perintah untuk turut serta secara aktif dalam kehidupan masyarakat, sementara pada waktu yang sama hatinya tetap terpaut kepada Allah SWT saja dan selalu wara'.

5) Yad kard: ingat, yakni terus-menerus ingat nama Allah dengan dzikir orang tauhid (berisi formula La Illaha Illa Allah) atau formula dzikir lainnya yang diberikan oleh guru, dalam hati atau dengan lisan.

6) Baz gast: kembali, yaitu demi mengendalikan hati supaya tidak condong kepada hal-hal yang menyimpang, sang murid harus membaca dzikir tauhid atau ketika berhenti di antara dua nafas.

7) Niqahdast: "waspada", yaitu terus-menerus menjaga pikiran dan perasaan dengan selalu dzikir mengingat kep ada 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

Selanjutnya asas-asas tambahan dari Syekh Baha'uddin adalah:

1) Wuquf zamani: memberikan kembali penggunaan waktu, yaitu menempatkan waktu yang kita pakai sebagai keajekan atau istiqomah dalam berdzikir.
2) Wuquf adadi: memeriksa hitungan zikir dengan hati-hati, yaitu berapa kali seseorang membaca zikir serta mengulang-ulangi zikir tersebut pada hitungan yang sudah ditetapkan. Karena banyak sekali seseorang itu zikir, tapi tidak khusyu' dan pikirannya mengembara kemana-mana.
3) Wuquf qolbi: menjaga hati tetap terkontrol, dengan membayangkan hati seseorang (yang di dalamnya secara batin zikir di tempatnya) berada di hadirat Allah, maka hati itu tidak sadar akan yang lain kecuali Allah, dan dengan demikian perhatian seseorang secara sempurna selaras dengan dzikir dan maknanya.[32]

Syarat-syarat itu adalah sebagai berikut:

a) Shohibun, artinya menjalankan sifat-sifat ubudiyah, yakni menghambakan diri kepada Allah dan bukan untuk mendapatkan kekramatan, pangkat, dan kedudukan.

[32]Hadrotus Syaikh Al-Murabi Al-Mursyid Achmad Asrori Al-Ishaqy RA, Setetes Embun Penyejuk Hati., hal. 78.

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

b) Shidqun Shorikkhun, artinya mempunyai ‘iktikad yang benar, bahwa sang guru akan dapat menghantarkan dirinya kehadirat Allah.

c) Adabun Mardhiyah Qoshdun, artinya akhlak yang diridloi. Maksudnya adalah orang yang masuk tarekat hendaklah menjalankan budi pekerti sebagaimana yang diperintahkan oleh syari’at agama, seperti belas kasihan kepada yang di bawah dan hormat kepada mereka yang sepadan.

d) Ahwaluz Zakiyah, artinya menghiasi diri dengan akhlak yang baik. Segala perbuatan, ucapan, dan tindakannya haruslah sesuai dengan yang apa diperintahkan agama.

e) Raf’ul Himmah, artinya mempunyai cita-cita yang tinggi. Dalam memasuki tarekat bukan karena ingin mendapatkan kemewahan dunia, tetapi mencapai ma’rifat kepada Allah.

f) Hifdzul Hurmah, artinya selalu menjaga dan hormat kepada guru, baik dalam keadaan hadir maupun ghaib/tidak ada, santun sesama muslim dan menjaga hak-hak mereka, serta duduk dan patuh terhadap perintah dan larangan Allah.

g) Husnul Hikmah, artinya melayani dan mengabdi kepada guru dengan baik.

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

h) Nufudzul ‘Azimah, artinya selalu menjaga dan melestarikan kemauan untuk menjalankan tarekat sampai mencapai tingkat ma’rifat.[33]

Hal tersebut di atas menunjukkan betapa banyak dan beratnya kewajiban yang harus dipenuhi oleh seorang sebelum menjadi murid jam’iyah tarekat, oleh karena tidak sembarang orang dapat melaksanakannya. Dan hanyalah orang yang mempunyai hati ikhlas dan tulus serta dengan tekad yang kuat dalam upaya membersihkan kotoran yang ada dalam hati bisa melakukannya.

Ajaran-ajaran tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah Sebagaimana yang telah diterangkan di depan, bahwa tujuan tarekat itu adalah mempelajari kesalahan-kesalahan pribadi baik dalam melakukan amal ibadah atau dalam bergaul antar sesamanya serta memperbaikinya. Pekerjaan ini dilakukan oleh seorang syekh atau mursyid, yang pengetahuannya dan pengalamannya jauh lebih tinggi dari pada murid-muridnya. Sang mursyid memberikan bimbingan dan perbaikan sehingga dapat menyempurnakan keislamannya dan memberikan kebahagiaan dalam menempuh jalan kepada Allah SWT.

Beberapa pelajaran yang diberikan oleh guru kepada murid-muridnya bertujuan untuk dapat memperbaiki kekurangan- kekurangan yang ada. Beberapa ajaran yang dilakukan oleh murid-murid tarekat pun bermacam-

[33]Hadrotus Syaikh Al-Murabi Al-Mursyid Achmad Asrori Al-Ishaqy RA, Setetes Embun Penyejuk Hati, hal 23-25.

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

macam, tergantung dari perintah sang mursyid yang harus dikerjakannya. Di antara ajaran-ajaran atau tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

1. **Suluk**

Pengertian suluk hampir sama dengan tarekat, keduanya berarti jalan atau cara, tetapi dalam sisi lain pengertian suluk itu ditujukan kepada semacam latihan yang dilakukan dalam jangka waktu tertentu. Untuk di Indonesia, istilah suluk (yang harfiahnya berarti "menempuh jalan spiritual"). lebih lazim digunakan, dan lamanya tidak samapai empat puluh hari, biasanya sepuluh hari atau dua puluh hari. Maka meskipun tujuan semuanya itu satu, namun suluk atau jalan untuk menempuh tujuan itu bermacam-macam caranya, yaitu dengan melihat kebutuhan perbaikan yang akan dicapai oleh yang berkepetingan. Di antara ww-macam suluk tersebut yaitu: a. Suluk Ibadah Jalan yang ditempuh dalam suluk semacam ini penekanannya pada perbaikan syari'at, yang sebenarnya merupakan kehidupan orang sehari- hari.Suluk semacam ini adalah memperbanyak wudlu', sholat, dzikir, wirid, dan sebagainya.[34]

a. Suluk Riyadhah yaitu latihan diri dengan bertapa, mengurangi makan minum dan semacamnya. Dalam suluk semacam ini ia harus berdaya upaya menahan nafsu dan syahwatnya dari mengerjakan segala kekurangan yang menggengsikan pada tingkah lakunya. Di dalam suluk semacam ini yang paling utama adalah pelajaran akhlak yang diperintahkan di dalam Islam.

[34] Martin Van Bruinessen, Kuliah Akhlak Tasawuf., hal. 88.

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

b. Suluk Penderitaan Salah satu daripada usaha seorang sufi untuk menormalisir kepribadian dalam dirinya adalah menyuruhnya melakukan *safar Taqhorrub* (mendekatkan diri kepada Allah) di dalam tempat atau daerah-daerah lain, suluk seperti ini penting sekali untuk menghilangkan sifat-sifat tasamud.

c. *Thariqul Khidmah wa bazlul jah* Suluk semacam ini dikerjakan agar sedikit demi sedikit memperoleh kegemaran dalam berbuat khidmad dan kebajikan terhadap sesama manusia. [35]

2. Kholwat

Kholwat boleh diartikan menjauhkan diri dari banyak bergaul dengan manusia atau mengasingkan diri. Dalam keadaan ini seseorang lebih mudah menghilangkan kebimbangan hatinya kepada selain Allah SWT dan menunjukkan seluruh hati dan pikirannya kepada Allah semata.[36]

Baik suluk maupun khalwat keduanya adalah jalan yang dilalui oleh murid tarekat untuk mempertinggi derajatnya, membersihkan dirinya dari kotoran duniawi dan menghiasi dengan akhlak yang mulia. Zikir salah satu bagian yang terpenting dalam tarekat, bahkan yang paling kelihatan adalah zikir, yang mana zikir merupakan sarana untuk mengingat Allah dengan segala kebesaran-Nya, dan di dalam ajaran tarekat mengingat Allah itu biasanya dibantu dengan bermacam-macam kalimat dan kata-kata dalam penyebutan asma Allah atau sifat-sifat-Nya.

[35]Abu Bakar Aceh, Pengantar Ilmu Tarekat., hal 122-124.
[36] Abu Bakar Aceh, Pengantar Ilmu Tarekat., hal 130.

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

Dalam masalah zikir ini ulama-ulama tarekat berkeyakinan bahwa: “Jika hamba Allah telah yakin bahwa lahir dan batinnya dilihat oleh Allah dan segala pekerjaannya diawasi, segala perbuatannya didengarkan dan segala cita-cita serta niatnya diketahui Allah, maka hamba Allah itu akan menjadi hamba yang benar, karena ia selalu ada dalam keadaan memperhambakan diri kepada Allah”.

Pengalaman zikir ini tidak terbatas dikerjakan oleh golongan tarekat saja, tetapi sebagaimana yang dikerjakan oleh umat Islam pada umumnya. Hal ini sesuai dengan surat Al-Ahzab ayat 41

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (٤١)

“Hai orang-orang yang beriman berdzikirlah (dengan menyebut asma Allah) dengan dzikir yang sebanyak-banyaknya.

Firman Allah QS. Thaha: 14

إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي (١٤)

“sesungguhnya aku ini adalah Allah , tidak ada Tuhan selain Aku. Maka sembahlah aku dan dirikanlah salat untuk mngingatku”.

Firman Allah QS. Al-ra’d : 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨)

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

"*(Yaitu) orang=orang yang beriman dan hati mereka tenteram dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingat Allah hatiu menjadi tenteram".*[37]

Maka dengan dasar itulah golongan tarekat mempertahankan amalan zikir tersebut, jadi bukan hanya mengingat Allah dalam hati saja, tetapi kata "Allah" senantiasa terucap oleh lidahnya dan dibarengi melatih seluruh anggotanya. Sedangkan ritual wirid dan dzikir tarekat Qadriyah wa Naqsyabandiyah, dalam kitab Mambaul Fadloil disebutkan:

1) Zikir Tauhid, yaitu lafadz (la ilaha illallah) dibaca sebanyak 165 kali setelah sholat lima waktu.
2) Zikir Ismu Dzat, yaitu lafadz (Allah) dibaca sebanyak seribu kali setelah sholat lima waktu. Kemudian selain dzikir di atas, setiap pengikut tarekat juga diwajibkan mengamalkan "wirid khususy atau wirid khatam", pada tempat-tempat yang sudah ditentukan oleh guru tarekat dan sebelumnya di dahului dengan tawasul (lantaran) terlebih dahulu.

Selain amalan-amalan di atas, amalan lain yang dilakukan adalah Manaqiban, yang biasanya dilakukan secara bulanan atau tahunan. Kegiatan tahunan dilakukan untuk mengenang wafatnya Syekh Abdul Qodir Al-Jilany, pada tanggal 11 Robiul Tsani. Acara itu merupakan puncak perayaan, meskipun masih ada perayaan (haul) para wali Allah

[37] Al-hikmah Al-quran dan terjemahnya. Jawa Barat: CV Penerbit Diponerogo, 2010.

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 dibarengkan dengan haul kanjeng Asy-Syekh, dan juga perayaan pada setiap bulan yakni pada tanggal sebelasan.

Bacaan manaqib Asy-Syekh Abdul Qodir Al-Jilany tersebut tidak hanya terbatas pada amalan tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah saja, akan tetapi bacaan manaqib tersebut ada yang dijadikan sebagai tradisi atau budaya masyarakat guna mengharap barokah (kebaikan), dan ritual semacam ini biasanya dipakai pada acara walimah atau hajatan yang lain.

Penghormatan yang lebih kepada baliau (Syekh Abdul Qodir Al-Jilany) yang mana jika disebut nama beliau maka seluruh muridin mendo'akan atau dengan membaca (rodhiallahuanhu) dan sebagian besar masyarakat yang mempunyai kekeramatan yang dapat memberikan berkah kepada seseorang dengan bacaan manaqib tersebut. Sedangkan di dalam tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah tidak ada perayaan serupa untuk Syekh Baha'uddin Al-Naqsabandy.

Puncak Hadrotus Syaikh Al-Murabi Al-Mursyid Achmad Asrori Al-Ishaqy RA, Setetes Embun Penyejuk Hati., perayaan ini hanya dilakukan untuk mengenang wafatnya Syekh Abdul Qodir Al- Jilany, yang diikuti dengan bacaan manaqib beliau dan dzikir bersama. Demikianlah sekilas beberapa ajaran dan amalan tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah yang diamalkan oleh para pengikutnya bersamaan dengan gurunya. Ba'iat, Ijazah dan Khalifah dalam Tarekat Seperti tarekat-tarekat lainnya, tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah pun

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

mustahil dapat dimasuki tanpa melalui pintu pembaiatan. Pengertian tentang ba'iat itu sebagai keterangan berikut: "

Seseorang hanya dapat menjadi anggota setelah melalui upacara pembaiatan, persisnya upacara tesebut tempat yang berbeda, tetapi kebanyakan ritual yang demikian itu menyangkut kematian dan kelahiran secara simbolik.

Mula-mula sang murid harus melakukan taubat, yaitu dengan mengingat dosa-dosa di masa lampau, memohon pengampunan dan bertekad untuk tidak mengulang lagi semua kebiasaan jelek yang diperbuat masa dahulu. Pada bagian inti upacara tersebut sang murid menyetakan sumpah setia pada syekhnya dan setelah itu ia menerima pelajaran esoteric yang pertama (talqin). Dengan demikian yang dimaksud ba'iat adalah sumpah setia dari calon murid tarekat pada syekhnya, tunduk dan patuh terhadap semua aturan dan perintah gurunya. Hanya melalui ba'iatlah seorang dianggap telah menjadi murid dalam sebuah tarekat. Sedangkan pengertian "ijazah',

Menurut Martin menyatakan sebagai berikut: "Apabila sang murid telah mempelajari dasar-dasar tarekat dan memperhatikan kemajuannya yang memadai untuk melaksanakan latihanlatihannya sendiri, gurunya akan memberikan ijazah. Ada tingkatan ijazah, setelah yang pertama (ijazah untuk melakukan amalan tarekat, ada ijazah yang lebih bergengsi lagi yang memberikan wewenang kepada sang murid untuk bertindak

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

sebagai wakil syekhnya dalam memberikan pelajaran dan membimbing murid-murid lainnya.

Sedangkan ijazah yang tertinggi adalah memberikan wewenang kepada penerimanya untuk bertindak sendiri sebagai seorang syekh dan mengambil ba'iat atas namanya sendiri kepada calon murid.Sang murid telah menjadi kholifah dari syekhnya dan boleh diutus oleh syekhnya ke tempat yang telah direncanakan untuk menyebarluaskan tarekat tersebut".

Pengertian di atas mengandung arti bahwa ijazah adalah pemberian (izin) dari seorang syekh atau guru kepada muridnya untuk melakukan amalan-amalan tarekat, kemudian memberikan bimbingan kepada murid- murid tarekat yang lain, dan bahkan dapat bertindak sebagai seorang syekh, sebagai wakil (kholifah) dari sang syekh, untuk memberikan ba'iat kepada calon murid atas namanya sendiri.

Hubungan seorang syekh dengan khalifah adalah seperti hubungan pemimpin dengan pembantunya. Istilah khalifah itu sebenarnya sudah ada sejak zaman Nabi SAW, yang mana saat itu Nabi SAW digantikan fungsi kedudukannya oleh seorang khalifah.Maka istilah khalifah (pengganti) juga dapat disandang oleh mereka yang sudah mendapat ijazah tingkatan kedua dalam dunia tarekat.

Kedudukan Syekh (guru) dalam Tarekat di dalam kitab "Tanwirul Qulub fi Mu'ammalatil Ghuyub" yang dikarang oleh Syekh Muhammad Amin Al-Kurdi, disebutkan bahwa:"Yang dinamakan syekh adalah orang

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 sudah mempunyai *maqam* Rijalul Kamal, seorang yang sudah sempurna suluknya dalam ilmu syari'at dan hakekat menurut al-Qur'an, sunnah, dan ijma', dan yang demikian baru terjadi sesudah sempurna pengajarannya dari seorang mursyid yang sudah sampai pada maqam yang tertinggi, dari tingkat ke tingkat hingga sampai kepada Nabi Muhammad SAW dan kepada Allah SWT dengan melakukan kesungguhan, ikatan-ikatan janji dan wasiat, dan memperoleh ijin dan ijazah untuk menyampaikan ajaran-ajaran suluk itu kepada orang lain.

Dari keterangan tersebut, menjadi seorang syekh (guru tarekat) tidaklah mudah disandang oleh sembarang orang, sebab bukan hanya semata- mata lengkap pengetahuannya tentang tarekat, tetapi harus lebih mudah dari itu. Seorang syekh harus mempunyai kebersihan rohani dan kesucian batin atau hati yang murni.

Syekh atau guru tarekat mempunyai kedudukan yang penting sekali dalam tarekat. Karena ia tidak saja menjadi pemimpin yang mengawasi murid-muridnya dalam kehidupan lahir dan pergaulan sehari-hari, akan tetapi ia merupakan perantara dalam ibadah antara murid dengan Tuhannya.

Peranan guru tarekat terhadap murid tarekat sangat penting sekali demi kemajuan spiritual murid. Ikut sebuah tarekat tanpa mempunyai seorang guru atau syekh adalah mustahil untuk dapat ma'rifat pada Allah. Selain hubungan lahir dalam kehidupan sehari-hari dengan murid, seorang syekh atau guru juga menjalin hubungan bathin. Syekh

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

membantu murid-muridnya dengan berbagai cara, dengan mengajarkan secara langsung dan juga melalui proses yang disebut “tawajjuh”. Tawajjuh adalah perjumpaan di mana seorang membuka hatinya kepada syekhnya, kemudian sang syekh akhirnya membawa hati tersebut ke hadapan Nabi Muhammad SAW.

Tawajjuh ini dapat berlangsung sewaktu pertemuan pribadi atau empat mata antara murid dan mursyid atau istilahnya ba’iat. Sedang ba’iat merupakan kesempatan pertama dari proses tawajjuh, tetapi tawajjuh pun memungkinkan terjadi ba’iat, bahkan ketika sang syekh secara fisik tidak hadir, hubungan dapat dilakukan dengan robhithoh. Demikian kedudukan syekh (guru) dalam ajaran tarekat, yang tidak saja sebagai pemimpin dalam mengawasi murid-muridnya, akan tetapi juga sebagai wasilah (perantara) ibadah kepada Allah untuk mencapai tingkatan tertinggi ma’rifat.

Kedudukan murid dalam tarekat setelah kita mengetahui sejauh mana kedudukan seorang syekh dalam tarekat, maka alangkah baiknya jika kita juga mengetahui bagaimana kedudukan dan kewajiban sebagai murid dalam ajaran tarekat. Prof. Dr. H. Abu Bakar Aceh dalam hal ini menarik suatu definisi dari pengertian murid, menurut beliau bahwa pengikut tarekat itu juga dinamakan dengan murid, yaitu seorang menghendaki pengetahuan dan petunjuk dalam segala amal ibadahnya.58 Murid dalam hal ini tidak hanya berkewajiban mempelajari segala sesuatu yang diajarkan atau yang diperintahkan guru kepada dirinya, ia

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

juga harus patuh dan tunduk pada gurunya, terhadap dirinya sendiri maupun kepada saudara-saudara sesama tarekat, serta orang-orang Islam yang lain.

Dengan demikian kedudukan murid dalam tarekat adalah sebagai pengikut dan murid yang setia dan ta'at kepada semua perintah syekh atau gurunya. Adapun hal-hal yang menjadi kewajiban bagi seorang murid terhadap syekh atau gurunya adalah sebagai berikut:

1) Menyerahkan segalanya urusan secara lahir dan batin.
2) Murid harus ta'at dan tunduk pada perintah guru.
3) Murid tidak boleh mempergunjing gurunya.
4) Seorang murid tidak boleh melepaskan ikhtiarnya sendiri.
5) Seorang murid harus selalu ingat kepada gurunya.
6) Seorang murid tidak boleh bertanya banyak untuk kehidupan akhirat dan keimanan, sebelum guru member petunjuk terlebih dahulu.
7) Seorang murid harus mempunyai keyakinan dalam hati bahwa berkat yang datang dari Tuhan itu tidak semata-mata permintaannya sendiri, melainkan adanya perantara dari syekhnya.
8) Seorang murid tidak boleh menyembunyikan rahasia hatinya, terhadap gurunya (syekhnya).
9) Murid harus memelihara keluarga dan kerabat guru.
10) Seorang murid tidak boleh memberi saran kepada gurunya.
11) Seorang murid dilarang memandang guru ada kekurangannya.
12) Seorang murid harus rela memberikan sebagian hartanya.

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

13) Seorang murid tidak boleh bergaul dengan orang yang dibenci oleh gurunya.
14) Seorang murid tidak boleh melakukan sesuat yang dibenci gurunya.
15) Seorang murid tidak boleh iri dengan murid yang lain.
16) Segala sesuatu yang menyangkut pribadinya harus mendapat izin dari gurunya.
17) Tidak boleh duduk pada tempat yang biasa dipakai gurunya.

3. Amalan Zikir

Pengertian zikir jika ditinjau dari segi bahasa (lughatan) adalah mengingat, sedangkan zikir secara istilah adalah membasahi lidah dengan ucapan-ucapan pujian kepada Allah.

Secara etimologi zikir berasal dari kata "zakara" berarti menyebut, mensucikan, menggabungkan, menjaga, mengerti, mempelajari, memberi dan nasehat. Oleh karena itu zikir berarti mensucikan dan mengagungkan, juga dapat diartikan menyebut dan mengucapkan nama Allah atau menjaga dalam ingatan (mengingat).

Zikir merupakan ibadah hati dan lisan yang tidak mengenal batasan waktu. Bahkan Allah menyifati ulil albab, adalah mereka-mereka yang senantiasa menyebut Rabnya, baik dalam keadaan berdiri, duduk bahkan juga berbaring. Oleh karenanya dzikir bukan hanya ibadah yang bersifat lisaniyah, namun juga qalbiyah. Imam Nawawi menyatakan bahwa yang afdhal adalah dilakukan bersamaan di lisan dan di hati. jika harus salah satunya, maka dzikir hatilah yang lebih di utama. Meskipun demikian,

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

menghadirkan maknanya dalam hati, memahami maksudnya merupakan suatu hal yang harus diupayakan dalam zikir.

Zikir merupakan pengalaman ruhani yang dapat dinikmati oleh pelakunya, hal ini yang dimaksud oleh Allah sebagai penentram hati. Ibnu Ata', seorang sufi yang menulis al-Hikam (Kata-Kata Hikmah) membagi zikir atas tiga bagian: zikir jali (zikir jelas, nyata), zikir khafi (zikir samar-samar) dan zikir haqiqi (zikir sebenar-benarnya). Zikir Jali Ialah suatu perbuatan mengingat Allah swt. dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti pujian, rasa syukur dan doa kepada Allah swt. yang lebih menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati. Mula-mula zikir ini diucapkan secara lisan, mungkin tanpa dibarengi ingatan hati. Hal ini biasanya dilakukan orang awam (orang kebanyakan). Hal ini dimaksudkan untuk mendorong agar hatinya hadir menyertai ucapan lisan itu. Zikir Khafi adalah zikir yang dilakukan secara khusyuk oleh ingatan hati, baik disertai zikir lisan ataupun tidak. Orang yang sudah mampu melakukan zikir seperti ini merasa dalam hatinya senantiasa memiliki hubungan dengan Allah swt. Ia selalu merasakan kehadiran Allah swt. kapan dan dimana saja. Dalam dunia sufi terdapat ungkapan bahwa seorang sufi, ketika melihat suatu benda apa saja, bukan melihat benda itu, tetapi melihat Allah swt. Artinya, benda itu bukanlah Allah swt., tetapi pandangan hatinya jauh menembus melampaui pandangan matanya tersebut. ia tidak hanya melihat benda itu akan tetapi juga menyadari akan adanya Khalik yang menciptakan benda itu. c. Zikir

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

Haqiqi Yaitu zikir yang dilakukan dengan seluruh jiwa raga, lahiriah dan batiniah, kapan dan dimana saja, dengan memperketat upaya 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 latihan mulai dari tingkat zikir jali dan zikir khafi. Adapun bacaan-bacaan yang dianjurkan dalam dzikir lisan menurut Hawari adalah sebagai berikut:

a. Membaca tasbih (subhanallah) yang mempunyai arti Maha Suci Allah.
b. Membaca tahmid (alhamdulillah) yang bermakna segala puji bagi Allah.
c. Membaca tahlil (la illaha illallah) yang bermakna tiada Tuhan selain Allah.
d. Membaca takbir (Allahu akbar) yang berarti Allah Maha Besar. Membaca Hauqalah (la haula wala quwwata illa billah) yang bermakna tiada daya upaya dan kekuatan kecuali Allah.
e. Hasballah: Hasbiallahu wani'mal wakil yang berarti cukuplah Allah dan sebaik-baiknya pelindung.
f. Istighfar: Astaghfirullahal adzim yang bermakna saya memohon ampun kepada Allah yang maha agung.
g. Membaca lafadz baqiyatussalihah: subhanllah wal hamdulillah wala illaha illallah Allahu akbar yang bermakna maha suci Allah dan segala puji bagi Allah dan tiada Tuhan selain Allah dan

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 Maha Besar. Dan seseorang yang berdzikir akan merasakan beberapa manfaat, selain merasakan ketenangan batin, juga terdapat manfaat-manfaat yang lain, yaitu:

1) Zikir merupakan ketetapan dan syarat kewalian. Artinya, para kekasih Allah itu biasanya selalu istikamah dalam berdzikir kepada Allah. Sebalikinya, siapa yang lupa atau berhenti dari dzikirnya, ia telah melepaskannya dari derajat mulia itu.
2) Zikir merupakan kunci dari ibadah-ibadah yang lain. Dalam dzikir terkandung kunci pembuka rahasia-rahasia ibadah yang lainnya. Hal itu diakui oleh Sayyid Ali Al-Mursifi bahwa tidak ada jalan lain untuk Menjadi Kekasih Tuhan, (merawat atau membersihkan hati para muridnya kecuali terus menerus melakukan dzikir kepada Allah.
3) Zikir merupakan syarat atau perantara untuk masuk hadirat Ilahi. Allah adalah Zat Yang Mahasuci sehingga Dia tidak dapat didekati kecuali oleh orang-orang yang suci pula.
4) Zikir akan membuka dinding hati (hijab) dan menciptakan keikhlasan hati yang sempurna. Menurut para ulama salaf, terbukanya hijab (kasyaf) ada dua macam : kasyaf hissi (terbukanya pandangan karena penglihatan mata) dan kasyaf khayali (terbukanya tabir hati sehingga mampu mengetahui kondisi diluar alam indrawi).

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

5) Menurunkan rahmat Allah, sebagaimana sabda Rasulullah SAW, “Orang- orang yang duduk untuk berdzikir, malaikat mengitari mereka, Allah melimpahkan rahmat-Nya, dan allah juga menyebut (membanggakan) mereka kepada malaikat di sekitarnya.”
6) Menghilangkan kesusahan hati. Kesusahan itu terjadi karena lupa kepada Allah.
7) Melunakkan hati, sebagaimana yang dijelaskan oleh Al-Hakim Abu Muhammmad At-Turmudzi “dzikir kepada allah dapat membasahi hati dan melunakkannya. Sebaliknya, jika hati kosong dari dzikir, ia akan menjadi panas oleh dorongan nafsu dan api syahwat sehingga hatinya menjadi kering dan keras. Anggota badannya sulit (menolak) untuk diajak taat kepada Allah.” Selain itu dzikir juga dapat menghilangkan berbagai macam penyakit hati, seperti sombong, ria, ujub, dan suka menipu.
8) Memutuskan ajakan maksiat setan dan menghentikan gelora syahwat nafsu.
9) Zikir bisa menolak bencana. Dzun Nun Al-Mishri, tokoh sufi kenamaan, pernah mengatakan, “siapa yang berzikir, Allah senantiasa menjaganya dari segala sesuatu.” Bahkan, diantara para ulama salaf ada yang berpendapat bahwa bencana itu jika bertemu dengan orang-orang yang berzikir, akan

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

menyimpang. Jadi, zikir merupakan tempat terbesar bagi para hamba, tempat mereka mengambil bekal dan tempat kemana ia senantiasa kembali. Allah telah menciptakan ukuran dan waktu bagi setiap ritual (peribadatan), tetapi ia tidak menciptakannya untuk dzikir. Dia menyuruh hambanya untuk berzikir sebanyak-banyaknya. Menurut Anshori zikir bermanfaat mengontrol perilaku. Pengaruh yang ditimbulkan secara konstan, akan mampu mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang melupakan dzikir atau lupa kepada Tuhan, terkadang tanpa sadar dapat berbuat maksiat, namun mana kala ingat kepada Tuhan kesadaran akan dirinya sebagai hamba Tuhan akan muncul kembali. Zikir mempunyai manfaat yang besar terutama dalam dunia modern seperti sekarang, manfaat zikir dalam kehidupan menurut Amin Syukur antara lain:

a) Zikir 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.
b) Zikir dapat menghindarkan dari bahaya dalam kehidupan ini, seseorang tak bisa lepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Hal ini dapat diambil pelajaran dari peristiwa

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

Nabi Yunus As yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu Yunus As. berdoa: la 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 zikir itu Yunus As dapat keluar dari perut ikan.

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

d) Zikir 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 zikir yang dapat menumbuhkan iman dapat menjadi sumber akhlak. Zikir tidak hanya zikir substansial, namun zikir fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti

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

(ma'rifat) dan mengingat (zikir) 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.

e) Zikir juga dapat mengusir kegelisahan 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." Sebab dalam berzikir 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. Ketenangan jiwa merupakan kondisi psikologis yang sangat positif, hal itu dapat dicapai oleh orang-orang beriman setelah mereka mencapai tingkat keyakinan yang tinggi. Sementara keyakinan tidak datang dengan sendirinya. Ia harus dicapai dengan melaksanakan zikir kepada Allah. Allah berfirman yang Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah,

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

hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram". Dari ayat diatas dapat diketahui bahwa dengan mengingat Allah yaitu dengan berzikir maka hati seseorang akan menjadi tentram. Syekh Muhammad Nawawi, "Nasehat Buat Hamba Allah" penerjemah.

Prinsip pokok dalam zikir adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang, menyebabkan zakirin akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada dzat Yang Maha Mendengar keluh kesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun. Berzikir akan mendekatkan orang yang berzikir kepada Allah dan orang yang dekat dengan Allah jiwanya akan merasa tentram dan akan selalu merasakan pengawasan Allah SWT.

Dengan demikian akan hati-hati dalam bertindak dan menentukan langkahnya. Ia akan berusaha untuk menjalankan apa yang diperintahkan Allah dan akan menjauhi segala yang tidak diridai Allah. "Kesadaran manusia akan melekat eksistensinya oleh tangan Tuhan akan memekarkan kepercayaan dan harapan bisa hidup bahagia sejahtera juga memiliki rasa keseimbangan dan keselarasan lahir dan batin.

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

Adanya perasaan dekat dengan Allah, manusia akan merasa tentram hidupnya karena ia akan merasa terlindungi dan selalu dijaga oleh Allah sehingga ia merasa aman dan selalu mengontrol segala perbuatannya. “Tanpa kesadaran akan relasi dengan Tuhan maka akan menimbulkan ketakutan dan kesedihan dan rasa tidak aman (tidak terjamin yang kronis serta kegoncangan jiwa”.

Jadi dengan berdzikir seseorang akan ingat kepada Allah dan setiap langkahnya akan merasa selalu ditemani oleh Allah atau merasa dekat dengan Allah, sehingga jiwanya akan merasa tenang dan tentram dan juga dapat terselamatakan dari permasalahan jiwa yang begitu banyaknya dialami oleh orang dikehidupan modern ini dikarenakan pondasi spiritualitas yang kurang kokoh dan tidak adanya hubungan dengan Allah.

Dari sini dapat kita simpulkan betapa aktifias zikir sangat bermanfaat bagi seseorang dalam kehidupan sehari-hari, dapat memicu semangat untuk melakukan perbuatan atau kegiatan yang baik, bisa menjadi sebuah terapi jiwa, mengobati atau mencegahnya dari kegoncangan jiwa, dapat menghindarkan dari bahaya, memantapkan dan mengokohkan iman atau spiritualitas seseorang, serta dapat terhindar dari perbuatan dan sikap yang kurang baik yang mana hal tersebut sangat rentan menimbulkan efek yang kurang baik pula terhadap psikis maupun fisik seseorang. .

4. Muraqabah

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

Praktik sufi yang sangat penting ialah keterjagaan. Kata Arabnya *muraqabah*. Ini dipraktikkan agar dapat menyaksikan dan menghaluskan keadaan diri sendiri. Dengan praktik *muraqabah* timbul kepekaan yang kian lama kian besar yang menghasilkan kemampuan untuk menyaksikan "pembukaan " di dalam. *Muraqabah* yang terkonsentrasi dan maju terjadi dalam pengasingan diri (khalwat) .Selama pengasingan, dan ketika "pembukaan " yang sesungguhnya terjadi, si pencari akan menerima kekosongan dan ketidakterbatasan waktu yang luas dalam dirinya. Ini merupakan kulminasi, boleh dikatakan, dari kesadaran diri dan keterjagaan diri, dan awal dari apa yang dipandang sebagai proses kebangunan *gnostik* (makrifat) atau pencerahan. Maksud dari semua ini ialah bahwa orang itu sadar setiap waktu tentang keadaan di dalam batin yang tak terlukiskan, yang tak ada batasnya.

Adapun secara spesifik amalan-amalan yang diterapkan satri-santriwati di Pondok Pesantren Assalafi Al fithrahmeliputi;

a. Salat Subuh:
    1) *Qobliyah:* salat Sunnah 2 rakaat
    2) *Ba'diyah*: wirid, zikir, tahlil, hingga matahari terbit dilanjut dengan mengaji Al-quran, hingga menunjukkan waktu salat dhuha, kemudia salat berjamaah 6 rakaat, 3 salam, terdiri dari 2 rakaat salat isyroq, 2 rakaat salat dhuha, dan 2 rakaat salat isti'adah

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

b. Salat Zuhur

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat

2) *Ba'diyah*: wirid dan zikir dan salat sunnah 2 rakaat

c. Salat Asar

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat

2) *Ba'diyah*: wirid dan zikir

d. Salat Maghrib

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat*Ba'diyah*:

2) wirid,zikir, salat sunnah *ba'diyah* 2 rakaat, salat sunnah *li as-subut al-iman*, salat sunnah, bacaan *saaltuka Ya Ghaffar*, baca burdah,

3) Setiap malam ahad, pembacaan *manaqib*

e. Salat Isya

1) *Qobliyah*: membaca *nadzoman Aqidat Al-awwam*, salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat, khusus di malam jumat: Istighosah, Yasin dan Tahlil

2) *Ba'diyah*: wirid, zikir, salat sunnah *ba'diyah* 2 rakaat, salat *li qodoi al-hajat* 2 rakaat, khusus di malam jumat: Maulid Ar-Rasul.

2. Regulasi Emosi

a. Pengertian Emosi

Secara asal kata, Goleman menyatakan emosi berasal dari "*movere*", sebuah kata kerja dalam bahasa Latin yang berarti

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

"menggerakkan, bergerak". Ditambah awalan "e" untuk memberi arti "bergerak menjauh", menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi.[38]

Chaplin mendefinisikan emosi sebagai suatu keadaan yamg terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perilaku. Chaplin menandakan emosi dengan perasaan. Menurutnya, perasaan (*feeling*) adalah pengalaman yang disadari kemudian diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmaniah. [39]

Para ahli psikolog mendefinisikan emosi dengan berbagai definisi yang beragam. James J. Gross dan Ross A. Thompson mengartikan emosi sebagai sebuah transaksi situasi seseorang yang memaksa adanya perhatian, memiliki arti khusus bagi individu, dan menimbulkan respon multisistem yang terkoordinasi namun fleksibel terhadap transaksi situasi seseorang yang mengalaminya.[13] Sedangkan Daniel Goleman mendefinisikan emosi sebagai suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.[40]

Menurut Camposs, emosi adalah perasaan, afek, yang terjadi ketika seseorang berada dalam sebuah kondisi atau sebuah interaksi yang penting baginya, khususnya kesejahteraannya. Menurut Mc

[38] Daniel Goleman, *Emotional Intelligence,* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2015), hal. 7-8

[39] Mohammad Ali. Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012. Hal 62.

[40] Daniel Goleman, *Emotional Intelligence,* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2015), hal.409

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

Burnett, emosi ditandai oleh perilaku yang merefleksikan kondisi senang atau tidak senang seseorang atau transaksi yang sedang dialami.

Emosi juga dapat bersifat lebih spesifik dan terwujud dalam bentuk gembira, takut, marah, dan seterusnya, tergantung pada bagaimana transaksi tersebut mempengaruhi orang tersebut (sebagai contoh, transaksi dalam bentuk ancaman, frustrasi, kelegaan, penolakan, sesuatu yang tidak terduga, dan sebagainya).[41]

b. Bentuk-Bentuk Emosi

Beberapa tokoh mengemukakan tentang bentul-bentuk emosi, antara lain Lazarus, Descrates, JB Watson dan Daniel Goleman. Menurut Lazarus emosi-emosi yang terdapat pada seorang individu, yaitu: anger (marah), anxiety (cemas), fright (takut), jealously (perasaan bersalah), shame (malu), disgust (jijik), happiness (gembira), pride (bangga), relief (lega), hope (harapan), lo ve (kasih sayang), compassion (kasihan)[42]. Sedangkan menurut Descrates ada 6 emosi dasar pada setiap individu, terbagi atas : desire (hasrat), hate (benci), sorrow (sedih/duka), wonder (heran atau ingin tahu), love (cinta) dan joy (kegembiraan). sedangkan JB Watson mengemukakan tiga macam emosi, yaitu : fear (ketakutan), rage (kemarahan), Love (cinta). Selain itu Daniel Goleman mengemukakan beberapa macam emosi yang tidak berbeda jauh dengan kedua tokoh di atas, yaitu amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut,

[41] John W. Santrock, *Remaja, Edisi Kesebelas* (terj: Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga, 2007. hal. 206
[42] Salamah, 1991

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

jengkel, dan malu. Goleman juga menyatakan bahwa perilaku individu yang muncul sangat banyak diawarnai emosi. Emosi dasar individu mencakup emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif yaitu perasaan-perasaan yang tidak diinginkan dan menjadikan kondisi psikologis yang tidak nyaman.

Dari sekian banyak bentuk emosi yang ada, berdaasarkan temuan penelitian Paul Ekman dari University of California di San Fransisco , ternyata ada bahasa emosi yang secaraa universal dikenal oleh bangsa-bangsa di seluruh dunia. Yakni emosi yang diwujudkan memalui bentuk ekspresi wajah yang didalamnya mengandung emosi ,arah, takut, sedih dan senang. Meskipun memiliki budaya berbeda- beda di setiap bangsa, ekspresi wajah seperti ini sangat dikenali oleh bangsa-bangsa di seluruh duia bahkan bangsa-bangsan yang saat itu buta huruf , tidak terpengaruh oleh film dan siaran televisi. Dengan demikian, eksepresi wajah memiliki universalitas tentang perasaan emosi tersebut.

Penilitian Paul dilakukan dengan cara menunjukkan foto-foto wajah yang menggambarkan ekspresi-ekspresi emosi tersebut di atas kepada orang-orang yang memiliki keterpencilan budaya, yaitu suku Fore, di Papua Nugini, suku terpencil berkebudayaan zaman Batu di dataran tinggi terasing. Hasilnya ternyata mereka semua mengenali emosi yang tergambar pada ekspresi foto-foto tersebut.[43]

[43] Mohammad Ali. Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012. Hal 63-64.

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

c. Pengertian Regulasi Emosi

Secara etimologis, regulasi emosi berasal dari bahasa Inggris *regulation emotion. Regulation* bermakna pengaturan, *emotion* bermakna perasaan atau emosi.

Menurut Gross, regulasi emosi adalah proses yang dilakukan individu untuk mempengaruhi emosi mereka miliki, ketika mereka memilikinya, dan bagaimana mereka mengalami dan mengungkapkan emosi tersebut. Proses regulasi emosi bisa otomatis atau dikendalikan, sadar atau tidak sadar, dan dapat memberi efek pada satu atau lebih inti dalam proses emosi secara keseluruhan.[44]

Thompson berpendapat "regulasi emosi sebagai proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi, terutama emosi mereka yang intensif dan sementara waktu yang menonjol, untuk mencapai suatu tujuan".[45]

Menurut Kevin N. Ochsner dan James J. Gross, regulasi emosi melibatkan inisiasi baru, atau perubahan respon emosional yang sedang berlangsung melalui tindakan pengontrolan. Tindakan ini memeriksa proses yang digunakan individu untuk mempengaruhi emosi

---

[44] Jeames J. Gross, *The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Reviw*, Journal: *Review of General Psychology* 1998, Vol 2, No. 3, hal. 275.

[45] M.Mawardsh. *Regulasi Emosi dan kelompok teman Sebaya Pelaku Cyberbulliying*, Jurnal Psikologi UGM. 2014 .

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 mereka hasilkan, kapan mereka melakukannya, dan bagaimana emosi ini muncul dan diungkapkan.[46]

Berdasarkan uraian dari para ahli di atas peneliti menyimpulkan bahwa regulasi emosi adalah proses individu mampu memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosional serta mengekspresikan emosi tersebut secara otomatis dan terkendalikan, secara sadar atau tidak sadar, untuk mencapai tujuan tertentu dalam kehidupannya.

Aspek penting dalam regulasi emosi ialah kapasitas untuk memulihkan kembali keseimbangan emosi meskipun pada awalnya seseorang kehilangan kontrol atas emosi yang dirasakannya. Selain itu, seseorang hanya dal am waktu singkat merasakan emosi yang berlebihan dan dengan cepat menetralkan kembali pikiran, tingkah laku, respon fisiologis dan dapat menghindari efek negatif akibat emosi yang berlebihan.

d. Proses Regulasi Emosi

Inti yang menonjol dan perlu diperhatikan dari proses regulasi emosi meliputi tiga aspek:

1) Secara eksplisit seseorang akan meregulasi emosi negatif atau positif dengan mengurangi atau meningkatkannya.

[46] Kevin N. Ochsner, dkk. *The Cognitive Control of Emotion,* Journal of Trends in Cognitive Sciences, Vol. 9 No. 5 May 2005, hal. 1-2

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

2) Meskipun salah satu bentuk asli dari regulasi emosi adalah dilakukan secara sadar, seseorang dapat mengimajinasikan aktifitas regulasi emosi yang awalnya disengaja kemudian berakhir terjadi tanpa kesadaran.
3) Seseorang tidak bisa membuat asumsi apakah ada bentuk regulasi emosi tertentu yang baik atau buruk.

Berdasarkan analisis proses yang dilakukan oleh James J. Gross, seorang peneliti regulasi emosi dari Standford University, terdapat hal-hal yang mendasari beragam tindakan manusia untuk meregulasi emosinya.

Menurut Gross, proses regulasi ini adalah elaborasi dari perbedaan dua arah yang terjadi sebelum emosi itu dihasilkan dan respon regulasi emosi yang terjadi setelah emosi dihasilkan.

e. Strategi Regulasi Emosi

Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam melakukan regulasi emosi. Menurut Gross, regulasi emosi dapat dilakukan individu dengan banyak cara, yaitu:

1) *Situation selection*, suatu cara dimana individu mendekati/menghindari orang atau situasi yang dapat menimbulkan emosi yang berlebihan. Contohnya, seseorang yang lebih memilih nonton dengan temannya daripada belajar pada malam sebelum ujian untuk menghindari rasa cemas yang berlebihan.
2) *Situation modification*, suatu cara dimana seseorang mengubah lingkungan sehingga akan ikut mengurangi pengaruh kuat dari emosi

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 timbul. Contohnya, seseorang yang mengatakan kepada temannya bahwa ia tidak mau membicarakan kegagalan yang dialaminya agar tidak bertambah sedih.

3) *Attention deployment*, suatu cara dimana seseorang mengalihkan perhatian mereka dari situasi yang tidak menyenangkan untuk menghindari timbulnya emosi yang berlebihan. Contohnya, seseorang yang menonton film lucu, mendengar musik atau berolahraga untuk mengurangi kemarahan atau kesedihannya.

4) *Cognitive change*, Suatu strategi dimana individu mengevaluasi kembali situasi dengan mengubah cara berpikir menjadi lebih positif sehingga dapat mengurangi pengaruh kuat dari emosi. Contohnya, seseorang yang berpikir bahwa kegagalan yang dihadapi sebagai suatu tantangan daripada suatu ancaman.

f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi

Hedrikson mengemukakan bahwa apabila emosi pada setiap individu dipemgaruhi oleh beberapa faktor, begitupun dengan meregulasi emosi. Beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang, yaitu:

1) Usia

Penelitian menunjukkan bahwa bertambahnya usia seseorang dihubungkan dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi, dimana semakin tinggi usia seseorang semakin baik

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

kemampuan regulasi emosinya. Sehingga dengan bertambahnya usia seseorang menyebabkan ekspresi emosi semakin terkontrol.[47]

Dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwasanya lansia memiliki kemampuan regulasi emosi yang semakin baik.

2) Jenis Kelamin

Beberapa penelitian menemukan bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam mengekspresikan emosi baik verbal maupun ekspresi wajah sesuai dengan gendernya. Perempuan menunjukkan sifat feminimnya dengan mengekspresikan emosi sedih, takut, cemas dan menghindari mengekspresikan emosi marah dan bangga yang menunjukkan sifat maskulin.

Perbedaan gender dalam pengekspresian emosi dihubungkan dengan perbedaan dalam tujuan laki-laki dan perempuan mengontrol emosinya. Perempuan lebih mengekspresikan emosi untuk menjaga hubungan interpersonal serta membuat mereka tampak lemah dan tidak berdaya. Sedangkan laki-laki lebih mengekspresikan marah dan bangga untuk mempertahankan dan menunjukkan dominasi. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa wanita lebih dapat melakukan regulasi terhadap emosi marah dan bangga, sedangkan laki-laki pada emosi takut, sedih dan cemas

3) Religiusitas

[47]Denis Coon. *Fandamentos De Psiclogia*: Mexico: CV Una Division De Thompson Learnig 2005. Hal 397.

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

Setiap agama mengajarkan seseorang diajarkan untuk dapat mengontrol emosinya. Menurut Krausa, seseorang yang tinggi tingkat religiusitasnya akan berusaha untuk menampilkan emosi yang tidak berlebihan bila dibandingkan dengan orang yang tingkat religiusitasnya rendah.

4) Kepribadian.

Orang yang memiliki kepribadian 'neuroticism' dengan ciri-ciri sensitif, moody, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang dapat mengontrol diri dan tidak memiliki kemampuan coping yang efektif terhadap stres akan menunjukkan tingkat regulasi emosi yang rendah.

5) Pola Asuh

Beberapa cara yang dilakukan orang tua dalam mengasuh anak dapat membentuk kemampuan anak untuk meregulasi emosinya.[48]

Brennere mengemukakan beberapa cara orang tua mensosialisasikan emosi kepada anaknya diantaranya melalui: pendekatan tidak langsung dalam interaksi keluarga (antara anak dengan orang tua); teknik teaching dan coaching; dan mencocokkan kesempatan dalam lingkungan.

6) Budaya

Norma atau kepercayaan yang terdapat dalam kelompok masyarakat tertentu dapat mempengaruhi cara individu menerima, menilai suatu

[48] Peeter Salovey. Emotional Development and Emotional Intelligence. New York: Basicbools 1997 hal 107.

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

pengalaman emosi, dan menampilkan suatu respon emosi. Dalam hal regulasi emosi apa yang dianggap sesuai atau *culturally permissible* dapat memengaruhi cara seseorang berespon dalam berinteraksi dengan orang lain dan dalam cara ia meregulasi emosi. situasi yang dialamiya.

B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Amin Susilo. 2014. Tarekat dan Mahasiswa (Studi Kasus Tarekat *Naqsyabandiyah* di Asrama *United Islamic Cultural Centre Of Indonesia* (UICCI) Yogyakarta).
   a. Persamaan :Tarekat Naqsabandiyah sebagai bidikannya
   b. Perbedaan :Mengkaji Penerapan Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah
2. M. Kholil Supatmo. 2017. Aktualisasi Ajaran Tarekat *Naqsabandiyah* Pada Perubahan Perilaku Sosial di Desa Sidomulyo, Kecamatan Bangunrejo, Kabupaten Lampung Tengah.
   a. Persamaan : berfokus pada Tarekat Naqsyabandiyah
   b. Perbedaan :titik yang disentuh berada pada perubahan perilaku sosial seseorang.
3. Sumitra Sumaja. 2014. Efektifitas Dakwah Melalui Tarekat *Naqsyabandiyah Khalidiyah* Dalam Pembentukan *Akhlak Al-Karimah* pada pengikutnya di desa Carang Rejo Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang.
   a. Persamaan : membahas seputar Tarekat Naqsabandiyah

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

b. Perbedaan:lebih cenderung menyentuh sisi dakwah melalui tarekat Naqsyabandiyah *Khalidiyah* yang mempengaruhi pembentukan akhlak

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

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Pondok Pesantren Assalafi Al-Fithrah didirikan pada tahun 1985 oleh KH. Achmad Asrori Al-Ishaqi, seorang tokoh islamisasi Jawa Timur pada masanya. Pesantren yang berdiri dibawah naungan Yayasan Al- Khidmah Indonesia ini beralamatkan di Jalan Kedinding Lor nomor 99. Tanah Kali Kedinding Kecamatan Kenjeran Kota Surabaya. Kini pesantren dipimpin oleh H. Muhamad Musyafa', S.Pd.I., M.Th.I., menantu dari sang pendiri pondok (*Almaghfurlah* KH. Achmad Asrori Al-Ishaqi).

Pesantren ini berdiri diatas tanah seluas 4 Hektar M^2. Kondisi geografis Pondok Pesantren Assalafi Al- Fithrah berada di dataran rendah, dengan potensi wilayah perdagangan dan pemasaran. Berdiri di tengah-tengah wilayah perkotaan padat penduduk menjadi ciri khas pesantren ini. Pusat kecamatan ditempuh dengan jarak 1-2 km, jarak ke pusat kota kisarnan 1-10 km, sedangkan jarak ke pusat ibu kota provinsi sejauh 10-15 km.

Ada empat jenis unit pendidikan di pondok pesantren ini, yakni pendidikan diniyah formal (PDF), pendidikan formal, pendidikan diniyah non formal, dan pendidikan khusus. Pendidikan diniyah formal (PDF) terdiri dari PDF *Wustha* (setingkat SLTP), PDF *Ulya* (setingkat

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

SLTA), dan *Ma'had Aly* (setingkat Perguruan Tinggi). Kemudian pendidikan formal terdiri dari *Raudhatul Athfal* (RA/TK), *Madrasah Ibtidaiyah*, dan Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Al-Fithrah. Pendidikan diniyah *non*-formal meliputi *Madrasah Diniyah Takmiliyah*, Taman Pendidikan Al- Qur'an (TPQ), dan *Ma'had Jami'ah* Al-Fithrah. Adapun pendidikan khusus yang tersedia yakni pesantren kilat di bulan Ramadhan.

Musyawarah harian (pengulangan materi pelajaran), musyawarah *kubra* (musyawarah pada satu kitab tertentu), *bahtsul masail* (kajian dalam pembahasan ilmiah), percakapan bahasa inggris, percakapan bahasa arab, pembelajaran maulid dan rebana pembelajaran manaqib dan kelas khusus santri lanjut usia.

Adapun untuk mengembangkan keterampilan santri, terdapat kegiatan pelatihan baca manaqib, kursus percetakan, kursus *shooting*, kursus bahasa Inggris, kursus bahasa Arab, kursus falak & hisab (ilmu penanggalan), dan kursus kaligrafi & dekorasi.

Kekhasan Pondok Pesantren dapat dilihat dari adanya bimbingan *ubudiyah* keseharian (siang malam), kebersamaan dalam salat *maktubah* dan salat sunnah (salat *isroq*, salat *istikharah mutlaq*, salat *dluha*, salat *isti'adzah*, salat *lisubutil iman*, salat *hajat*, salat *tasbih* dan salat *witir*), kebersamaan dalam memuja dan memuji serta bersyukur kehadirat Allah SWT, kebersamaan dalam bershalawat dan bersalam kepada baginda Rasulullah SAW, kebersamaan dalam kirim

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

do'a (*istighasah dan tahlil*), Kebersamaan dalam pembacaan manaqib Syaikh Abdul Qadir Al Jilani r.a. Kebersamaan dalam makan *talaman* (menggunakan nampan).

Kajian unggulan di pondok pesantren ini dalam bidang Fiqh meliputi *Fiqih Manhaji*, *Mahalli* dan *Mizan Kubra*. Dalam bidang tasawuf meliputi *Risalatul Qusyairiyyah, Ihya' Ulumuddin, Al Hikam Al Athoiyyah, Al Anwarul Qudsiyyah* dan *Al Muntakhbat Firobithotil Qolbiyyah Wa Shilatir Ruhiyyah*. Dalam bidang Tarikh yakni *Al Insanul Kamil*, dan bidang gramatika Bahasa Arab meliputi *Amsilatut Tasrifiyah* & *Alfiyah* Ibnu Malik.

Adapun visi dan misi Pondok Pesantren Assalafi Al fithrah Surabaya sebagai berikut:[49]

a. Visi

   Mensuritauladani akhlaqul karimah baginda Habibillah Rasulillah Muhammad saw., meneruskan perjuangan salafush sholih, terdepan dalam berilmu dan beragama serta mampu menghadapi tantangan zaman

b. Misi

   1) Membentuk jiwa santri yang mampu mensuritauladani Akhlaqul Karimah Baginda Habibillah Rasulillah Muhammad SAW.

[49]Arsip Pondok Pesantren Assalafiyah Al-Fithrah Surabaya.

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

2) Membentuk santri yang mampu melanjutkan perjuangan Salafusholih sebagaimana dicontohkan baginda Habibillah Rasulullah SAW.
3) Membentuk santri yang Terdepan dalam berilmu dan beragama.
4) Membentuk santri yang mampu menghadapi tantangan zaman.

c. Jadwal Kegiatan Santri Menetap

1) Pukul 04.15- 05.40 Wib Tarhim dan Sholat Shubuh
2) Pukul 05.40 - 06.25 Wib Membaca Al Qur'an, Ngaji Kitab, Senam
3) Pukul 06.25 - 06.35 Wib Salat Isyroq, Dhuha dan Isti'adzah*
4) Pukul 06.35 - 07.15 Wib Sarapan Pagi
5) Pukul 07.15 - 07.30 Wib Persiapan Sekolah
6) Pukul 07.30 - 11.50 Wib Masuk Sekolah jam I s/d VI
7) Pukul 11.50 - 12.40 Wib Salat Dhuhur dan Makan Siang
8) Pukul 14.00 - 15.00 Wib Istirahat
9) Pukul 15.00 - 15.20 Wib Persiapan Sholat Ashar
10) Pukul 15.20 - 17.00 Wib Salat Ashar, Ngaji Sorogan, Membaca Al Q ur'an, kursus B.Arab & B.Inggris
11) Pukul 17.00 - 17.30 Wib Persiapan Salat Maghrib
12) Pukul 17.30 - 19.20 Wib Salat Maghrib dan Membaca Burdah
13) Pukul 19.20 - 20.20 Wib Salat Isya'
14) Pukul 20.20 - 20.50 Wib Makan Malam
15) Pukul 20.50 - 21.00 Wib Persiapan Majlis Kebersamaan dalam Pembahasan Kajian Ilmiah (MKPI)

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

16) Pukul 21.00 - 00.00 Wib MKPI
17) Pukul 00.00 - 01.00 Wib Salat Malam (Salat Tasbih, Tahajjud dan Witir)**
18) Pukul 01.00 - 03.30 Wib Istirahat.

2. Deskripsi Konseli

a. Identitas Diri

Nama	: Lailatul Khoiriyah
TTL	: Tulungagung, 10 April 2002
Usia	: 17 Tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Suku Bangsa	: Jawa
Pendidikan Terakhir	: SMP
Alamat	: Gub Mas Gang 3. No. 8
Anak ke	: 1 (satu)
Hobby	: Membaca
Nama Orang Tua	
1) Ayah	: Lamiri (Alm)
2) Ibu	: -
Alamat	:Sumberagung,Kecematan Rejotangan Kab. Tulungagung
Pekerjaan Orang Tua	
1) Ayah	: -
2) Ibu	: IRT

b. Latar Belakang Pendidikan

Semasa sekolah tinggal bersama nenek di desa tempat ia dilahirkan. Sebelum akhirnya ia melanjutkan Sekolah Menengah Ke Atas di Pondok Pesatren Assalafi Al-fithrah, konseli

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

bersekolah di Sekolah dasar dan sekolah Menengah Pertama, artinya, klien memiliki latar belakang pendidikan umum. Konseli mengakui bahwa dirinya awam terhadap Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah.[50]

Sebagai santriwati yang belajar atau menuntut ilmu di pesantren yang memahami, mempelajari dan mengamalkan ajaran islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman sehari-hari. Tujuan pesantren menciptakan dan mengembangkan kepribadian muslim yang salah satunya di pesantren Assalafi Al-fithrah telah mengamalkan Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah yang dapat mengembangkan kepribadian santri. Konseli pertama telah 4 bulan berada di pondok pesantren..

c. Kondisi lingkungan Konseli

Sejak lahir, konseli dibesarkan di Desa Tulungagung dan tumbuh besar di sana hingga berumur 17 tahun. Konseli mengungkapkan bahwa orang-orang yang hidup bersamanya adalah orang yang lemah lembut dan sopan santun dijunjung tinggi. Ia hidup bersama ibu dan neneknya selepas meninggalnya sang Ayah. Seiring berjalannya waktu sang ibu memutuskan menerima pinangan dari seorang laki-laki yang ingin

[50]Hasil wawancara dengan konseli pertama.

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

menikahinya dan memutuskan pindah ke Kota Surabaya mengikuti sang suami bekerja.

Konseli juga selalu menjaga komunikasi dengan orang lain baik itu teman sebaya, orang tua dan anak-anak, sehingga konseli memiliki banyak teman. Sebisa mungkin ketika berbicara menggunakan bahasa yang sopan.[51]

Kondisi lingkungan mempengaruhi bagaimana perkembagan emosi manusia. Cara orang tua dalam mengasuh anak dapat mempengaruhi anak dalam meregulasi emosinya, peran orang tua terhadap kemampuan regulasi emosi anak dapat dapat ditelusuri dari sejauh mana aktivitas orang tua dalam menumbuhkembangkan kemampuan regulasi anak. Seperti konseli yang hidup dengan orang yang lemah lembut membuatnya lebih mudah dalam mengamalkan dan mendalami Tarekat *Qadiriyah wa Naqsabandiyah*.

d. Deskripsi Masalah

Masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh tarekat yang diamalkan santriwati di pondok pesantren terhadap regulasi emosi santriwati. Apakah berpengaruh ketika santriwati yang pada dasarnya tidak mempunyai ilmu tentang tarekat itu dapat mempengaruhi regulasi emosinya, begitupun ketika

[51]Hasil Wawancara konseli pertama.

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

santriwati yang telah mengamalkan tarekat dapat mempengaruhi regulasi emosi.

B. Deskripsi Hasi Penelitian

1. Proses Pengamalan Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah

Adapun secara spesifik amalan-amalan yang diterapkan satri-santriwati meliputi;

a. Salat Subuh:

1) *Qobliyah:* salat Sunnah 2 rakaat

2) *Ba'diyah*: wirid, zikir, tahlil, hingga matahari terbit dilanjut dengan mengaji Al-quran, hingga menunjukkan waktu salat dhuha, kemudia salat berjamaah 6 rakaat, 3 salam, terdiri dari 2 rakaat salat isyroq, 2 rakaat salat dhuha, dan 2 rakaat salat isti'adah

b. Salat Zuhur

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat

2) *Ba'diyah*: wirid dan zikir dan salat sunnah 2 rakaat

c. Salat Asar

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat

2) *Ba'diyah*: wirid dan zikir

d. Salat Maghrib

1) *Qobliyah*: salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat

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

2) *Ba'diyah*: wirid,zikir, salat sunnah *ba'diyah* 2 rakaat, salat sunnah *li as-subut al-iman*, salat sunnah, bacaan *saaltuka Ya Ghaffar*, baca salawat burdah,
3) Setiap malam ahad, pembacaan *manaqib*

e. Salat Isya

1) *Qobliyah*: membaca *nadzoman Aqidat Al-awwam*, salat sunnah *qobliyah* 2 rakaat, khusus di malam jumat: Istighasah, Yasin dan Tahlil
2) *Ba'diyah*: wirid, zikir, salat sunnah *ba'diyah* 2 rakaat, salat *li qodoi al-hajat* 2 rakaat, khusus di malam jumat: Maulid Ar-Rasul.

Untuk pengamalan tarekat secara bersama dilaksanakan berdasarkan jadwal salat. Hal ini dimaksudkan agar menumbuhkan semangat santri-santriwati dalam mengamalkannya. Selama amalan berlangsung secara bersama-sama santriwati membaca bacaannya dengan dipimpin oleh musyrifah menggunakan *microphone* di shaf paling depam. ada juga yang dilaksanakan di hari tertentu bersama masyarakat umum selain daripada elemen Pondok Pesantren. Adapun amalan di luar salat fardhu berjamaah adalah manaqib dan Khususiyah.

Ada banyak jenis amalan dalam tarekat qadiriyah wa naqsabandiyah. Salah satu kitab pegangan amalannya adalah Al-fathatun Nuriyah. Ada juga salawat Burdah, Manaqib. Seperti bacaan pada amalan lain, yang berbeda yakni ada zikir khusus dan khas Tarekat qadiriyah wa naqsabandiyah. Brikut zikirnya:

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

هذه اَلْإِسْتِغَالَاتُ وَ التَّوَجُّهَاتُ وَ الْمُنَاجَاتُ

لَا إِلَهَ إِلَّا الله — رَبَّنَا اَنْفَعْنا بِها
لَا إِلَهَ إِلَّا الله — يَا عَظِيْمُ يَا مَنَّان
مُحَمَّدٌ رَسُوْلُ الله — وَبِهَا اخْتِمْ عُمْرَنَا
الشَّيْخُ عَبْدُ الْقَادِرُ وَلِيُّ الله — قَبْلَ إِدْرَاجِ الأَكْفَانْ
يَا مَوْلَانَا يَا رَحْمان — وَاجْعَلْ قَبْرَنَا بِهَا
بِالْعَطَا حُدْ يَادَبَّانْ — فِى البَهَا مِثْلَ الْبُسْتَان
بِالنَّبِيْ خَيْرِ الوَرَى — وِاحْفَظَنْ اَجْسامَنا
لآ تُحْرِقْنَا بِالنيران — فِيْهِ مِنْ اَكْلِ الدِّيْدَانْ
امطناكُلَّ الْمُنَى — وَاجْعَلْهَا فِى حَشْرِنَا
واغرقنافِى الإِحْسِان — أُنْسَنَا تُنْفِى الأَحْزَانْ
وَاَجِبْ لَنَا الدُّعَا — واسفنا ياربّ
كُلَّ وَقْتٍ وَالْأَحْيَانْ — حَوْضِها الْعَذْبِ الْمِلْئَانْ
واكسناثَوَابَ الرِّضَا — وَبِهَا يَا رَبَّنَا
نَحْنُ مَعَ كُلِّ الإِخْوَان — أُسْكُنَّا اَعْلَا الْجِنَانْ
وَاخْتِمُ بِالحُسْنَى لَنَا — فِى جِوَارِ الْمُصْطَفَى
وَاغْسِلْنَا مِنَ الأَدْرَن — ذِى الْعُلَا بَحْرِ الرِّضْوَان
فَلَنَا كَنْزٌ لَهُ — فَعَلَيْهِ رَبَّنَا
فِى البَرَيَا خَيْرُ شَأْن — ضَلِّ فِى كُلِّ زَمَان
كَلِمَةٌ اَنْوَارُهَا — وَعَلَى اَزْواجِهِ
اَحْمَدَتْ حَرَّالران — وَعَلَى الأَلِ الأَعْيَانْ
لَا إِلَهَ إِلَّا الله — وَ عَلَى اَصحَابِهِ
اَرْوَتِ الْقَلْبَ الضَّمْآنْ — اَهْلِ الْفَضْلِ وَالعِرْفَان
نَشْرُهَا قَدْ فَاحَ فِىْ — مَا بَدَا بَدْرُ الدُّجَى
كُلِّ حِيْنٍ وَزَمَانْ — وَفَشَا نَشْرُ الرَّيْحَان
وَالعَطَايَا وَالرِّضْوَان — وَغَدَا فِى رَوْضِهِ

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

قَدْ يَرَى مَنْ قَالَهَا غُصْنُ بَان
بَيْنَ حُوْرٍ وَالْوِلْدَان خَيْرِيَّةُ خَيْرِيَّةُ
مَنْ غَدَا يَذْكُرُها الشّيْخُ عَبْدُ الْقَادِرُالْجِيْلَان
فَازَ مَا بَيْنَ الأَقْرَانْ كُلِّيَّةُ كُلِّيَّةُ
يَا لَهَا مِنْ كِلْمَةٍ الشّيْخُ عَبْدُ الْقَادِرُالْجِيْلَان
اَشْرَقَتْ مِنْهَا الأَكْوَان خَبْرِيَّة خَبْرِيَّة
قَدْ غَدَتْ مَشْهُورَةً شَيْخُنَا مُحَمَّدُ عُثْمَان
بَيْنَ إِنْسٍ ثُمَّ الْجَانْ كُلِّيَّةُ كُلِّيَّةُ
وهذذَاكِرُهَا شَيْخُنَا مُحَمَّدُ عُثْمَان
جَائِزًا كُلَّ الإِحْسَان خَبْرِيَّة خَبْرِيَّة
نائِلًا مِنْ رَبِّهِ شَيْخُنَا اَحْمَدْ اَسْرَارِى
دُوْنَ كَيْلٍ اَوْ مِيْزَان كُلِّيَّةُ كُلِّيَّةُ
شَيْخُنَا اَحْمَدْ اَسْرَارِى

2. Kondisi Regulasi Emosi Konseli Sebelum Mengenal dan Mengamalkan Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan observasi dan mewancarai konseli mengenai kondisi pendidikan dan lingkungan konseli. Konseli pertama bersekolah di Sekolah Menengah Umum (SMP), artinya klien memiliki dasar sekolah umum yang tidak bersentuhan dengan dunia tasawuf.

Konseli mengungkapkan bahwa dulu ia adalah seorang yang tertutup terbukti ketika ia pulang sekolah, tempat favoritnya adalah kamar, konseli sangat senang membaca, tidak hanya buku bacaan tetapi buku tentang

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

keagamaan pun konseli suka membacanya karena ia akan mendapatkan pengetahuan dari buku tersebut,

Hal itu terlihat di dalam kamar konseli terdapat beberapa jenis bacaan di mulai dari buku pelajaran, sastra, agama hingga novel. begitupun ketika ada masalah yang sedang ia hadapi, jalan keluar yang ia pilih adalah mengurung diri di kamar. Ketika konseli marah, yang ia lakukan adalah memendamnya sendiri dan tidak banyak menggubris hal lain.

Konseli memiliki sifat tertutup atau dapat dikatakan sebagai introvert, dimana ia lebih memilih diam ketika menghadapi masalah dan tidak menceritakan masalahnya sebagai cara untuk menyelesaikan masalah tersebut.

Proses regulasi emosi adalah suatu proses yang berjalan secara lambat dan bertahap selama masa perkembangan dan kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan ataupun ketika mempunyai masalah. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih ataupun marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Konseli munjukkan sikap yang ketika ia marah ataupun sedih, lebih memilih menyendiri.

3. Kondisi Regulasi Emosi Konseli Setelah Mengenal dan Mengamalkan Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah

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

Setelah mengenal dan mengamalkan tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah untuk mengetahui regulasi emosi santriwati sebagai konseli pertama, maka peneliti dapat mengetahui bahwa setelah konseli mengenal dan mengamalkan tarekat, regulasi emosi konseli semakin meningkat, terbukti dari ungkapan konseli, bahwa semenjak mengamalkan tarekat dengan sungguh-sungguh, ia dapat mengontrol emosi ataupun ketika mempunyai masalah, ia lebih terbuka untuk menceritakan masalah yang dihadapi sebagai jalan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Dengan demikian emosi konseli dapat stabil pada kondisi apapun.

Selain itu dalam lingkungan pondok pesantren, konseli mulai bergaul atau berbaur dengan lingkungannya, terbukti dengan hasil observasi, peneliti menlihat secara langsung bahwa konseli mulai bergurau dengan teman-temannya. Selain itu konseli tidak khawatir ketika mempunyai masalah karena dia percaya bahwa Allah tidak pernah memberikan kesulitan di luar batas kemampuan hambanya.

Konseli dalam mengamalkan tarekat sangat diresapi dan masuk ke dalam hati, karena terbilang sebelumnya tidak mengenyam dunia pesantren sehingga dihadapkan dengan tarekat maka ia sangat menekuninya hingga merasakan ketenangan jiwa yang belum pernah ia dapatkan sebelumnya. Untuk mengetahui lebih jelas hasil akhir, dilakukannya ceklis pada santriwati pondok pesantren Assalafi Al-Fithrah Surabaya. Peneliti membuat tabel:

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

Tabel 3.1

Penyajian Data Hasil Ceklis Regulasi Emosi Santriwati

(Adaptasi Gross dan John)[52]

Variabel	**Aspek**	**Indikator Perilaku**	**Respon Konseli**	
			Ya	**Tidak**
Regulasi Emosi	*Strategis To Regulation Emotion (Strategies)*	Keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah yang dihadapi	✓	
		Memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif	✓	
		Mampu dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan	✓	
	Engaging in goal	Kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakan	✓	
		Mampu tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik	✓	
	Dirrected Behavior (Goals)	Kemampuan untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakan	✓	
	Control Emotional Responses (Impulse)	Merespon emosi yang ditampilkan (response fisiologis, toingkah laku dan nada suara).		✓
		Mampu menunjukkan respon emosi yang tepat		✓
	Acceptance Of Emotional Response (Acceptance)	Kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif	✓	
		Tidak merasa malu saat merasakan emosi negatif		✓

[52]Jeames J. Gross, *The Emerging Field of Emotion Regulation*

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

BAB IV

ANALISIS DATA

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis deskriptif komparatif untuk membandingkan data teori dengan data yang ada di lapangan serta membandingkan hasil sebelum dan sesudah proses tarekat yang dilakukan, setelah data di peroleh dengan cara wawancara, observasi dan ceklis seperti yang sudah dipaparkan peneliti sebelumnya.

Berikut ini merupakan analisis data tentang proses pelaksanaan dan hasil akhir pengaruh tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah terhadap regulasi santriwati pondok pesantren Assalafi al-fithrah Surabaya.

Analisis Kondisi Regulasi Emosi Konseli Setelah Mengenal dan Mengamalkan Tarekat *Qadiriyah wa Naqsyabandiyah*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tarekat secara signifikan mampu mempengaruhi tingkat regulasi emosi santriwati yang mengamalkannya dengan sungguh-sungguh. Salah satu bentuk amalan tarekat adalah zikir yang merupakan amalan paling menonjol. Pengamalan zikir yang dilakukan Santriwati Pondok Pesantren Assalafi Al fithrah diterapkan sepanjang hari, setiap hari setiap selesai salat fardlu, Amalan salat sunnah, dan ada amalan di hari tertentu bersama masyarakat umum.

Zikir diyakini dapat menumbuhkan energi akhlak kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi moral. Pada saat seperti ini zikir menumbuhkan iman dapat menjadi sumber akhlak generasi milenial ini.

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

Zikir tidak hanya zikir substansial, namun zikir fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti (ma'rifat) dan mengingat (zikir) 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. Zikir juga dapat mengusir kegelisahan sebagaimana yang dikatakan oleh ahli hikmah dalam kitab *Nasoihul 'ibad* bahwasannya "tiga perkara dapat melenyapkan kegelisahan, yaitu mengingat Allah ta'ala (z ikir kepada Allah), menjumpai wali-wali Allah dan mutiara hikmah orang-orang bijak." Sebab dalam berzikir seseorang akan merasakan ketenangan dan ketentraman, seperti halnya yang dirasakan konseli, dengannya juga kegelisahan yang dirasakan dapat menurun dan kemudian kerja otak dan hati akan stabil sehingga juga akan berpengaruh dalam menyikapi kenyataan hidup dan meregulasi emosi dengan lebih positif.

Ketenangan jiwa merupakan kondisi psikologis yang sangat positif, hal itu dapat dicapai oleh orang-orang beriman setelah mereka mencapai tingkat keyakinan yang tinggi. Sementara keyakinan tidak datang dengan sendirinya. Ia harus dicapai salah satunya dengan melaksanakan zikir kepada Allah SWT.[53]

Dalam hal ini tarekat terus berkembang dan terus digalakkan para ahli tarekat, hal ini karena mereka berkeyakinan, bahwa fitnah yang dihadapi umat islam dari waktu ke waktu terus bertambah besar dan

[53]Syekh An nawawi al bantani. *Nasoihul Ibad.*

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

kehidupan kesufian serta metode psikoterapi yang ada dalam tarekat telah terbukti efektif untuk menyelamatkan moral dan aqidah umat.

Sebagai ilmu terapan, ajaran tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah dapat digunakan untuk perumusan ilmu jiwa agama atau psikologi agama, begitu pula dengan regulasi emosi, tarekat ini mampu memberikan dampak bagi Santriwati Pondok Pesantren Assalafi Al fithrah yang megamalkan tarekat tersebut. Ketenangan jiwa dalam berzikir diharapkan mampu menstabilkan emosi seseorang dan secara signifikan mampu meregulasi emosinya sebagai wujud menciptakan akhlakul karimah yang baik untuk generasi islam secara menyeluruh.

Berdasarkan hasil ceklis di bab sebelumnya, bahwa konseli secara signifikan mengalami peningkatan regulasi emosi. Pada mulanya konseli yang ketika mengalami permasalahan, ia lebih memilih memendam, dan tidak menggubris apapun. Meskipun orang itu tidak bersangkut paut dengan masalahnya. Konseli lebih senang hidup dengan duninya sendiri dan tidak memperhatikan orang lain. Setelah mengamalkan tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah sebagai amalan tetap di Pondok Pesantren Assalafi Al fithrah Surabaya, kini konseli lebih terbuka dan bersedia menceritakan apa yang sedang dialaminya saat sedang menghadapi masalah. Lebih menerima apa yang sedang dialaminya dan mampu menemukan cara untuk dirinya bisa lebih tenang dalam menyelesaikan masalah. Konseli saat ini lebih mampu bersikap seperti biasa meskipun dalam keadaan marah. Tetap melakukan sesuatunya dengan baik, misalnya tetap mengikuti pelajaran

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 baik meskipun cenderung tidak menyukai pelajaran saat itu dan mulai menyukai pelajaran tersebut. Penerimaan diri klien terhadap emosi yang dirasakan sudah teregulasi sedikt demi sedikit, demikian pula konseli sedikit demi sedikit belajar untuk menunjukkan emosi yang tepat sesuai apa yang dirasakan. Ketika sedih, konseli lebih memilh curhta kepada Allah dalam salat dan doanya dibandingkan melupkan amarahnya. Dan tidak memungkiri emosi yang dirasakan apalagi hingga merasa malu.

Pada dasarnya setiap manusia tentu memiliki emosi, baik itu positif maupun negatif. Menurut Krausa, "seseorang yang tinggi tingkat religiusitasnya akan berusaha untuk menampilkan emosi yang tidak berlebihan bila dibandingkan dengan orang yang tingkat religiusitasnya rendah". Dalam hali ini tarekat sebagai aspek religiusitas atau keagamaan sebagai benteng atas keimanan seseorang. Konseli berusaha mengamalkan tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah dengan sungguh-sungguh sebagai jalan memperkuat keimanan, dengan demikian segala bentuk emosi dapat teregulasi dengan baik dan tepat.

Untuk lebih jelasnya berikut penjelasan Analisis Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah terhadap regulasi emosi konseli.

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

Tabel 3.2

No.	Tahap Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah	Regulasi Emosi
1.	**Kesempurnaan Suluk**, Ajaran yang ditekankan dalam ajaran tarekat qadiriyah wa naqsyabandiyah adalah suatu keyakinan akan kesempurnaan suluk (merambah jalan kesufian dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah) yakni berada dalam 3 dimensi yaitu iman, islam, dan ihsan.	Pada tahap ini konseli dapat mengetahui tingkat regulasi emosinya dan dapat mengurangi emosi yang negatif berlebih.
2.	**Adab (Etika)** Adab merupakan unsur ajaran pokok. Dlam hal ini seorang murid harus senantiasa menjaga adab kapada Allah SWT., kepada Syekh(Guru), kepada Ikhwan dan kepada diri sendiri.	Dalam ajaran ini menjadikan konseli mampu memahami jiwanya sehingga dapat mengekspresikan emosinya ketika berhadapan dengan orang lain di sekitarnya
3.	**Amalan Zikir** Tarekat Qadiriyah wa naqsyabandiyah pada dasarnya adalah amalan zikir. Dalam sebuah tarekat, zikir dilakukan secara terus menerus(Istiqomah), hal ini dimaksudkan sebagai suatu latihan psikologis (riyadath an-Nafs) agar seseorang dapat mengingat Allah pada setiap waktu dan kesempatan.	Dengan amalan zikir, konseli mampu menenangkan dirinya ketika sedang bergejolak emosinya. Karena dengan berzikir, ia senantiasa mengingat Allah SWT.
4.	**Muraqabah**, Berarti meletakkan sesuatu di bawah perhatian, penantian, pengawasan, hidup dalam peraaan senantiasa diawasi.	Senantiasa menjaga diri dari emosi negatif dan memilih diam dalam keadaan tertentu. Tetapi tetap menjaga akhlak terhadap sesame.

Dan secara rinci, dijelaskan bentuk perubahan emosi konseli disesuaikan dengan indikator Regulasi Emosi Menurut Gross dan Jhon

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

Tabel 3.3

Variabel	Aspek	Indikator Perilak	Respon Konseli		Perubahan Regulasi Emosi
			Ya	Tidak	
Regulasi Emosi	*Strategis To Regulation Emotion (Strategies)*	Keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah yang dihadapi	✓		Dalam aktivitas sehari-hari, konseli senantiasa ymeyakini mampu mengatasi masalah dengan berfikir positif lebih awal dan mengambil air wudlu dan senantiasa berzikir dalam hati memngingat Allah hingga ia tenang, karena meyakini bahwa tidak ada masalah yang tidak dapat diselesaikan dan tentunya yakin bahwa segaa sesuatu sesuai dengan kadar kemampuan manuasia dalam mengahadapinya.
		Memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif	✓		Kebiasaan Konseli adalah dengan mengambil air wudlu terlebih dahulu dan berdzikir kemudian mencari jalan keluar terbaik juga terkadang meminta solusi kepada guru
		Mampu dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan	✓		Konseli senantiasa mengiangat Allah dengan berzikir, juga membaca buku kesenanganya.
	Engaging in goal	Kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang	✓		Hingga saat ini, konseli menepis emosi berlebihan

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

		dirasakan			dengan berwudlu
	Dirrected Behavior (Goals)	Mampu tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik	✓		Ketika sedang mengalami emosi negatif, selalu mencoba ikhlas dengan tidak berprasangka buruk kepada apapun dan siapapun
		Kemampuan untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakan	✓		Konseli selalu memilih diam saat bergejolak emosinya
	Control Emotional Responses (Impulse)	Merespon emosi yang ditampilkan (response fisiologis, toingkah laku dan nada suara).		✓	Saat merasakan emosi negative konseli terlihat seperti keadaan normal biasanya
		Mampu menunjukkan respon emosi yang tepat		✓	Ketika sedang mengalami emosi negative, konseli memilih banyak diam dari biasanya
	Acceptance Of Emotional Response (Acceptance)	Kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif	✓		Konseli menikmati hidupnya, dan dijalani sebagai sebuah pelajaran hidup. Begitupun dengan emosi negatif, klien senantiasa semakin belajar mengontrol emosi agar tidak mudah bergejolak.
		Tidak merasa malu saat merasakan emosi negatif		✓	Konseli selalu lebih banyak diam dari biasanya untuk tidak terlihat saat emoasinya bergejolak di hadapan teman-temannya dan orang lain.

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

BAB V

PENUUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, Tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah sebagai ajaran yang diamalkan oleh segenap warga Pondok Pesantren Assalafi al-Fithrah Surabaya memiliki dampak terhadap regulasi emosi pada remaja. Dalam hal ini pada Santriwati usia enam belas tahun dan tujuh belas tahun.

Peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa pengaruh tarekat ini sangat bergantung pada proses pengamalan konseli. Konseli yang telah mengenal dan mengamalkan tarekat selama enam bulan lamanya memiliki karakter yang kalem dan tenang akan berdampak cepat dan signifikan pada konseli, konseli juga mengamalkan tarekat dengan penuh perhatian, sungguh-sungguh dan sepenuh hati. Memiiliki keseriusan akan sesuatu tentu akan berdampak secara utuh pada diri sseorang.

Memang banyak faktor yang mampu mempengaruhi seseorang untuk benar-benar terjun dalan suatu hal, begitu pula dengan amalan tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah berpengaruh terhadap regulasi seseorang. Karena ketika sedang mengamalkan amalan tersebut, jika sungguh-sungguh dalam mengamalkannya tentu akan berada dalam kondisi tenang dan nyaman, sehingga ketika hal tersebut dibawa dalam kehidupan sehari-hari maka sangat berperan dalam regulasi emosi seseorang dan bersikap kepada seseorang.

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

B. Saran

Dalam penelitian ini peneliti menyadari bahwa masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu peneliti berharap bahwa peneliti selanjutnya dapat menyempurnakan hasil dari penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka dapat dikemukakan saran saran sebagai berikut:

1. Guru Bimbingan Konseling

   Untuk guru bimbingan konseling, seharusnya lebih memperhatikan perkembangan siswa. Menjadi motivator untuk siswa yang mempunyai masalah maupun tidak mempunyai masalah agar pembentukan emosi atau regulasi emosi siswa lebih baik.

2. Pembaca dan akdemisi prodi bimbingan dan konseling Islam

   Skripsi ini dapat dijadikan rujukan dalam rangka pengembagan teori dan penelitian selanjutnya tentang pengaruh taekat Qadriyah wa Naqsyabandiyah terhadap regulasi emosi santriwati. Selain itu dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi para pembaca mengenai tarekat Qadriyah wa Naqsabandiyah dan mengenai regulasi emosi.

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

DAFTAR PUSTAKA

Abu Bakar Aceh. *Pengantar Ilmu Tarekat.* CV. Ramadani, 1936.

Ali. Mohammad. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012.

Al-hikmah Al-quran dan terjemahnya. Jawa Barat: CV Penerbit Diponerogo, 2010.

Arsip Pondok Pesantren Assalafiyah Al-Fithrah Surabaya

As-Sakandariyah, Ahmad. *Syarah Al-hikam*. Surabaya: Ampel Mulia. 2005.

Aqib, Kharisuddin. *Al-hikmah Memahami Teosofi Tarekat Qadiriyah Wa Naqsabandiyah*. Surabaya: Dunia Ilmu.

B. Hurlock Elizabeth, *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.

Coon, Denis. *Fandamentos De Psiclogia*: Mexico: CV Una Division De Thompson Learnig 2005Ghazali, M, Bahri. *Pesantren Berwawasan Lingkungan*. Jakarta: CV. Prasasti. 2004.

Goleman, Daniel. *Kece rdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2000.

Gross, James J., *The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review* Journal: *Review of General Psychology* 1998.

Hadrotus Syaikh Al-Murabi Al-Mursyid Achmad Asrori Al-Ishaqy RA, Setetes Embun Penyejuk Hati, Surabaya: Jama'ah Al-Hikmah, 1430 H/2009 M.

J W Santrock. *Remaja Edisi 11 Jilid 1*. Jakarta: Erlangga. 2007

Kevin N. Ochsner, dkk. *The Cognitive Control of Emotion*, Journal of Trends in Cognitive Sciences, Vol. 9 No. 5 May 2005

Kurniasih, Wulan. *Regulasi Emosi Remaja yang Memiliki Pola Asuh Otoriter*.

Lexy J.Melong. *Metode Penelitian*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016

Mandasari, Ayun. "Peranan KH. Achmad Asrori Al Ishaqi dalam Pendirian dan Perkembangan Tarekat Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah Al Utsmaniyah di Desa Domas Kecamatan Menganti Gresik tahun 1988-2000.

Nahartyo, Ertambang, dkk., *Panduan Praktis Riset Eksperimen.* Jakarta: PT Indeks, 2016

Naskah Publikasi Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2013

Rachmat Kriyantono, *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana, 2006

Ross A. Thompson, *Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. Monographs of the Society for Research in Child Development*, Vol. 59 No.2/3

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

Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan kuantitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta, 2015.

Susilo Rahadjo dan Gudnanto. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Jakarta: Kencana, 2013

Kevin N. Ochsner, dkk. *The Cognitive Control of Emotion,* Journal of Trends in Cognitive Sciences, Vol. 9 No. 5 May 2005.

Peeter Salovey. Emotional Development and Emotional Intelligence. New York: Basicbools 1997.

Van Bruneissen, Martin. *Tarekat Naqsabandiyah Di Indonesia. Indonesia*: Mizan. 1992.

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