Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Kasus di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar)

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

Tarwalis

NIM : 421206705

Mahasiswa Fakultasn Dakwah dan Komunikasi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY

BANDA ACEH

1438 H/2017 M

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Ar-Raniry Darusalam Banda Aceh Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana S-1 Dalam Ilmu Dakwah Bimbingan Dan Konseling Islam

Oleh :

TARWALIS
Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam
NIM : 421206705

Disetujui Oleh :

Pembimbing Pertama	**Pembimbing Kedua**
Drs. Mahdi NK, M. Kes	**M. Yusuf MY, S. Sos. I. MA**
NIP. 19610808 1993 03 1001	**NIP.**

Telah dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, Dinyatakan Lulus dan Disahkan sebagai Tugas Akhir Penyelesaian Program Sarjana S-1 Dalam Ilmu Dakwah

Pada Hari/Tanggal

Jumat, 28 Juli 2017 M
28 Dzulqa'dah 1438 H

Di
Darussalam-Banda Aceh

PANITIA SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Ketua,

Drs. Mahdi NK, M. Kes
NIP. 19610808 1993 03 1001

Sekretaris,

M. Yusuf MY, S. Sos. I. MA
NIP.

Penguji I,

Mira Fauziah, M.Ag
NIP. 19720311199803 2002

Penguji II,

Drs. Umar Latif, MA
NIP. 19581120 1992 1 001

Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry,

Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd
NIP. 196412201984122001

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Dengan nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang, syukur Alhamdulillah Allah SWT masih memberikan kepada penulis kekuatan, kesehantan dan petunjuk, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul "***Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Khasus Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar)*** untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Dakwah dan Komunkasi UIN Ar-Raniry, kemudian shalawat dan salam penulis bermohon kepada Allah semoga tetap tercurahkan kepada baginda Rasulullah SAW yang telah bersusah payah membawa umatnya dari zaman jahiliyah kezaman islamiah. Seperti yang kita rasakan saat ini.

Dalam proses penulisan skripsi ini banyak mengalami kendala, namun berkat petunjuk dari Allah SWT, dan bantuan, bimbingan serta kersa sama dari berbagai maka kendala/kesulitan yang dihadapi tersebut dapat diselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana (SI) di jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Penulis menyadari bahwa ini bukanlah tujuan akhir belajar karena belajar adalah sesuatu yang tidak terbatas.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis sadar masih banyak dijumpai kekurangan dan kelemahan, karena keterbatasan penulis sendiri, namun penulis

berharap dengan adanya skripsi ini dapat menjadi gagasan dan sumbangan pikiran tentang Dampak Dzikir Terhadap Ketenagan Jiwa.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak memperoleh bimbingan, arahan, bantuan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu maka penulis ucapkan ribuan terimah kasih yang tak terhingga kepada yang mulia ayahanda tercinta *M.Idrus ali*, dan ibunda tersayang *Nurbaiti* yang telah melahirkan, membesarkan dan merawat saya, dengan doa dan cucuran keringat beliau penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Serta kepada kakak tersayang Agus Tina dan abang tercinta Irwan Muktar yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

Selanjutnya penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada bapak Drs.Mahdi NK,M.Kes sebagai pembimbing satu dan bapak Muhammad Yusuf, MY, S.Sos,i MA sebagai pembimbing dua sekaligus Tgk bagi penulis dipengajian Babul huda, yang dengan sabar, tekun, tulus dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran memberikan bimbingan, dukungan, motivasi, arahan, dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi.

Kemudian ucapan terimakasih penulis kepada Penasehat Akademik (PA) yaitu ibu Dr.Kusmawati Hatta, M.Pd sekaligus dekan dilingkungan Fakultas Dakwah, yang begitu sabar ikhlas dalam mendidik sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Selanjutnya ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Rektor, Ibu Dekan, Bapak ketua Jurusan, Penasehat Akademik, Para Dosen, serta Civitas Akademika Fakultas Dakwah dan Komunikasi, atas kesempatan dan fasilitas yang telah diberikan kepada saya selama mengikuti dan menyelesaikan pendidikan (S1) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Ucapan terimakasih penulis kepada Perpustakaan UIN Ar-Raniry, Taman Baca Fakultas Dakwah dan Komunikasi, perpustakaan Wilayah, Perpustakaan Baiturrahman, dan perpustakaan Unsyiah yang telah banyak membantu penulis dalam mendapatkan bahan skripsi

Selanjutnya ucapan terimakasih penulis kepada sahabat-sahabat tercinta sekaligus juga teman Cos yang telah banyak membantu dari segala hal baik moril maupun materil kepada penulis. Dalam kesempatan ini penulis juga berterimakasih kepada teman-teman, seperjuangan angkatan 2012, jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberi motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhirul Kalam, kepada Allah jualah kita berserah diri semoga dilimpahkan rahmat dan karunianya kepada kita semua.

Amin Ya Rabbal' Alamin.

Banda Aceh 21 Juni 2017

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

KATA PENGATAR ..... **i**
DAFTAR ISI ..... **iv**
DAFTAR TABEL ..... **vi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **vii**
ABTSRAK ..... **viii**

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 7
D. Mafaat Penelitian 7
E. Definisi Oprasional 8

BAB II : LANDASAN TEORITIS

A. Dampak Dzikir 11
   1. Pengertian Dzikir 11
   2. Manfaat Dzikir 14
   3. Dzikir Membawa Ketenangan dan Kebahagian 22
   4. Dzikir Sebagai Solusi terhadap Masyarakat Modern 25
B. Ketenangan Jiwa 28
   1. Pengertian Jiwa 28
   2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Jiwa 34
   3. Pengaruh Terapi Dzikir Bagi Kesehatan Jiwa 39
   4. Dzikrullah Sebagai Terpi Jiwa 46

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian 49
B. Subjek Penelitian 50
C. Teknik Pengumpulan Data 50
D. Teknik Anlisis Data 52

BAB IV : DESKRIPSI DATA DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 55
B. Deskripsi Hasil Penelitian 62
C. Pembahasan Hasil Penelitian 67

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan..... 70
B. Saran 70

DAFTAR PUSTAKA 73
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul "*Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Kasus di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar)"*. Sebagian jama'ah dzikir ketika menghadapi musibah, ujian, dan cobaan yang datangnya dari Allah maka jama'ah belum mampu bahkan sering menemukan masalah seperti, seringnya putus asa, kurangnya kesabaran, keiklasan, pikiran tidak tenteram dan hidup jadi muram seharusnya itu semua tidak dilakukan. Keadaan seperti ini menunjukkan bahwa belum terlihat dampak positif dari dzikir yang dilakukannya. Dengan demikian yang menjadi rumusan masalah yaitu: Bagaimana dampak jama'ah dzikir terhadap ketenangan jiwa di Gampong Baet,Kendala-kendala apa saja yang di hadapi jama'ah dzikir di Gampong Baet, sehingga kurang mempengaruhi ketenangan jiwanya. Penelitian ini betujuan untuk mengetahui dampak jama'ah dzikir terhadap ketenagan jiwa, untuk mengetahui kendala-kendala apa saja yang dihadapi oleh jama'ah dzikir di Gampong Baet, sehingga kurang mempengaruhi ketenangan jiwa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan Deskriptif Analisis, yaitu penelitian dengan mengumpulkan data di lapangan dan menganalisa serta menarik kesimpulan dari data tersebut. Dalam pengambilan sampel, penulis menggunakan teknik *purposive sampling.* subjek dari penelitian ini sebanyak tujuh respondens yang terdiri dari beberapa gampong. Adapun teknik pengumpulan data penulis menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Dampak yang terlihat ketika selesai berdzikir adalah dapat menimbulkan rasa ketenangan di dalam jiwa, menghilangkan stres, meringankan badan, lebih tawaduk rendah hati, memperbaiki akhlak hingga apabila ada musibah atau ujian yang datang dari Allah maka akan timbul kesabaran dan selalu berserah diri kepada Allah. Di samping itu kendala-kendala yang dihadapi jamaah dzikir adalah berupa kebisingan suara sepeda motor dan juga lokasi atau tempat berdzikir tersebut terlalu kecil sehingga sebahagian jama'ah kerap kali berdesak-desakan.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Istilah Dzikir biasanya terkait dengan bacaan Al-Qur'an, tasbih, tahmid, tahlil, takbir, dan mengucapkan shalawat atas Nabi Muhammad SAW, juga terkait dengan do'a untuk memohon kebaikan dunia dan Akhirat. Apakah itu do'a *mutlaq* (bebas dibaca tanpa ada batasan), atau do'a *muqayyad* (tergantung pada waktu dan kondisi tertentu), Dan sebaik-baik dzikir adalah membaca Al-Qur'an Al-Karim.[1]

Seorang muslim memang diperintahkan untuk berdzikir kepada Allah SWT pada setiap waktu dengan hati, lisan, dan anggota badannya, karena dzikir adalah obat kegersangan hati yang dapat melandasi perilaku manusia sebagaimana dalam Al-Qur'an Allah berfirman:

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

Artinya : *(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. (QS. Al-Ra'du: 28).* [2]

---

[1]Ahmad Bin Abdul Isa, *Ensiklopidia Doa dan Wirit Shahih*, (Surabaya: Pustaka Elba, 2006), Hal. 25.

[2]Soenarjo, dkk, *Al-Quran dan Terjemahnya (*,Departemen Agama RI, Jakarta, 2004), hal. 373.

Berdzikir bukan hanya ucapan tahlil, tasbih, tahmid, dan takbir tetapi membaca ayat-ayat suci Al-Qur'an juga merupakan dzikir. Sesungguhnya ayat-ayat suci Al-Qur'an, memiliki keutamaan yang sangat besar sebagai penawar untuk menjernihkan hati, membersihkan jiwa, dan dengan dzikir semakin kuat tertanam dalam hatinya keridhaan serta kelapangan hati dan ia akan merasakan adanya ketenangan dan kelegaan.[3]

Untuk sampai kepada jiwa yang tenang seperti yang dirumuskan di atas, maka dzikir memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia, karena dzikir merupakan suatu kebutuhan psikis manusia yang merindukan ketenangan dan kebahagiaan, disamping itu juga dapat memberikan bimbingan jiwa manusia untuk memotivasi berbuat baik dengan mencegahnya dari perbuatan dosa, menghidupkan hati sanubari, dan meningkatkan jiwa agar jangan lalai dan lupa, kepada Allah SWT.

Segala bentuk ibadah yang kita kerjakan, terutama dzikir yang kita baca, sangat berpengaruh dalam menyehatkan dan menguatkan badan kita. Sedangkan tidur dan banyak meninggalkan dzikir hanya akan mendatangkan kemalasan di badan dan mengeraskan hati. Kedekatan seorang hamba kepada Allah tergantung pada banyaknya dzikir yang dia ucapakan, dan kejauhannya kepada Allah juga tergantung pada kelalaiannya dari dzikir pada Allah.

Dzikir itu bisa membuka pintu-pintu cakrawala, menghapuskan kesalahan, dan menghilangkan kesepian antara hamba dengan Rabbnya. Penyebab datangnya

---

[3] Muhammad' Utsman Najati, *Psikologi Dalam Tinjauan Hadist Nabi*, cet, 1, (Jakarta: Mustaqiim, 2003,), hal. 421.

sakinah(ketenangan), rahmat, dan banyak dikelilingi Malaikat, dengan dzikir, seorang hamba tak sempat berbuat *ghibah* (*mengupat*), *namimah* (mengadu domba), berdusta, berucap kotor, dan hal-hal tidak benar lainnya.

Hati seorang yang lalai kepada Allah hanyalah sekedar "tembok atau dinding dari sebuah ruangan", dan hati seorang yang mengingat Allah adalah objek pencerahan Ilahi. Itulah sebabnya para sufi terkemuka memandang dzikir atau mengingat Allah sangat penting untuk membersihkan hati. Yang demikian ini bukanlah pendapat personal mereka, melainkan dijelaskan oleh Al-Qur'an dan hadis Nabi.

Islam menawarkan berbagai solusi dalam menyelesaikan masalah jiwa yaitu dengan merujuk Al-Qur'an dan As-Sunah. Salah satu terapi yang dianjurkan di dalam Al-Qur'an adalah dzikir menangani gangguan jiwa. Dzikir secara bahasa bermakna ingat pada Allah dengan menghayati kehadiran Nya. Dzikir merupakan sikap batin yang di biasanya diungkap melalui ucapan tahlil (*Laa ilahaillaulah*, artinya tiada tuhan selain Allah), tasbih (*subhanallah* artinya Maha Suci Allah), tahmid *(Alhamdulillah* artinya segala puji bagi Allah) dan takbir (*Allahu Akbar* artinya Allah Maha Besar).[4]

Dzikir dalam hal ini dimaksudkan sebagai salah satu sarana untuk sikap batin terapi agama terhadap berbagai kondisi kehidupan masyarakat yang banyak mengalami kegoncangan hidupnya, seperti : frustasi, kecewa, bahkan melakukan perbuatan nekat untuk bunuh diri. Pelaksanaan dzikir ini semakin terlihat semarak

---

[4] Tristiadi Ardi Ardani, *Psikologi Islam*, cet1, (Jakarta: Malang Press, 2008,) ,hal.332.

dalam akhir-akhir ini, baik yang dilaksanakan oleh organisasi sosial keagamaan maupun institusi pemerintahan. Fenomena dzikir yang semakin semarak saat ini tentu saja memiliki dampak positif bagi kehidupan masyarakat yang terkuasai oleh ilmu pengetahuan dan dampak modernisasi. Salah satu manfaat yang dapat diperoleh dari pelaksanaan dzikir tersebut adalah tercapainya rasa tenang dan tenteram bagi jiwa dan raganya juga dapat menyambung silaturahim antara satu sama lain.

Apabila dzikir dilakukan dengan khusyuk dan penuh kosentrasi maka jiwa dan pikiran akan merasakan ketenangan. Dzikir yang dilakukan dengan penuh khidmat akan timbul dalam jiwa seseorang itu kedamaian demi tercapainya kebahagiaan dan ketenangan pada dirinya, serta dapat membantu menghilangkan rasa sedih, stress, frustasi, putus asa, khawatir, dan takut. Dan ini merupakan beberapa gejala jiwa yang berat.

Seharusnya ketika berdzikir seseorang harus merenungi, memahami arti, dan mengucapkannya secara fasih agar hati menjadi lebih berkonsentrasi dan akan menghadirkan keagungan dan kemuliaan Allah. Juga yang harus diperhatikan seseorang saat berdzikir adalah: menjaga kebersihan badan, menjaga kebersihan tempat yang digunakan berdzikir, memilih waktu yang tepat, dan juga memilih tempat-tempat mulia yang banyak berkahnya seperti di masjid, meunasah, dan lain sebagainya.[5]

---

[5] Samsul Munir Amin, Haryanto, *Energi Dzikir*, (Jakarta: Amzah, 2008), hal. 44

Sebagaimana diketahui bahwa setiap daerah mempunyai organisasi dibidang keagamaan tersendiri seperti, pengajian bersama, yasinan, dan lain sebagainya termasuk kelompok dzikir. Dengan tujuan menambah keimanan, menyambung silaturahmi, dan juga menghidupkan syiar agama disetiap saat agar islam bisa terus berkembang diseluruh penjuru dunia. Demikian halnya masyarakat Aceh yang juga tidak ketinggalan dalam hal keagamaan tersebut. khususnya jama'ah dzikir di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar yang setiap minggunya rutin melakukan dzikir bersama, khususnya pada malam jum'at. Dengan harapan dapat menenangkan jiwa dan pikiran. Mereka melakukannya baik setelah shalat lima waktu maupun pada momen-momen tertentu. Misalnya di masjid-masjid terdekat, rumah-rumah tetangga dan tempat-tempat terbuka lainnya, baik di malam hari maupun di siang hari.

Awal mula di bentuk jam'ah dzikir yang berada di Gampong Baet pada tahun 2010, dengan jumlah jam'ah sebanyak tujuh orang. Namun hari berganti hari bahkan pergantian tahun kesadaran masyarakat mulai tumbuh, jam'ah dzikir terus bertambah hingga 130 jam'ah. Jam'ah yang mengikuti dzikir tidak hanya masyarakat yang berdomisili di Gampong Baet saja, akan tetapi ada beberapa Gampong tetangga yang juga mengikuti dzikir tersebut seperti, Gampong Blang Krung, Gampong Rukoh dan Gampong Kaju.

Beberapa fenomena yang muncul terlihat pada jiwa jama'ah dzikir tersebut bermacam-macam seperti kurangnya ketenagan jiwa, putus asa, gelisah, dan sangat cinta terhadap dunia. Sehingga dapat menimbulkan gangguan pada kejiwaanya. Seharusnya ketika seseorang yang melakukan dzikir tersebut hatinya

selalu tenang, tidak mudah putus asa, gelisah yang walaupun sedang dihadapi dengan ujian dan cobaan dari Allah SWT.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti temukan dikalangan jam'ah dzikir gampong Baet bahwa sebagian jam'ah dzikir ketika menghadapi musibah, ujian, dan cobaan yang datangnya dari Allah SWT maka jam'ah belum mampu bahkan sering menemukan masalah seperti, seringnya putus asa, kurangnya kesabaran, keikhlasan, fikiran tidak tenteram, hidup menjadi muram, gelisah tidak menentu, bahkan sering menyendiri yang seharusnya itu semua tidak dilakukan. Keadaan seperti ini menunjukkan bahwa belum terlihat dampak positif terhadap dzikir yang dilakukannya.[6]

Dari permasalahan di atas, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai bagaimana ***"Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Kasus di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar)".***

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana dampak jama'ah dzikir terhadap ketenangan jiwa di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar ?
2. Kendala-kendala apa saja yang di hadapi jama'ah dzikir di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar, sehingga kurang mempengaruhi ketenangan jiwanya.?

---

[6] Hasil Observasi Beberapa Sampel Sebelum Penelitian Pada Tanggal 25 Maret, 2017.

C. Tujuan Penelitian

1 Untuk mengetahui dampak jama'ah dzikir terhadap ketenagan jiwa di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar.

2 Untuk mengetahui kendala-kendala apa saja yang dihadapi oleh jama'ah dzikir di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar, sehingga kurang mempengaruhi ketenangan jiwa.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah

1. Dari segi teoritis
   a. Dapat mengasah daya pikir mahasiswa dan intelektualitas mahasiswa dalam mengaji serta meneleliti suatu permasalahan yang terjadi pada suatu lingkungan dalam menghasilkan suatu karya ilmiah.
   b. Untuk mengetahui solusi terhadap permasalahan yang dihadapi masyarakat baet dalam melaksanakan dzikir, serta menjadi bahan pengetahuan ketika berdzikir.
2. Secara praktis
   a. Diharapkan dengan menghasilkan sebuah karya ilmiah ini dapat menambah wawasan kepada para pembaca dan mendorong penulis untuk melakukan kajian yang lebih rinci yang berkaitan dengan dampak dzikir terhadap ketenangan jiwa

b. Untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu pengetahuan yang diliputi selama mahasiswa mendalami ilmu dalam berbagai mata kuliah di fakultas dakwah dan komunikasi serta berupaya untuk menghindari berbagai persoalan yang dihadapi mahasiswa.

E. Definisi Operasional

1. Dampak

Dampak adalah sesuatu yang memungkinkan sangat mendatangkan akibat[7]. Dampak menurut istilah adalah benturan, pengaruh yang yang mendatangkan akibat baik positif maupun negatif[8] Dampak yang dimaksudkan penulis dalam kajian ini adalah akibat dzikir dari terhadap ketenangan jiwa pada masyarakat gampong Baet. Dampak secara sederhana bisa diartikan sebagai pengaruh atau akibat. Dalam setiap keputusan yang diambil seseorang biasanya mempunyai dampak tersendiri, baik itu dampak positif maupun negatif.

2. Dzikir

Secara *lughawi* (etimologis), dzikir berati mengingat Allah atau menyebut. Dzikir berasal dari kata *dzakara-yadzkuru-dzikran*, yang dalam bahasa Arab lebih banyak diartikan menyebut, mengingat.[9] Dengan

---

[7] Kamisa, *Kamus lengkap Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Kartika, 1997), Hal. 121

[8] Ibid..., Hal. 131

[9] M. Sanusi, *Dzikir Itu Ajib Bukti-bukti Dzikir Dapat Menyempurnakan Kepribadiaanmu*, (Jogjakarta:DIVA Press, 2014), Hal. 22.

demikian dzikir adalah mengingat kepada Allah disetiap saat baik itu ketika senang maupun susah.

Pengertian terminologi dzikir sering dimaknai sebagai suatu amal ucapan atau amal melalui bacaan-bacaan tertentu untuk mengingat Allah. Berdzikir kepada Allah adalah suatu rangka dari rangkaian imam dan islam yang mendapat perhatian khusus dan istimewa dari Al-Qur'an dan As-Sunnah. Hal ini dibuktikan dengan begitu banyaknya ayat Al-Qur'an dan Al-Hadist Nabi yang membahas masalah ini.[10]

3. Ketenangan jiwa

Secara bahasa jiwa berasal dari kata *psyche* yang berati jiwa, nyawa atau alat untuk berfikir.[11] Sedangkan dalam bahasa Arab sering disebut dengan *"an nafs".* Imam Ghazali mengatakan bahwa jiwa adalah manusia-manusia dengan hakikat kejiwaannya. Itulah pribadi atau zat kejiwaannya.[12]

Ketengan jiwa adalah orang yang memiliki seseimbangan dan keharmotisan didalam fungsi-fungsi jiwanya, memeliki kepribadian yang terintegrasi dengan baik, dapat menerima sekaligus menghadapi realita yang

---

[10] Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi, *Energi Zikir*, cet, 1, (Jakarta: Amzah, 2008,) , hal. 11.

[11]Irwanto,ddk. *Psikologi Umum,* (Jakarta: PT. Gramedia Pusta Utama, 1991), hal.3.

[12]Imam Ghazali, *Keajaiban Hati, (terj) Nur Hicmah. Dari Ajaib Al Qalb*, (Jakarta: Tirta mas,1984), hal.3.

ada, maupun memecahkan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri dan keberanian serta dapat menyesuikan diri dengan lingkungannya.[13]

Dengan demikian jiwa itu adalah abstrak artinya tidak bisa diteliti dan lihat akan tetapi sikap dan perilakunya yang bisa diteliti.

---

[13] Kartini kartono, *Kesehatan Mental dalam Islam, (*Bandung :Mandar Maju, 1989 *)*,hal 4.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Dampak Dzikir

1. Pengertian Dzikir

Menurut bahasa, kata "dzikir" berasal dari bahasa Arab yaitu *Yazkuru-zakara-tazkara* yang mengandung arti menyebut, mengucap, menuturkan. Menurut Al-Habsyi dzikir mengandung arti menceritakan, memuji dan mengingat. Sedangkan menurut istilah, dijelaskan dalam Ensiklopedia Hukum Islam, dzikir dapat berarti suatu aktivitas berupa:

a. Ucapan lisan, gerak raga, maupun getaran hati sesuai dengan cara-cara yang diajarkan agama, dalam rangka mendedahkan diri kepada Allah.
b. Upaya untuk menyingkirkan keadaan lupa dan lalai kepada Allah dengan selalu ingat kepadanya.
c. Keluar dari suasana lupa, masuk dalam suasana musyahadah (saling menyaksikan) dengan mata hati, akibat didorong rasa cinta yang mendalam kepada Allah.[14]

Adapun Abu Bakar mendifinisikan dzikir sebagai suatu ucapan, atau ingatan yang mempersucikan Allah dan membersihkan-Nya dari sifat-sifat yang tidak layak untuk-Nya, selanjut memuji dengan puji-pujian dan sanjungan-sanjungan dengan sifat-sifat sempurna, sifat-sifat yang menujukan kebesaran dan

---

[14] Muhibbuthabary, *Fiqh Amal Islami Teoritas dan Praktis*, cet, 1, (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2006,) hal.45.

kemurnian. Dalam Kamus Besar Indonesia, dzikir diartikan puji-pujian kepada Allah yang diucap berulang-ualang,dan terkadang juga diartikan doa.[15]

Menurut Adz-Dzakiey, dalam pelaksanaannya, dzikir adalah suatu aktivitas yang bersifat keutuhan berapa mengingati wujud Allah dengan merasakan kehadiran-Nya di dalam hati dan jiwa, dengan menyebut nama-Nya yang suci,dengan senantiasa merenung hikmah dari penciptaan segala mahluknya, serta mengimplementasikan kegiatan itu kedalam bentuk perilaku, sikap, gerak, dan penampilan yang baik, benar dan terpuji, baik dihadapan-Nya maupun di belakang-Nya.

Selain itu, dzikir secara etimologi berasal dari kata bahasa Arab *dzakara*, artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti. Biasanya perilaku dzikir diperhatikan orang hanya dalam bentuk renungan sambil duduk dengan membaca bacaan-bacaan tertentu. Sedangkan dalam pengertian terminologi dzikir sering dimaknai sebagai suatu amal ucapan atau amal melalui bacaan-bacaan tertentu untuk mengingat Allah. Berdzikir kepada Allah adalah suatu rangka dari rangkaian imam dan islam yang mendapat perhatian khusus dan istimewa dari Al-Qur'an dan As-Sunnah. Hal ini dibuktikan dengan begitu banyaknya ayat Al-Qur'an dan Al-Hadist Nabi yang membahas masalah ini.[16]

---

[15] Muhibbuthabary, *Fiqh Amal Islam Teoritas dan Praktis..., hal.45.*

[16] Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi, *Energi Zikir*, cet, 1, (Jakarta: Amzah, 2008,) hal. 11.

Dalam Al-Qur'an Allah menyebutkan lebih kurang 358 ayat yang menjelaskan tentang berdzikir.

Dzikir juga merupakan tiang penopang yang sangat kuat di jalan menuju Allah. Tidak seorang pun bisa mencapai Tuhan kecuali dengan terus menerus dzikir kepada-Nya. Jadi, dzikir adalah puji-pujian kepada Allah yang di ucapkan berulang-ulang. Bagi kalangan sufi, dzikir merupakan metode spiritual dalam pendekatan diri kepada Allah, penyebut nama-nama Allah atau beberapa formula kalimat suci, dibawah bimbingan guru.[17]

Kesimpulan yang bisa diambil oleh penulis dari pengertian dzikir adalah *dzikrullah* atau mengingat Allah adalah senantiasa menghadirkan kalbu bersama Allah dan melepaskan diri dari kelalaian, karena bila kita senantiasa mengingat Allah, maka Allah akan senantiasa mengingat kita. Dengan demikian, maka jelaslah bahwa dzikir mempunyai makna yang sangat tinggi. Dzikir akan membawa manusia ke dalam suasana ibadah yang *istiqamah* untuk senantiasa mengingat Allah di dalam hatinya. Dzikir akan menjadikan Allah sangat berperan dalam kehidupan kita menuju arah kebaikan. Oleh karena itu, amalan dzikir dipandang sebagai amalan yang sangat mulia dalam agama islam dan mulia di sisi Allah SWT.

---

[17] Muhammad Arifin Ilham, *Indonesia Berdzikir*, Cet, 1, (Jakarta: Intuisi Press, 2004,) hal. 23.

2. Manfaat Dzikir

Selain manfaat-manfaat yang telah disebutkan sebelumnya, dzikir memiliki manfaat yang banyak sekali jika kita lakukan dengan istiqamah. Ibnu Qayyim Al-Jauziyah dalam kitabnya Al-Wabilush Shayyib, yang juga dikutib Saif Al-Battar dalam Rumaysha Site, menyebutkan, setidaknya ada lima puluh satu manfaat:[18]

1. Dzikir dapat megusir syaitan.
2. Mendatangkan ridha Ar-Rahman (Allah).
3. Menghilangkan gelisah dan hati yang gundah gulana.
4. Hati menjadi gembira dan lapang.
5. Menguatkan hati dan badan.
6. Menerangi hati dan wajah menjadi bersinar.
7. Mendatangkan rezki
8. Orang yang berdzikir akan merasakan manisnya iman dan keceriaan.
9. Mendatangkan cinta Ar-Rahman yang merupakan ruh islam.
10. Mendekatkan diri pada Allah sehingga memasukkannya pada golongan orang yang berbuat *ihsan* yaitu beribadah kepada Allah seakan-akan melihatnya.

---

[18] Adam Cholil, *Meraih Kebahagiaan Hidup Dengan Zikir dan Doa*, (Jakarta Selatan: AMP Pres, 2013). hal, 55-65.

11. Mendatangkan *inabah*, yaitu kembali kepada Allah Swt. Semakin seseorang kembali pada Allah dengan banyak berdzikir pada-Nya, maka hatinya pun akan kembali pada Allah dalam setiap keadaan.
12. Seseorang akan semakin dekat pada Allah sesuai dengan kadar dzikirnya pada Allah SWT. Semakin ia lalai dari dzikir, ia pun akan semakin jauh dari-Nya.
13. Semakin bertambah *ma'rifah* (mengenal Allah). Semakin banyak dzikir, semakin bertambah ma'rifah seseorang pada Allah.
14. Mendatangkan rasa takut pada Allah SWT, dan semakin menundukkan diri pada-Nya. sedangkan orang yang lalai dari dzikir, akan semakin terhalangi dari rasa takut pada Allah.
15. Meraih apa yang Allah sebut dalam ayat QS. Al-Baqarah: 152[19]

فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ ١٥٢

Artinya: *"Maka ingatlah pada-Ku, maka aku akan ingat kalian." (QS. Al-Baqarah: 152).* Seadainya tidak ada keutamaan dzikir selain yang disebutkan dalam ayat ini, maka sudahlah cukup keutamaan yang disebut.

16. Hati akan semakin hidup. Ibnu Qayyim pernah mendengar gurunya, *Syaikhul Islam* Ibnu Taimiyah berkata, "Dzikir pada hati semisal air yang dibutuhkan ikan. Lihatlah apa yang terjadi jika ikan tersebut lepas dari air?"

---

[19] Soenarjo, dkk, *Al-Qur'an dan Terjemahnya,* (Departemen Agama)RI, Jakarta, 2004, hal. 23.

17. Hati dan ruh semakin kuat. Jika seseorang melupakan dzikir maka kondisinya sebangaimana badan yang hilang kekuatan. Ibnu Qayyim *rahimahullah* menceritakan bahwa *Syaikhul Islam* Ibnu Taimiyah sesekali pernah shalat Subuh dan beliau duduk berdzikir kepada Allah SWT sampai beranjak siang. Setelah itu beliau berpaling padaku dan berkata, 'Ini adalah kebiasaanku di pagi hari. Jika aku tidak dzikir seperti ini, hilanglah kekuatanku'-atau perkataan beliau yang semisal ini.
18. Dzikir menjadikan hati semakin mengkilap yang sebelumnya berkarat. Karatnya hati adalah disebabkan karena lalai dari dzikir pada Allah. Sedangkan kilapnya hati adalah dzikir, taubat dan istighfar.
19. Menghapus dosa karena dzikir adalah kebaikan terbesar dan kebaikan akan menghapus kejelekan.
20. Menghilangkan kerisauan. Kerisauan ini dapat dihilangkan dengan dzikir pada Allah.
21. Ketika seseorang hamba rajin mengingat Allah, maka Allah akan mengingatkan dirinya di saat ia butuh. Jika seseorang mengenal Allah dalam keadaan lapang, Allah akan mengenalnya dalam keadaan sempit.
22. Menyelamatkan seseorang dari azab neraka.
23. Dzikir menyebabkan turunnya *sakinah* (ketenangan), naungah rahmat, dan dikelilingi oleh malaikat. Sebagaimana dalam hadis Rasulullah SAW menyebutkan :[20]

---

[20] Abdurrazak Al-Badr, *Fiqih Doa & Dzikir*, (jakarta: Darul Falah, 2001), hal. 99.

لَا يَقْعُدُ قَوْمٌ يَذْكُرُو اللهَ، إِلَّا حَفَّتْهُمُ الْمَلَائِكَةُ، وَغَشِيَتْهُمُ الرَّحْمَةُ، وَنَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ ، وَذَكَرَهُمُ اللهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ

Artinya :"tidak suatu kaum duduk berdzikir kepada Allah, melainkan mereka dinaungi oleh rahmat, turun kepada mereka ketenangan, dan Allah SWT menyebut-nyebut mereka di hadapan para malaikat (di langit)." (HR. Muslim).

24. Dzikir menyebabkan lisan semakin sibuk sehingga terhindar dari *ghibah* (menggunjing), *namimah* (adu domba), dusta, perbuatan keji dan batil.
25. Majelis dzikir adalah majelis para maikat dan majelis yang lalai dari dzikir adalah majelis syaithan.
26. Orang yang berdzikir begitu bahagia, begitu pula ia akan membahagiakan orang-orang di sekitarnya.
27. Akan memberikan rasa aman bagi seorang hambanya dari kerugian di hari kiamat.
28. Karena tangisan orang yang berdzikir, maka Allah akan memberikan naungan ' Arsy padanya di hari kiamat yang amat panas.
29. Sibuknya seseorang pada dzikir adalah sebab Allah memberi untuknya lebih dari yang diberikan pada peminta-minta.
30. Dzikir adalah ibadah yang paling ringan, namun ibadah tersebut amat mulia.
31. Dzikir adalah tanaman surga.

32. Pemberian dan keutamaan yang diberikan pada orang yang berdzikir, tidak diberikan pada amalan lainnya.
33. Senantiasa berdzikir kapada Allah menyebabkan seseorang tidak mungkin melupakan-Nya.
34. Dzikir adalah cahaya bagi pemiliknya di dunia, kubur, dan hari berbangkit.
35. Dzikir adalah *ra'sul umuur* (inti segala perkara). Siapa yang dibukakan baginya kemudahan dzikir, maka ia akan memperoleh berbagai kebaikan.
36. Dzikir akan memperingatkan hati yang tertidur lelap. Hati bisa sadar dengan dzikir. Sebagaimana dalam Hadist disebutkan
37 Orang yang berdzikir akan semakin dekat dengan Allah dan bersama dengan-Nya. Kebersamaan di sini adalah dengan kebersamaan yang khusus, bukan hanya sekedar Allah itu bersama dalam arti mengetahui atau meliputi.
38 Dzikir itu dapat menyamai seseorang yang memerdekakan budak, menafkahkan harta, dan menunggang kuda di jalan Allah, serta dapat menyamai seseorang yang berperang dengan pedang di jalan Allah.
39 Dzikir adalah inti dari bersyukur. Tidaklah bersyukur pada Allah Swt orang yang enggan berdzikir.
40 Makhluk yang paling mulia adalah yang bertakwa yang lisannya selalu basah dengan dzikir pada Allah. Sebagaimana dalam Sabdanya Rasulullah SAW.[21]

---

[21] Abdurrazak Al-Badr, *Fiqih Doa & Dzikir*, (jakarta: Darul Falah, 2001), hal. 102.

لاَ يَزَالُ لِسَانُكَ رَطْبًا مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ

Artinya : " Hendaklah lisan senantiasa basah dengan berdzikir kepada Allah " (HR,At-Tirmidzi dan Ibnu Majah).

41 Hati itu ada yang keras dan meleburnya dengan berdzikir pada Allah. Oleh karena itu, siapa yang ingin hatinya yang keras itu sembuh, maka berdzikirlah pada Allah.

42 Karena hati ketika semakin lalai, maka semakin keras hati tersebut. Jika seorang berdzikir pada Allah, lelehlah kekerasan hati tersebut sebagaimana timah itu meleleh dengan api. Yaitu dengan berdzikir kepada Allah.

43 Dzikir adalah obat hati sedangkan lalai dari dzikir adalah penyakit hati. Obat hati yang sakit adalah dengan berdzikir pada Allah.

44 Tidak ada sesuatu yang membuat seseorang mudah meraih nikmat Allah dan selamat dari murka-Nya selain dzikir pada Allah.

45 Dzikir menyebabkan datangnya shalawat Allah dan malaikatnya bagi orang yang berdzikir.

46 Dzikir kepada Allah adalah pertolongan besar agar seseorang mudah melakuakan ketaatan.

47 Dzikir pada Allah akan menjadikan kesulitan itu menjadi mudah, suatu yang terasa jadi beban berat akan menjadi ringan, kesulitan pun akan mendapatkan jalan keluar.

48 Dzikir pada Allah akan menghilangkan rasa takut yang ada pada jiwa dan ketenangan akan selalu diraih. Sebagaimana hadist Rasulullah SAW menyebutkan :[22]

سَبَقَ الْمُفَرِّدُونَ .قَالُوا وَمَا الْمُفَرِّدُونَ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَال الذَّاكِرُونَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتُ

Artinya : " Beruntunglah al-Mufarridun "para sahabat bertanya, siapa mereka al-Mufarrindun? Beliau menjawab : Laki-laki dan perempuan yang banyak berdzikir kepada Allah" (HR.Muslim).

49 Dzikir akan memberikan seseorang kekuatan sampai-sampai ia bisa melakukan hal yang menakjubkan. Itulah karena disertai dengan dzikir.

49 Orang yang senantiasa berdzikir ketika berada di jalan, di rumah, di lahan yang hijau, ketika dalam perjalanan (*safar*), atau di berbagai tempat, itu akan membuatnya mendapatkan banyak saksi di hari kiamat.

50 Jika seseorang menyibukkan dirinya dengan berdzikir, maka ia akan terlalaikan dari perkataan yang batil seperti *ghibah* (menggunjing), *namimah* (mengadu domba), perkataan sia-sia, memuji-muji manusia, dan mencela manusia.

Di samping itu menurut Ibnu Qayyim, dalam bukunya Dr. H.M. Hamdani Rasyid ada 73 hikmah dan manfaat yang terdapat dalam berdzikir di antaranya:[23]

---

[22] Abdurrazak Al-Badr, *Fiqih Doa & Dzikir,,,*. hal. 112.

[23] Hamdan Rasyid, *Konsep Dzikir Menurut Al-Qur'an dan Urgensinya Bagi Masyarakat Modern*, (Jakarta Timur: Insan Cemerlang, 2009), hal. 138-159.

a. *Memperkuat iman menjadi wasilah untuk meraih husnul khatimah.* Dzikir kepada Allah yang dilakukan oleh orang-orang yang beriman secara terus menurus (mudawamah) dapat memperkuatkan iman dan memperteguh tauhid sehingga menghunjam ke dalam lubuk hati dan menyebar keseluruh tubuh.

b. Mendorong manusia untuk menjadi orang-orang yang bertakwa, tunduk dan patuh kepada Allah SWT.

c. *Mendekatkan diri kepada Allah SWT,* karena dzikir merupakan ekspresi dari rasa cinta kepada-Nya. Jika lidah seseorang senantiasa menyebut nama Allah, maka hal itu merupakan pertanda bahwa hatinya benar-benar cinta kepada-Nya kareana sesorang yang mencintai sesuatu pasti akan banyak menyebutnya.

d. *Menjadi sarana untuk mencapai khusyu' dalam shalat.* Menurut Imam Fahruddin al-Razi, *shalat yang khusyu'* adalah; Shalat yang disertai dengan kesadaran batin, patuh dan merendahkan diri di hadapan Allah SWT Dzat Yang Maha Agung.

e. *Mencegah perbuatan keji dan mungkar.* Karena dzikir dapat membuahkan cahaya yang menyinari *qalbu* sehingga *qalbu* akan menolak segala sesuatu yang batil.

f. *Menjaga sarana untuk memperoleh ketenangan jiwa.* Salah satu tujuan hidup manusia yang paling utama adalah meraih kebahagiaan dan ketenangan serta menghindari kesedihan dan memperoleh ketenagan jiwa.

g. *Menjadi sarana untuk mendapatkan predikat ulul albab.*

h. Menjadi parameter bahwa orang yang suka berdzikir adalah oarang-orang yang shaleh, yang suka mencontoh serta melaksanakan sunnah-sunnah Rasul.

i. Menjadikan halal memakan dangin binatang yang jika tampa berdzikir menjdi haram.[24]

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa manfaat dari berdzikir adalah untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Karena dzikir merupakan ekspresi dari rasa cinta kepada-Nya. Jika lidah seseorang senantiasa menyebut nama Allah, maka hal itu merupakan pertanda bahwa hatinya benar-benar cinta kepada-Nya karena seseorang yang mencintai sesuatu pasti akan banyak menyebutnya.

3. Dzikir Membawa Ketenangan dan kebahagiaan

Berdzikir akan membuat kita menjadi tenang. Kareana dengan berdzikir berati kita sedang mengundang Allah SWT ke sisi kita. Sedangkan Allah Maha memiliki segalanya yang baik yang nampak maupun yang tersembunyi.

Kita kadang megalami keresahan dalam hidup ini.perasaan resah itu muncul akibat hal yang kita lakuakan sendiri atau karena pengaruh orang lain. Di samping kita harus berusaha mencari penyelesaian terhadap masalah tersebut kita juga bisa mengatasinya dengan berdzikir. Hal ini sudah tidak diragukan lagi karena solusi ini langsung di sampaikan Allsh dalam Al-Qur'an. Rasulullah dan para sahabat ra telah memberikan contoh yang baik dalam hal ini. Jadi, jika kita

---

[24] Hamdan Rasyid, *Konsep Dzikir Menurut Al-Qur'an dan Urgensinya Bagi Masyarakat Modern,,,*. Hal. 138-159.

ingin mendapatkan ketenangan dalam hidup ini hendaknya kita harus banyak berdzikir. [25]

Dzikir merupakan obat hati yang sedang sakit. Makhul berkata, "Dzikir adalah obat. Dan, ingat kepada manusia adalah penyakit." Jika lupa ibarat penyakit yang akan membuat hati resah maka dzikir akan mengobatinya dan menenangkannya. Ibnul Qayyim Al-Jauziyah berkata, " Tidak dipungkiri bahwa hati itu dapat berkarat seperti berkaratnya besi dan perak. Alat yang dapat membersihkan hati yang berkarat adalah dzikir. Dzikir dapat membersihkan hati yang berkarat sehingga dapat berubah menjadi bening seperti cermin yang bersih. Apabila seseorang meninggalkan dzikir, hatinya akan berkarat. Dan, apa bila ia berdzikir, hatinya akan bersih. Hati dapat berkarat karena dua perkara, yaitu *ghaflah* (lalai) dan dosa. Hal yang dapat membersihkannya juga dua perkara, yaitu dzikir dan istighfar.[26]

Jika seseorang lalai dari mengingat Allah pada sebagian waktunya, karat di hatinya akan menumpuk sesuai dengan tingkat kelalaiannya. Jika hati berkarat, bentuk segala sesuatu di dalamnya tidak tergambar sesuai dengan faktanya. Ia akan melihat kebatialan dalam bentuk kebenaran dan melihat kebenaran dalam bentuk kebatilan. Sebab, ketika karat telah menumpuk di hati, maka ia akan menjadi gelap dan di dalamnya berbagai bentuk kebenaran tidak akan tampak sebagaimana adanya. Apabila karat itu telah bertumpuk-tumpuk, hati akan menjadi hitam pekat dan pandangannya menjadi rusak sehingga ia tidak dapat

---

[25] Ibid..., hal 172

[26] Adam Cholil, *Meraih kebahagiaan Hidup*..., hal. 46.

mengingkari kebatilan. Inilah siksaan hati yang paling berat. Sumber dari siskaan itu adalah sikap lalai yang mengikuti hawa nafsu.

Apa yang menyebabkan dzikir bisa menentramkan hati? Karena ketika kita ingat kepada Allah, maka pada saat itu kita berada dalam kepasrahan yang penuh kepada Allah SWT. Sedangkan kepasrahan kepada segala yang ada di langit dan bumi akan menyelesaikan berbagai macam persoalan yang kita hadapi. Ketika kita merasakan bahwa Allah SWT akan menyelesaikan segala persoalan hidup kita yang telah membuat hidup kita menjadai tidak tenang, maka akan muncullah ketenanangan itu. Karena masalah akan segera selesai atau jalan keluarnya sudah ketemu.

Dzikir akan mengantarkan kita pada ketenangan dan ketentraman hati jika dzikir dilakukan oleh tiga komponen di dalam diri kita. Pertama, dzikir dilakukan dengan lisan. Yakni, lisan membaca kalimat-kalimat dzikir sebagaimana diajarkan Rasulullah Saw. Kedua, Dzikir adalah dengan hati. Yakni dzikir yang membangun kesadaran akan selalu ada hubungan antara kita dengan Allah SWT. Merasakan bahwa Allah selalu dekat dengan kita dan mengawasi kita. Dari sana muncul sikap hati-hati dan selalu berpegang teguh pada ajaran Allah SWT. Ketiga, *Dzikir bilhal.* Artinya semua perilaku kita senantiasa bersandarkan pada perintah dan larangan Allah SWT. Orang yang perilakunyan berdzikir, yakni orang yang memiliki pola sikap yang islami. Ia senantiasa mengikatkan seluruh perbuatannya dengan aturan Allah SWT.[27]

---

[27] Ibid..., Hal. 49.

Kebahagiaan orang-orang yang senantiasa berdzikir kepada Allah tentu bukan hannya di dunia saja tetapi juga di akhirat kelak. Mereka akan mendapatkan surga yang lusanya seluas langit dan bumi, di dalamnya terdapat berbagai macam kemewahan dan tempat bersenang-senang.

Kesimpulan yang dapat diambil dari uraian diatas adalah dengan berdzikir hati kita akan tentram dan tenang. Karena kita mengingat Allah, dengan begitu Allah juga mengigingat kepada kita. Berdzikir dapat menghilangkan rasa sedih, gelisah, dan rasa cemas dari hati. Bahkan dzikir dapat mendatangkan kebahagiaan dalam hati. Ia membuat hati menjadi bersinar, bersih dan tajam menangkap setiap pesan yang baik yang datang padanya.

4. Dzikir Sebagai Solusi Terhadap Masyarakat Modern

Pada umumnya, masyarakat modern berpandangan hidup materialisme dan sekuler karena mereka dibentuk oleh peradaban barat modern yang berdiri pada akar-akar peradaban Yunani dan Romawi kuno yang materialistik dan sekuler. Pandangan hidup materialistik bersumber dari aliran pemikiran materialisme, yaitu suatu aliran pemikiran yang hanya mempercayai sesuatu yang terkait dengan materi kebendaan.

Tujuan hidup mereka terbatas pada pencapaian sasaran-sasaran yang bersifat materi dan duniawi. Oleh karena itu yang terpenting bagi mereka adalah bekerja, mencari uang dan bersenang-senang. Mulai dari bangun tidur hingga menjelang tidur, yang ada dalam benak mereka adalah bekerja dan mencari uang, tidak peduli apakah pekerjaan tersebut halal atau haram. Akibatnya, mereka tidak

segan-segan melakukan praktek korupsi, kolusi dan nepotisme (KKN). Akibat dari hilangnya orientasi hidup yang bermakna, masyarakat modern telah mengalami perubahan sosial yang sangat drastis, yang dapat dilihat dari beberapa indikator sebagai berikut: [28]

Pertama meningkatnya kebutuhan hidup. Kalau pada masyarakat agresif tradisional, manusia sudah merasa puas jika telah tercukupi kebutuhan primernya yang terdiri dari pangan, sandang, dan papan (Perumahan secara sederhan, maka pada masyarakat modern hal ini belum terpuaskan. Akibatnya kehidupan orang-orang modern selalu disibukkan untuk mengejar materi dan prestisenya, sehingga membawa mereka kepada hidup seperti mesin yang tidak mengenal istirahat.

Kedua timbulnya rasa individualis dan egois. Karena kebutuhan hidup meningkat, maka orang lebih memikirkan diri sendiri dari pada orang lain. Urusan orang lain tidak lagi menjadi perhatiannya sehingga mereka akan merasa kesepian dalam hidup ini. Semua hubungan dengan orang lain didasarkan pada kepentingan dan motif profit, bukan hubungan persaudaraan yang didasarkan pada kasih sayang dansaling mencintai. Seperti hubungan bawahan dengan atasan, dokter dengan pasien, buruh dengan majikan, dosen dengan mahasiswa, dan sebagainya. Akibatnya, timbullah sikap individualis, egois, dan terlepas dari ikatan sosial yang membawa kepada perasaan terasiang.

Ketiga berkembangnya persaingan yang tidak sehat. Akibat dari kebutuhan yang meningkat, yang menyebabkan manusia modern bersikap

---

[28]Abdurrazak Al-Badr, *Fiqih Doa & Dzikir*,,,. hal. 126.

individualis dan egois, maka berkembanglah persaingan secara tidak sehat. Seperti memfitnah, menjatuhkan, menyengsarakan, membunuh, dan menyengsarakan orang lain ke penjara semata-mata untuk meraih keuntungan pribadi. Akibatnya, kehidupan sosial menjadi berantakan dan persahabatan menjadi permusuhan.

Salah satu ajaran tasawuf yang sangat penting dalam memberikan solusi terhadap berbagai permasalahan masyarakat modern adalah *dzikrullah. Dzikrullah* yang harus dilakukan oleh masyarakat modern, antara lain dapat melalui pola-pola atau bentuk-bentuk dzikir sebagai berikut:[29]

a. Mengambil i'tibar dari kisah ummat-ummat terdahulu.

Solusi pertama yang ditawarkan oleh Al-Qur'an dalam menyelesaikan berbagai macam problematika yang dihadapi oleh masyarakat modern adalah dengan berdzikir dalam arti mengambil i'tibar (pelajaran) dari kisah umat-umat dahulu yang berjaya karena beriman dan beramal shalih, dan yang hancur karena sikap materialistik dan sekuler. Dengan cara demikian, diharapkan mereka menyadari bahaya peradaban modern yang dibangun dan dikembangkan di atas landasan materialisme dan sekuler, serta terdorong untuk beriman dan beramal shaleh.

---

[29] Hamdan Rasyid, K*onsep Dzikir Menurut Al-Qur'an...,* hal 242

b. Melaksanakan Ajaran-ajaran agama Allah SWT.

Solusi kedua yang ditawarkan oleh Al-Qur'an dalam menyelesaikan berbagai macam problematika masyarakat modern adalah dengan berdzikir dalam arti melaksanakan ajaran-ajaran agama Allah. Ajaran-ajaran agama islam yang wajib diyakini kebenarannya, dihayati dan diamalkan dalam kehidupan sehari-hari, secara garis besar terbagi menjadi 3 (tiga) ajaran pokok, yaitu; Akidah, syari'ah dan Tasawuf.[30] Dengan melaksanakan ajaran-ajaran agama tesrebut, maka kehidupan masyarakat modern akan teratur, karena semua aspek jasmani dan rohani akan terpenuhi secara seimbang. Di samping itu, sikap dan perilaku mereka akan terbimbing oleh hukum-hukum dan moral agama dengan baik sehingga tercapailah kebahagiaan hidup yang hakiki, baik di dunia maupun di akhirat.

c. Memperbanyak mengingat dan menyebut Allah SWT.

Memperbanyak mengingat Allah di dalam qalbu dan menyebut-Nya dengan lidah yang lazim disebut *Dzikir khafi* dan *dzikir jahr.* Dzikir dalam bentuk ini akan mengantarkan manusia meraih *nur dzikir* dalam rongga batin sehingga hatinya akan merasakan *nur al-hayat* (cahaya kehidupan) yang abadi dan bersifat ukhrawi; menghilangkan kekusutan hati sehingga berkonsentrasi penuh kepada Allah SWT; serta mencapai *ma'rifatullah* melalui tahap pembersihan hati dari sifat-sifat tercela.

---

[30]Amr Khalid, *Titian Surga Menuai Indahnya Hikmah Ibadah,* 1, (Sukarta; Era Intermedia, 2005.) hal. 19.

Dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa ajaran agama yang diperlukan oleh masyarakat modern adalah ajaran yang mampu memberikan solusi terhadap berbagai permasalahan yang mereka hadapi secara rasional, sekaligus memberikan kepuasan spiritual dan ketenagan batin yaitu dengan mengambil *i'tibar* dari kisah umat-umat terdahulu, melaksanakan Ajaran-ajaran agama Allah SWT, dan memperbanyak mengingat dan menyebut Allah SWT.

B. Ketenangan Jiwa

1. Pengertian Jiwa

a. Menurut konsep Al-Qur'an

Dalam bahasa Arab, *nafs* mempunyai banyak arti, dan salah satunya adalah jiwa. Oleh karena itu, ilmu jiwa dalam bahasa arab disebut dengan nama ilmu nafs. Nafs dalam arti jiwa telah dibicarakan para ahli sejak kurun waktu yang sangat lama. Persoalan jiwa telah dibahaskan dalam kajian falsafat, psikologi, dan juga ilmu tasawuf.[31]

Manusia dan nafs (jiwa) juga dibicarakan dalam kitab suci Al-Qur'an. Al-Qur'an adalah kitab suci bagi kaum muslimin. Ia adalah kumpulan firman-firman Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad. Dari sejarah diturunkannya dapat dipahami bahwa Al-Qur'an mempunyai tiga tujuan pokok:

---

[31] Achmad Mubarok, *Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern Jiwa dalam Al-Qur'an,* cet,1,(Jakarta: Paramadina, 2000,) hal. 20.

1). Petunjuk akidah dan kepercayaan yang harus dianut oleh manusia dan tersimpul dalam keimanan akan keesaan tuhan dan kepercayaan akan kepastian hari kemudian.

2). Petunjuk mengenai akhlak mulia yang harus diikuti oleh manusia dalam kapasitasnya sebagai individu maupun kelompok.

3). Petunjuk mengenai syariat dan hukuman yang harus diikuti oleh manusia, baik dalam hubungan dengan tuhan maupun hubungan dengan sesama manusia.[32]

Kitabullah Al-Qur'an Al-karim, memiliki pengaruh sangat besar bagi para sufi dalam menganalisis tentang jiwa manusia dan Al-Qur'an Al- Karim dijadikan sebagai rujukan mereka untuk mengetahui tentang jiwa. Dalam Al-Qur'an terdapat lebih dari 80 ayat yang membahas berkaitan dengan jiwa.

b. Kata An-Nafs (jiwa menjelaskan bahwa Allah SWT memberikan pada jiwa manusia karakteristik berupa kemampuan untuk mengetahui yang baik dan yang buruk, dan membedakan keduanya serta kesiapan untuk melaksanakan keduanya. Allah SWT berfirman (QS. Asy-Syam (91): 7-8).

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّىٰهَا ۝٧ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَىٰهَا ۝٨

---

[32] *Ibid*..., hal. 25.

Artinya : " *Demi jiwa serta penyempurnaan, lalu Allah mengilhamkan kepadanya jalan kedurhakaan (dosa dan ketakwaan.)"*[33]

Kata *fa alhamaha* terambil dari kata *al-lahm* yakni *menelan sekaligus*. Dari sini lahir kata *ilham.* Kata *ilham* dipahami dalam arti pengetahuan yang diperoleh seseorang dalam dirinya, tanpa diketahui dari mana sumbernya. Ia serupa dengan lapar. Ilham berbeda dengan wahyu, karena walaupun termasuk pengetahuan yang diperoleh namun ia diyakini bersumber dari Allah. Allah melanjutkan sumpah-Nya dengan mengingatkan tentang jiwa manusia dan inilah yang dituju agar menyadari dirinya dan memperlihatkan mahluk yang disebut oleh ayat-ayat lalu. Allah berfirman: Dan Aku juga bersumpah demi jiwa manusia serta penyempurnaan ciptaan-Nya sehingga mampu menampung yang baik dan yang buruk lalu Allah mengilhaminya yakni memberi potensi dan kemampuan bagi jiwa itu untuk menelusuri jalan kedurhakaan dan ketakwaannya. Terserah kepada-Nya yang mana di antara keduanya yang dipilih serta diasah dan diasuh.[34]

---

[33] Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan terjemahnya*, hal. 595

[34] M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol: 15, cet, VII, (Jakarta: Lentara Hati, 2002,) hal. 296.

c. Kata An-Nafs (jiwa) yang terdapat dalam Al-Qur'an banyak menegaskan tentang penyucian jiwa dari pada segala kotoran. Firman Allah SWT (QS. Asy-Syams (91): 9-10)

قَدۡ أَفۡلَحَ مَن زَكَّىٰهَا ۝٩ وَقَدۡ خَابَ مَن دَسَّىٰهَا ۝١٠

Artinya: sesungguhnya telah beruntunglah orang yang menyucikannya itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.''[35]

Setelah bersumpah dengan sekian banyak hal, Allah berfirman menjelaskan apa yang ditekankan-Nya dengan sumpah-sumpah di atas, yaitu: *sungguh telah beruntunglah meraih segala apa yang diharapkan siapa yang menyucikan dan mengembangkan-nya* dengan mengikut tuntunan Allah dan Rasul serta mengendalikan nafsunya, *dan sungguh rugilah* siapa yang mengotorinya yakni menyembunyikan kesucian jiwanya dengan mengikuti rayuan nafsu dan godaan setan, atau menghalangi jiwa itu mencapai kesempurnaan dan kesuciannya dengan melakukan kedurhakaan serta mengotorinya. Sementara ulama memahami ayat di atas dalam arti, " telah beruntunglah manusia yang disucikan jiwanya oleh Allah dan merugilah dia yang dibiarkan Allah berlarut dalam pengotoran jiwa."

---

[35] Departemen agama, *Al-Qur'an,,*, hal.595.

d. Kata An-Nafs (jiwa) dalam hubungannya dengan makna substansi manusia yang dijabarkan dengan bentuk penyebutan nafsu-nafsu seperti nafsu amarah, nafsu *lawwamah*, dan nafsu *muthmainnah* adalah sebagaimana firman Allah (QS. Al-Fajr: 27).

يَٰٓأَيَّتُهَا ٱلنَّفۡسُ ٱلۡمُطۡمَئِنَّةُ ٢٧

Artinya: *Wahai orang yang mempunyai jiwa yang senantiasa tenang tetap dengan kepercayaan dan bawaan baiknya".*[36]

Allah menyeru ketika ruhnya akan meninggalkan badannya atau ketika ia bangkit kuburnya: *Hai jiwa yang tenang* lagi merasa aman dan tenteram karena banyak berdzikir dan mengingat Allah *kembalilah* yakni wafat dan bangkitlah di hari kemudian *kepada* Tuhan Pemelihara dan pembimbing-*Mu* dengan hati yang *rela* yakni puas dengan ganjaran Ilahi. Ulama memahami An-Nafs al-muthma'innah dalam arti jiwa yang tenang, yakni akan wujud Allah atau janji-Nya disertai dengan keiklasan beramal. Awal surah ini dimulai dengan sumpah Allah membuktikan keniscayaan kebangkitan. Manusia durhaka bangkit menyesali hidupnya dan yang taat bangkit dalam keadaan ridha dan diridhai serta dipersilakan masuk ke dalam surga.[37]

---

[36] Departemen agama, *Al-Qur'an,,,*. hal. 593

[37] M. Quraish Shihab, *Tafsir,,,*. hal 416.

Seperti apa yang telah dikatakan, bahwa Al-Qur'an merupakan sumber utama yang membahas mengenai jiwa manusia. Oleh karena itu Al-Qur'an menjadi sumber rujukan kaum sufi berkaitan dengan jiwa manusia. Al-Qur'an menjelaskan secara mendalam tentang jiwa seperti pengertian jiwa/*nafs* dan membagikan jiwa kepada beberapa bahagian.

a. Pengertian Jiwa Menurut Para Sufi

At-Tustari seorang sufi besar abad ke III hijrah, beliau sering kali mempergunakan istilah An-Nafs (jiwa) sebagai dzat batin manusia, tanpa harus mengaitkannya dengan tabiat yang rendah. Namun demikian, At-Tustari tetap membedakan antara jiwa dengan makna ruh yang tinggi. Jelasnya, jiwa menurut At-Tusuri yaitu" jiwa selalu berorientasi untuk menetapkan dzat dirinya dan bersifat egois. Sementara ruh secara alami selalu berorientasi untuk pasrah kepada Allah SWT".[38]

Sedangkan Al-Fairuzzabadi mendefinisikan jiwa bahwasanya jiwa adalah hakikat sesuatu dan substansinya. Al-Mubarat menyatakan bahawa tidak ada pemisah antara ruh dan jiwa, dan tidak mungkin baik jiwa atau ruh bekerja secara terpisah.

Jiwa menurut Al-Qusyairi adalah sesuatu yang sangat halus, yakni sebagai wadah dari akhlak yang terpuji, dan jiwa itu bisa berbentuk satu kesatuan apabila

---

[38] Achmad Mubarok, *Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern Jiwa Dalam Al-Qur'an*, hal. 40

bahagian yang satu dengan bahagian jiwa yang lain saling memberi, serta secara totalitas merupakan satu sosok manusia.

At-Tarmizi memiliki tiga pendapat mengenai jiwa, yaitu:

1). An-Nafs (jiwa) bermakna nafas yang dapat memberi hidup, dimana nafas itu terpancar dari ruh, seperti meluapnya sesuatu dari atas ke bawah

2). An-Nafs (jiwa) sebagai gharizah (*insting*) yang dihiasi oleh setan dengan segala bentuk tipu daya, yang bertujuan untuk mengganggu dan merusak, dalam posisi ini jiwa sangat lemah di hadapan setan.

3). An-Nafs (jiwa) sebagai teman dan penolong setan, dan jiwa seperti ini ikut serta dalam kejahatan, dan merupakan bahagian dari kejahatan itu sendiri.

Pada ungkapan yang pertama, At-Tarmizi melihat jiwa sebagai indikasi kehidupan, ma'rifat yang kekalan. Sedangkan pada ungkapan yang kedua dan ketiga, At-Tirmizi melihat jiwa dari sisi sikapnya terhadap kebaikan, bahwa jiwa selalu berupaya untuk membersihkannya, selalu berusaha untuk keberhasilan yang telah diperolehnya, agar tidak tergelincir akibat godaan setan.

Adapun bahagian kedua, yaitu sikap jiwa dan keburukan. At-Tarmidzi menganjurkan agar setiap orang memusuhi, memperjuangkan serta mematikan jiwa buruk itu. Pendapat yang pertama At-Tirmidzi melihat manusia makhluk yang mempunyai tabiat baik, jika jiwa tidak bergaul dengan setan. Sedangkan

pada pendapatnya yang ketiga, At-Tarmidzi melihat manusia mempunyai tabiat yang jahat sejak pertama kali melakukan perbuatan yang salah. Dengan demikian menurutnya, yang pertama sekali menjadi musuh manusia adalah setan., dan kedua adalah jiwanya sendiri.

Menurut kamal ja'far yang mengatakan: "tampaknya memang terdapat perbedaan tentang jiwa dan ruh menurut At-Tustari, dimana hal tersebut kembali kepada sisi pandang sejauh mana kedekatan dan keserasian jiwa itu sendiri dengan ruh. Bila keinginan jiwa tersebut selaras dengan ruh, dan jiwa itu pasrah kepada kepemimpinan ruh, niscaya jiwa bercahaya dan rela berkorban. Pada saat itu posisi jiwa dekat sekali dengan ruh".[39]

Kesimpulan yang dapat diambil yaitu Al-Qur'an merupakan sumber utama yang membahas mengenai jiwa manusia. Oleh karena itu, Al-Qur'an menjadi sumber rujukan kaum sufi berkaitan dengan jiwa manusia. Al-Qur'an menjelaskan secara mendalam tentang jiwa seperti pengertian jiwa/*nafs* dan membagiakan jiwa kepada beberapa bagian. Selain itu, jiwa menurut kaum sufi merupakan induk ibadah. Jiwa bisa diartikan sebagai ruh, diri sendiri, nafsu, syahwat, dan perbuatan baik dan buruk. Bahwa yang dimaksud dengan makna 'Islam' itu adalah menyembelih jiwa dengan menggunakan pedang penentang yaitu meneguhkan jiwa dengan keimanan dan ketakwaan agar senantiasa suci dari segala gangguan jiwa dan mental.

---

[39] Achmad Mubarok, *Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern Jiwa Dalam Al-Qur'an*, hal 61.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Jiwa

Allah adalah pencipta manusia dan mengetahui segala yang ada di dalam jiwanya. Dengan mengkaji proses pencipta manusia dan perkembangan manusia serta sifat-sifat manusia, maka faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan jiwa dan kepribadian individu meliputi:

a. Biologis

Yang dimaksud dengan faktor biologis adalah berbagia keadaan bilogis atau jasmani yang dapat mempengaruhi perkembangan maupun fungsi sang pribadi dalam kehidupan sehari-hari, seperti keahlian gen, kurang gizi, penyakit dan sebagainya. Ia mempengaruhi segala aspek tingkahlaku, mulai dari kecerdasan sampai daya tahan terhadap stress.[40]

Demensi bilogis terdiri dari tiga yaitu jasad (tubuh dan organ tubuh), hawa' (dorongan-dorongan hasrat kebinatangan yang menuntut pemenuhan, dan pengaktualannya amat ditentukan oleh keadaan yang terkait dengan jiwa seseorang), dan hayat (ruh/nyawa).[41]

Selain itu ada beberapa faktor lain yang bisa mempengaruhi jiwa manusia yang dilihat dari aspek biologi yaitu:

---

[40] A.Supratiknya, *Mengenal Perilaku Abnormal,cet 1,*(Yogjakarta:Penerbit Kanisius, 2006), hal.27.

[41] Erhamawilda, *konseling Islami,* cet, 1, (Yogyakarta:Graha Ilmu, 2009,) hal.22.

b. Potensi

Potensi adalah kemampuan yang mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan atau kesanggupan seseorang untuk mengembangkan sesuatu. Allah telah berikan kerutama berupa fisik dan ruh serta sifat-sifat dasar manusia (yang bisa berupa kecendrungan berbuat positif dan juga cendrung untuk berbuat negatif). Allah memberikan kebebasan kepada setiap manusia untuk memilih jalur hidupnya.[42] Firman Allah (QS. Asy-Syams:7-8)

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّىٰهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَىٰهَا ﴿٨﴾

Artinya: "*Demi jiwa serta penyempurnaan, lalu Allah mengilhamkan kepadanya jalan kedurhakaan (dosa) dan ketawaan*.[43]

Kata *fa alhamaha* terambil dari kata al-lahm yakni menelan sekaligus. Dari sini lahir kata *ihlam* dipahami dengan arti pengetahuan yang diperoleh seseorang dalam dirinya, tanpa diketahui dari mana sumbernya. Ia serupa dengan lapar. Ilham berbeda dengan wahyu, karena walaupun termasuk pengetahuan yang diperoleh namun ia diyakini bersumber dari Allah. Allah melanjutkan sumpah-Nya dengan mengingatkan tentang jiwa manusia dan inilah yang dituju agar *menyadari* dirinya dan memperlihatkan makhluk yang disebut oleh ayat-ayat lalu. Allah berfirman: *Dan* aku juga bersumpah *demi jiwa manusia serta*

---

[42] Erhamwilda, *Konseling Islam,* hal.37.

[43] Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya,* hal. 595

penyempurnaan ciptaan-*Nya* sehingga mampu menampung yang baik dan yang buruk lalu Allah mengilhaminya yakni memberi potensi dan kemampuan bagi jiwa itu untuk menyelusuri jalan *kedurhakaan dan ketakwaannya*. Terserah kepada-Nya yang mana diantara keduanya yang pilih serta diasah dan diasuh.[44]

c. Pengaruh keturunan (dalam istilah Psikologi disebut faktor Hereditas).

Fakta-fakta ilmiah yang ditemukan para ilmuan, tentang bagaimana sifat-sifat dan keadaan sifik diturunkan, secara mendalam telah dijelaskan Al-Qur'an jauh sebelum para ilmuan melakukan penelitian. Dengan semakin canggih keilmuan manusia, semakin jelas bukti-bukti empirik dapat diamati dengan panca indera.

Dengan demikian, jiwa yang normal akan membentuk pribada yang positif dan bisa melahirkan jiwa yang sehat. Manakala jika jiwa seseorang berada dalam kondisi yang tidak normal, maka bisa menyebabkan terjadinya gangguan jiwa.

d. Sosiologi

Sosiologi adalah lingkungan yang ditentukan oleh hubungan antara individu dan suatu komunitas sosial, hubungan ini dikaitkan dengan tradisi, nilai-nilai, peraturan-peraturan, dan undang-undang.[45]

---

[44] M.Quraish Shaihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an,* vol: 15, cet, Vll, (Jakarta: Lentara Hati, 2002,) hal. 296.

[45]Zakiah Deradjat, *Fitrah dan Kepribadian Islam,* cet, 1, (Jakarta: Darul Falah, 1999,) hal.93.

Jiwa seseorang bisa berubah karena pengaruh teman, guru, pembimbing, tetangga, dan sebagainya. Begitupun nilai-nilai yang dianut suatu kelompok masyarakat dan nenek monyangnya akan turut mewarnai kepribadian seseorang, bahkan seringkali karena patuhnya seseorang kepada nilai-nilai lingkungan masyarakat dan budayanya, banyak hal yang bertentangan dengan agama pun ia laksanakan.

Dengan demikian, sosiologi mempunyai pengaruh yang besar terhadap jiwa manusia. Jika perbuatan yang dilakukan bukan karena Allah, maka seserang tidak akan mendapatkan keridhaan dan keberkatan dari-Nya. Contoh melakukan ritual sesajen untuk tujuan penyembahan, mereka bukan hanya merugikan harta tetapi merugikan diri dan jiwa mereka tetap kosong. Bahkan, hati dan jiwa mereka senantiasa berada dalam keresahan yang bisa mengakibatkan gangguan jiwa.

e. Psikologis

Psikologis adalah lingkungan yang dipegaruhi oleh kondisi kejiwaan seperti kondisi rasa, tanggung jawab, toleransi, kesadara, kemerdekaan, keamanan, kesejahteraan dan sebagainya. Di antara pengaruh psikologis terhadap jiwa yaitu sikap, perilaku, dan perlakuan orang tua. [46]

Lingkungan merupakan faktor yang akan memberikan pengaruh baik anak dalam menjalankan aktivitas hidup, apakah anak akan berkembang sekedar mengikuti dorongan hawa nafsunya atau anak akan berkembang menjadi pribadi

---

[46]Erhamwilda, *Konseling Islam*, hal.45.

yang mampu mengembangkan antara pembunuhan kebutuhan fisiknya dengan pemenuhan kebutuhan spritualnya. Dalam hal ini Husain Mazhahiri mengungkapkan bahwa orang tua berpengaruh terhadap nasib dan masa depan anak serta bagi kebahagiaan ataupun kesengsaraan anak.

f. Spritual

Menurut kamus Webster kata "sprit" berasal dari kata benda bahasa latin "spritus" yang berarti nafas dan kata kerja "spirare" yang berarti untuk bernafas. Melihat kata asalnya , untuk hidup adalah untuk bernafas, dan memiliki nafas adalah memiliki spritual. Menjadi spritual berati memiliki ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik atau material. spritual merupakan kebangkitan atau pencerahan diri dalam mencapai tujuan dan makna hidup. Spritual merupakan bagian esensial dari keseluruhan kesehatan dan kesejahteraan seseorang.[47]

Spiritual juga merupakan pengaruh yang berkaitan dengan aspek jiwa (seperti motivasi beragama) yang berpegang teguh pada ketakwaan, mencintai kebaikan, kebenaran dan keadilan serta membenci keburukan, kebatilan dan kezaliman.

Dengan demikian, masih banyak lagi faktor yang bisa mempengaruhi jiwa manusia. Jiwa seseorang bisa dipegaruhi jika ia berada dalam kondisi yang jauh dari nilai ketakwaan kepada Allah, maka ia akan mendapat gangguan jiwa.

---

[47]Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami*, cet 2, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008,) hal. 289.

Manakala seseorang yang selalu menyuburkan hatinya dengan mengingat Allah (dzikirullah), maka jiwanya akan senantiasa mendapat perlindungan dari pada segala sesuatu yang bisa mempengaruhinya oleh Allah dan jiwanya akan sehat.

penentang yaitu meneguhkan jiwa dengan keimanan dan ketakwaan agar senantiasa suci dari segala gangguan jiwa dan mental

3. Pengaruh Terapi Dzikir bagi Kesehatan Jiwa.

Setiap orang menginginkan kebaikan untuk dirinya dan akan selalu berupaya untuk menghindari keburukan yang akan menimpa mereka. Tetapi sayangnya mereka tidak begitu saja memperoleh kebaikan sebagaimana yang diharapkan, melainkan ia harus berhadapan dengan berbagai tantangan dan rintangan. Di mana hal tersebut merupakan bentuk ujian dan cobaan dari Allah SWT kepada hamba-Nya dengan maksud untuk menguji kualitas iman dan takwa serta kualitas sabar yang dimiliki seseorang. Firman Allah (QS. Al-Baqarah (2): 214)

أَمْ حَسِبْتُمْ أَن تَدْخُلُوا۟ ٱلْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُم مَّثَلُ ٱلَّذِينَ خَلَوْا۟ مِن قَبْلِكُم ۖ مَّسَّتْهُمُ ٱلْبَأْسَآءُ وَٱلضَّرَّآءُ
وَزُلْزِلُوا۟ حَتَّىٰ يَقُولَ ٱلرَّسُولُ وَٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ مَعَهُۥ مَتَىٰ نَصْرُ ٱللَّهِ ۗ أَلَآ إِنَّ نَصْرَ ٱللَّهِ قَرِيبٌ ﴿٢١٤﴾

Artinya: *Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk syurga, Padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta*

digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan) sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: "Bilakah datangnya pertolongan Allah?" Ingatlah, Sesungguhnya pertolongan Allah itu Amat dekat.[48]

Sehat secara mental dan spiritual, terbebas penyakit rohani adalah dambaan setiap orang, karena hanya dengan jiwa yang sehat inilah seseorang akan mampu menjalani kehidupan ini dengan baik. Sedangkan *dzikrullah* adalah salah satu sarana dan media yang sangat tepat untuk menciptakan pribadi-pribadi yang sehat secara mental dan spritual. Sebagaimana telah Al-Qur'an informasikan kepada kita bahwa salah satu dari sekian banyak manfaat mengingat Allah adalah menjadikan jiwa dan hati manusia mampu merasakan ketenteraman dan kedamaian batin yang luar biasa.

Lebih dari itu, bahkan dari setiap bacaan dzikir sebagaiman yang telah diajar Rasulullah ternyata juga memiliki dampak dan pengaruh yang sangat positif, bagi pemeliharaan, pencegahan, dan penyembuhan terhadap gangguan kesehatan jiwa yang setiap saat dapat menimpa kehidupan manusia modern. Adapun pengaruh bacaan dzikir bagi kesehatan mental dan ketenagan jiwa seseorang secara sederhana dapat dijelaskan sebagai berikut.[49]

---

[48] Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan terjemahnya*, hal. 33

[49] Amr Khalid, *Titian Surga Menuai Indahnya Hikmah Ibadah,,,* hal. 52.

a. Al-Baqiyyatu Ash-Shalihah

Al-Baqiyyatu Ash-Shalihah adalah salah satu lafazh bacaan dzikir yang sudah sangat termasyhur dikalangan umat islam. Lafat ini terdiri atas empat bacaan yaitu bacaan tasbih, bacaan tahmid, bacaan takbir dan bacaan tahlil.

b. Istigfar (memohon ampun)

Kata *Astagfirullah* terdiri dari kata *"Astagfiru"* dan "Allah". Kata *Astagfiru*, dari kata *ghafara* yang berarti menutup. Istigfar adalah membaca kalimat *Astagfirullah* (aku memohon keampunan Allah) atau lebih lengkapnya *Astagfirullahal 'azim* (Aku memohon keampunan Allah yang maha Agung). Istigfar dapat dimaknai menundukkan hati, jiwa dan pikiran kepada Allah seraya memohon Ampun dari segala dosa yang pernah dilakukan kepada-Nya. Baik dosa yang dilakukan dengan sengaja maupun dosa yang dilakukan sebab lupa.[50]

Dengan demikian orang yang bersedia memohon ampun kepada Allah dengn membaca *Istigfar* maka lepaslah ia dari perasaan bersalah akibat dosa atau kesalahan yang telah ia perbuat.

c. Basmalah

Basmalah adalah membaca *Bismillahirrahmanirrahim* (Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang). Basmalah merupakan bacaan dzikir yang sangat baik untuk dibaca setiap saat, terutama ketika seseorang akan memulai sesuatu pekerjaan. Bacaan dzikir ini memiliki pengaruh yang besar

---

[50] Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-fandi, *Energi Dziki*, hal. 48.

bagi jiwa seseorang, salah satu di antaranya adalah dapat menumbuhkan motivasi berkarya dan bekerja. Dengan begitu, maka dalam menjalankan tugas sehari-hari seseorang merasa senang dan tidak tertekan yang pada akhirnya akan mampu mencapai hasil yang maksimal sebagaimana yang diinginkan.

d. Al-Hauqalah

Ucapan yang biasa dinamai *Hauqalah* ini diartikan dua hal. Pertama haul yang terambil dari kata hala-yahulu, yang antara lain bermakna menghalangi.

Ada juga yang memahaminya terambil dari kata hawwalah-yahawwilu yang berarti mengalihkan. Hal yang kedua diartikan adalah quwwah yang biasa diartikan kekuatan atau kemampuan. Hauqalah ini mengandung makna bahwa tiada kemampuan untuk menghalangi dan menampil sesuatu bencana dan tidak ada juga kekuatan untuk mendatangkan kemaslahatan

Selain itu, *Al-Hauqalah* adalah membaca *Lahaula wala' quwwata illa billahil A'liyyil A'zim,* (Tidak ada daya dan kekuatan melainkan dengan pertolongan Allah yang Maha Tinggi dan Maha Agung). Dengan membaca *hauqalah* secara tidak langsung seseorang juga telah menyadari bahwa dirinya hanyalah mahluk yang sangat lemah, yang hidupnya banyak bergantung pada kekuasaan dan kehendak Allah. Kesadaran ini akan mampu menyembuhkan penyakit-penyakit ruhaniah seperti, sombong, takabur, ujub, bakhil, dan lainnya.

Sebaliknya akan memunculkan tabah dalam menghadapi cobaan, pasrah dam iklas menerima ketetapan (iradah) Allah.[51]

Membaca *Al-Hauqalah* juga dapat memberikan kelapangan bagi seseorang, membebaskan seseorang dari belenggu kesulitan dan kesempitan hidup yang merupakan faktor penyebab munculnya ketegangan pikiran dan emosional yang akhir-akhir ini menghantui kehidupan orang-orang modern.

e. Hasballah

Hasballah adalah salah satu bacaan dzikir sebagai bentuk pengakuan seseorang bahwa tempat berpegang dan bergantung segala sesuatu hanyalah kepada Allah semata dan Allah adalah sebaik-baik penolong dan pelindung bagi seluruh makhluk. Pengertian *hasballah* juga bisa diartikan cukuplah bagi kita hanya Allah dan dialah sebaik-baik wakil (penolong). Oleh karena itu, jika seseorang khawatir akan terjatuh dalam perbuatan maksiat, maka ucapkanlah *"hasbiyallah wa ni'mal wakil."*[52]

f. Asmaul Husna

Menurut Imam Ali Zainal Abidin, " Barang siapa yang membaca *asmaul husna* sebelum keluar rumah atau membawanya, Allah akan menjaganya mewajibkan ia masuk surga, dan membimbingnya kepada pekerjaan yang baik, "

---

[51] Tim Zahra, *Dzikir 1001 Asma'ul Husna Dzikir Terbaik dan Mustajab bagi Kehidupan Dunia dan Akhirat,(Jakrata:2006),* hal. 39.

[52]Amr Khalid, *Titian Surga Menuai Indahnya Hikmah Ibadah,* 1, (Sukarta; Era Intermedia, 2005.) hal. 190.

Seterusnya, “ Barang siapa membacanya dengan niat yang tulus pada awal bulan Ramadhan, Allah akan menganugerahkannya *Lailatul Qadar.*[53]

Mengenal Allah juga akan dapat menumbuhkan perasaan cinta kepada Allah dalam jiwa seseorang. Di mana dari cinta kepada Allah ini akan dapat menumbuhkan perasaan cinta kepada Rasul-Nya. Dan cinta kepada seluruh makhluk-Nya. Rasa cinta dan keinginan untuk bisa dekat dengan yang dicinta inilah yang dapat menimbulkan perasaan tentram dan damai dalam jiwa seseorang. Sehingga seseorang akan terbebas dari beban ketakutan, kecemasan dan kegelisahan yang merupakan sumber dan pangkal adanya penyakit rohani.

g. Membaca Al-Qur’an

Yang paling baik digunakan untuk mengingat Allah ialah Al-Qur’an. Ini adalah ucapan yang paling baik, paling benar dan paling bermanfaat. Ia adalah wahyu yang diturunkan oleh Allah yang tidak bisa dimasuki kebatilan baik dari depan maupun dari belakang. Bahkan ia merupakan kitab yang paling utama yang diturunkan Allah kepada seorang Rasul terbaik dan hamba pilihan bernama Muhammad bin Abdullah. Al-Qur’an adalah petunjuk bagi umat manusia, pembeda antara yang hak dan yang batil, Al-Qur’an adalah sumber dari segala sumber hukum dalam Islam.[54]

---

[53] Tim Zahra, *Dzikir 1001 Asma’ul Husna Dzikir Terbaik dan Mustajab bagi Kehidupan Dunia dan Akhirat,* cet, 6, (Jakarta: Zahra, 2006,) hal. 14.

[54] Abdurrazak Al-Badr, *Fiqh Doa dan Dzikir,* cet, 1, (Jakarta: Darul Falah, 2001,) hal.47.

Dengan demikian, sungguh sangat besar dan banyak manfaat dan fadhilah membaca al-Qur'an. Karena agar seseorang dapat memetik manfaat dan fadhilah dari membaca Al-Qur;an serta memberikan dampak positif bagi pembentukan kepribadian yang tangguh dan teguh sekaligus sebagai upaya untuk meredakan ketenangan emosional dan stres. Tentunya dalam membaca Al-Qur'an harus dengan baik, selain dituntut dengan meresapi makna yang terkandung di dalamnya, juga harus mengindahkan etika atau adad dalam mambaca Al-Qur;an, termasuk tata cara membacanya dengan benar, memperhatikan tajwid, qira'ah yang benar, dan ketentuan-ketentuan lain yang disyariatkan.

h. Memikirkan Alam Semesta (Ayat Kauniyah).

Sesungguhnya dalam segala bentuk yang telah Allah ciptakan baik yang terdapat di alam bawah, seperti bumi yang terhampar luas, lautan yang membentang panjang, gunung-gunung yang menjulang, aneka ragam jenis binatang dan tumbuh-tumbuhan atau bahkan diri manusia itu sendiri, dan segala hal yang terdapat di alam atas, langit yang terdampar tampa tiang dengan bintang-bintang yang menghiasi, bulan yang menerangi, matahari yang memberi kehangatan dan lain sebagainya adalah tanda-tanada adanya Allah.[55]

Memikirkan tentang segala ciptaan Allah, tentang kekuasaan-Nya, kebesaran-Nya dan tentang diri sendiri sebagai bagian dari ciptaan Allah akan dapat mengantar seseorang menjadi lebih bijaksana dalam bertindak, memberikan kesadaran bahwa segala sesuatu adalah berasal dari Allah dan berada dalam

---

[55] Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-fandi, *Energi Dzikir*, hal. 209.

kendali-Nya, kesadaran ini akan mampu menjadikan seseorang tetap tenang dalam menghadapi berbagai goncanagan dan tekanan yang terjadi dalam kehidupan. Membaca ayat Al-Qur'an secara keseluruhan dapat mensugesti diri pada setiap orang.

Dengan demikian, jelaslah bahwa dzikir mempunyai pengaruh yang sangat hebat terhadap kesehatan jiwa dan mental. Pengaruh dzikir terhadap jiwa ini bisa diperoleh dengan bacaan-bacaan dzikir seperti tahlil, tasbih, tahmid, takbir, basmalah, hauqalah, membaca Al-Qur'an dan asmaul husna. Sebagai makhluk berfikir manusia tidak pernah merasakan puas terhadap kebenaran ilmiah yaitu kebesaran akal.

4. Dzikrullah Sebagai Terapi Jiwa

Berangkat dari kenyataan masyarakat modern, khususnya masyarakat Barat yang dapat digolongkan *the post industrial societ* telah mencapai puncak kenikmatan materi itu justru berbalik dari apa yang diharapkan, yakni mereka dihinggapi rasa cemas, sehingga tanpa disadari integritas kemanusiannya tereduksi, dan terperangkap pada jaringan sistem rasionalitas teknologi yang tidak manusiawi. Akhirnya mereka tak mempunyai pegangan hidup yang mapan. Lebih dari itu muncul dekadensi moral dan perbuatan brutal serta tindakan yang dianggap menyimpang.[56]

Dalam kenyataannya, filsafat rasionalistas tidak mampu memenuhi kebutuhan pokok manusia dalam aspek nilai transedental. Manusia mengalami

---

[56] Samsul Munir Amin, *Energi Dzikir*..., hal. 238

kehampaan spiritual, yang mengakibatkan munculnya gangguan kejiwaan. Islam sebagai agama *rahmatan lil'alamin* menawarkan suatu konsep dikembangkan nilai-nilai *ilahiyyah* dalam batin sesorang.

Dengan dzikir yang di dalamnya penuh dengan doa-doa, dapat dipandang sebagai *malja'* (tempat berlindungan) di tengah-tengah badai kehidupan modern. Di sinilah dzikir bisa memberikan ketenteraman rohani manusia.

Banyak manusia yang gelisah hatinya ketika mereka tidak memiliki pegangan yang kuat dengan keimanan. Kegelisahan jiwa manusia modern khusunya di Barat dikarenakan tipisnya pegangan iman kepada Tuhan. Merebaknya paham materialisme dan individualisme, serta kapitalisme membuat masyarakat modern kehilangan kendali. Nilai-nilai keagamaan dianggap bukan lagi masalah yang sakral, akibatnya banyak tempat-tempat Ibadah di Barat yang kehilangan jam'ahnya. Kehilangan kendali seperti dialami masyarakat Barat, tidak menutup kemungkinan berdampak pada masyarakat muslim. Akan tetapi dengan kuatnya iman melalui pendekatan berdzikir kepada Zat Pencipta, maka diharapkan kaum muslimin tetap terkandali dan spritualisme akan tetapih memiliki daya pengikat yaitu hati selalu tertuju kepada Allah.

Kenyataan menunjukkan bahwa orang-orang yang kehilangan kepercayaan diri lantaran banyaknya kesalahan atau dosa misalnya terlibat masalah prostitusi, narkotika dan obat-obat terlarang, masalah kriminal, kesulitan ekonomi dan lain-

lain, mereka yang kehilangan pegangan keagamaan akan mampu bangkit dengan *religios refernce* (pencerahaan keagamaan) terutama melalui dzikir.[57]

Di "Pondok Inabah" Pondok Pesantren Suryalaya Tasikmalaya, para pasien yang terlibat masalah kejiwaan seperti disebutkan di atas, sebagian besar bisa memperoleh kepercayaan diri dan bangkit optimisme jiwanya karena melalui terapi atau penyembuhan dzikir. Mereka melakukan dzikir baik *khafi* maupun *jabr* di tengah malam sekitar jam 01.00 WIB dini hari secara berjama'ah dan berakhir dzikir dengan bacaan tertentu. Hasilnya ternyata sebagian besar diatas 80% sembuh melalui terapi dzikir.

Pengalaman dzikir dengan pendekatan Tarekat Qadariah wa Naqsabandiyah di Pesantren Suryalaya tersebut ternyata mampu memberikan *insight* (pencerahan) bagi jiwa-jiwa yang kering dan gersang menjadi jiwa yang penuh optimisme. Dengan berdzikir yang dilakukan dengan khusyuk dan sungguh-sungguh dapat membangkitkan optimisme bagi pelakunya.

Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa dengan berdzikir yang penuh dengan doa-doa, dapat dipandang sebagai *malja*' (tempat berlindung) di tengah-tengah badai kehidupan modern. Di sinilah dzikir bisa memberi sketenteraman rohani manusia.

---

[57] Samsul Munir Amin, *Energi Dzikir*..., hal.239

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Sebuah penelitiaan sangat dipengaruhi oleh metode yang dipakai untuk mendapatkan data yang akurat dari objek penelitian. Dalam penelitian karya ilmiah ini metode dan pendekatan penelitian merupakan hal yang sangat penting, sehingga dengan adanya sebuah metode dan pendekatan, peneliti mampu mendapatkan data yang akurat dan akan menjadi sebuah penelitian yang diharapkan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian deskriptif analitis, agar dapat meminimalkan jarak antara peneliti dan informan. Dalam penelitian ini tidak hanya terbatas pada pengumpulan dan penyusunan data tetapi meliputi analisis, interpretasi data yang telah dikumpulkan dan segala sesuatu ditentukan dari hasil pengumpulan data yang mencerminkan keadaan yang sesungguhnya di lapangan.

Penelitian kualitatif adalah suatu penelitian ilmiah yang bertujuan untuk memahami suatu fenomena dalam konteks sosial secara alamiah dengan mengedepankan proses interaksi komunikasi yang mendalam antara peneliti dengan fenomena yang diteliti.[58] Penelitian ini ingin memberikan gambaran atau melukiskan hasil pengamatan yang didapat dari lapangan dan menjelaskannya dengan kata-kata.

---

[58]Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Untuk Ilmu-Ilmu Sosial,* (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hal. 18.

B. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan teknik *purposive sampling* yaitu dengan menggunakan teknik penentuan responden dengan pertimbangan tertentu.[59] Responden merupakan orang yang dianggap lebih mengetahui mengenai apa yang diharapkan oleh peneliti sehingga akan memudahkan penyelesaian penelitian. Dari subjek penelitian yang akan dipilih berjumlah tujuh jam'ah, laki-laki berjumlah empat orang jama'ah dan perempuan berjumlah tiga orang jama'ah. Yang kesemua jama'ah dalam keadaan mengikuti dzikir di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar.

Jumlah keseluruhan jama'ah dzikir yang berada di gampong baet sebanyak 130 jama'ah sedangkan yang masih aktif berjumlah laki-laki 41 sedangkan perempuan berjumlah 56 dengan demikian jumlah jamaah dzikir yang masih aktif sampai saat ini berjumlah 97 dari berbagai gampong seperti, Blang Krung, Cadek Permai, dan Gampong Kahju.

C. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menempuh beberapa langkah, yaitu observasi wawancara, dan dokumentasi.

1. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara pengamatan secara langsung, untuk memperoleh data dengan jelas dan dapat mengetahui

---

[59]Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 85.

kondisi real dilapangan.[60] Adapun jenis observasi yang digunakan adalah observasi bersifat partisipan dan non partisipan. Observasi partisipan peneliti terlibat langsung dengan kegiatan yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.[61] Sedangkan observasi non partisipan Peneliti hanya mengamati saja kegiatan sehari-hari dalam beraktivitas baik di tempat dzikir maupun diluar dzikir tanpa mengikut serta.

2. Wawancara

Wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden. Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur yaitu jenis wawancara ini sudah termasuk dalam kategori *in-dept interview,* dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuannya adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, di mana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya.

Penelitian ini berfokus pada jama'ah yang melaksanakan dzikir di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar.

---

[60]Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya, Edisi Kedua,* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 142

[61]Sugiyono, *Metode Penelitian*..., hal. 145.

3. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data dengan dokumentasi adalah pengambilan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen.[62] Data yang dikumpulkan dengan teknik dokumentasi cenderung merupakan data sekunder yaitu berisi surat-surat, catatan harian, laporan maupun teori-teori para ahli.[63] Peneliti mengambil data dokumentasi berisi tabel jumlah Jama'ah dzikir, di Desa Baet Kecamatan Baitussalam kabupaten Aceh Besar.

D. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan.[64] Nasution di dalam buku Sugiyono menyatakan bahwa " analisis telah mulai sejak merumuskan dan menjelaskan masalah, sebelum terjun kelapangan, dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian".

1. Analisis sebelum kelapangan

Penelitian kualitatif telah melakukan analisis data sebelum peneliti memasuki lapangan. Analisis dilakukan terhadap data hasil studi pendahuluan, atau data sekunder, yang digunakan untuk menentukan fokus penelitian. Fokus penelitian ini masih sementara, dan akan berkembang setelah peneliti masuk kelapangan.

---

[62]Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial, Edisi Kedua*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hal. 69.

[63]Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif...*, hal. 125.

[64] Sugiyono, *Metode Penelitian*...,hal. 245.

2. Analisis di lapangan

Analisis data telah dilakukan sejak pengumpulan data berlangsung, pada saat observasi dan wawancara penulis sudah dapat menganalisis terhadap apa yang ditemukan dari hasil pengamatan dan wawancara.

Miles and Huberman mengemukakan aktifitas dalam analisis data kualitatif dilakukan dengan cara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktifitas dalam analisis data meliputi *data reduction, data display* dan *conclusion drawing/ verification.*

a. *Data Reduction* (Reduksi Data), yaitu merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya.[65] Dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan pada hal-hal yang penting dan menghilangkan data-data yang dianggap tidak penting. Sehingga dapat ditarik kesimpulan-kesimpulan dari data yang telah didapatkan di lapangan. Kesemua data yang diperoleh di lapangan di rangkum sesuai pertanyaan penelitian.

b. *Data Display* (penyajian data). Langkah selanjutnya adalah penyajian data dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart*, dan sejenisnya. Dalam penelitian ini, Peneliti hanya memakai penyajian data berbentuk uraian singkat, sedangkan bagan, hubungan antar kategori, *flowchart*, dan sejenisnya tidak peneliti pakai. Kemudian peneliti berusaha menjelaskan hasil temuan penelitian dalam bentuk

---

[65]Sugiyono, *Metode Penelitian*..., hal. 247.

uraian singkat, agar mudah di pahami oleh pembaca dan hasilnya sesuai dengan pertanyaan penelitian.

c. Conclusion *Drawing/ Verification*, yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Peneliti berusaha menarik kesimpulan dan melakukan verifikasi terhadap temuan baru yang sebelumnya remang-remang objeknya sehingga setelah dilakukan penelitian menjadi jelas. objek penelitian disini adalah jama'ah dzikir di gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar, Sehingga setelah dilakukan penelitian, permasalahan tersebut menjadi jelas dan mendapatkan solusinya.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah singkat Gampong Baet

Baet pada mulanya sangatlah minim sarananya. Baik dari segi pembangunan Gampong maupun Ekonomi masyarakatnya. Apalagi setelah tsunami menerjang sebagian besar persisir Aceh 2004 silam. Namun lambat laun masyarakat mulai menata kembali kehidupannya. Dengan bantuan semua pihak dalam pembangunan akhirnya Gampong Baet lebih maju disegala bidang.

Gampong Baet pada mulanya adalah dataran diamana pada saat itu digunakan sebagai alternatif pusat jalur perindustrian oleh pihak Belanda untuk menghidupkan perekonomian masyarakat yang lebih maju. Namun seiring dengan berjalannya waktu dataran ini sebahagiannya menjadi sungai yang kemudian dimanfaatkan menjadi area tambak udang, ikan, kepiting dan tempat pengolahan garam tradisional.[66]

Sebagaimana peneliti amati di Gampong Baet terhadap masyarakat, baik dari segi sosial maupun budaya, mayarakat yang berada di Gampong Baet masih mempunyai rasa saling membantu dan saling menghormati antara satu dengan yang lainnya. Begitu juga yang terlihat

---

[66] Dokumen Review RPJMG Tahun 2016, Gampong Baet, Kecamatan Baitussalam. Kabupaten Aceh Besar.

dalam pelaksanaan majelis dzikir, masyarakat atau jama'ah dzikir begitu nampak waktu pergi bersama-sama dengan keluarga atau kawan-kawan hampir semua mengunakan pakaian putih

2. Sejarah Pemerintahan Gampong Baet

Urutan pemimpin pemerintahan Gampong Baet, menurut informasi para tertua Gampong sejak sesudah kemerdekaan Indonesia sampai dengan tahun saat ini sebagai berikut :

a. Basyah 1958 s/d 1960
b. Ahmad 1960 s/d 1966
c. Muhammad Basyah 1966 s/d 2004
d. Taufik (Sekdes /pjs Geuchik) 2004 s/d 2005
e. Drh. M. Isa. M.Si 2005 s/d 2012
f. T. Hermawan 2012 s/d Sekarang

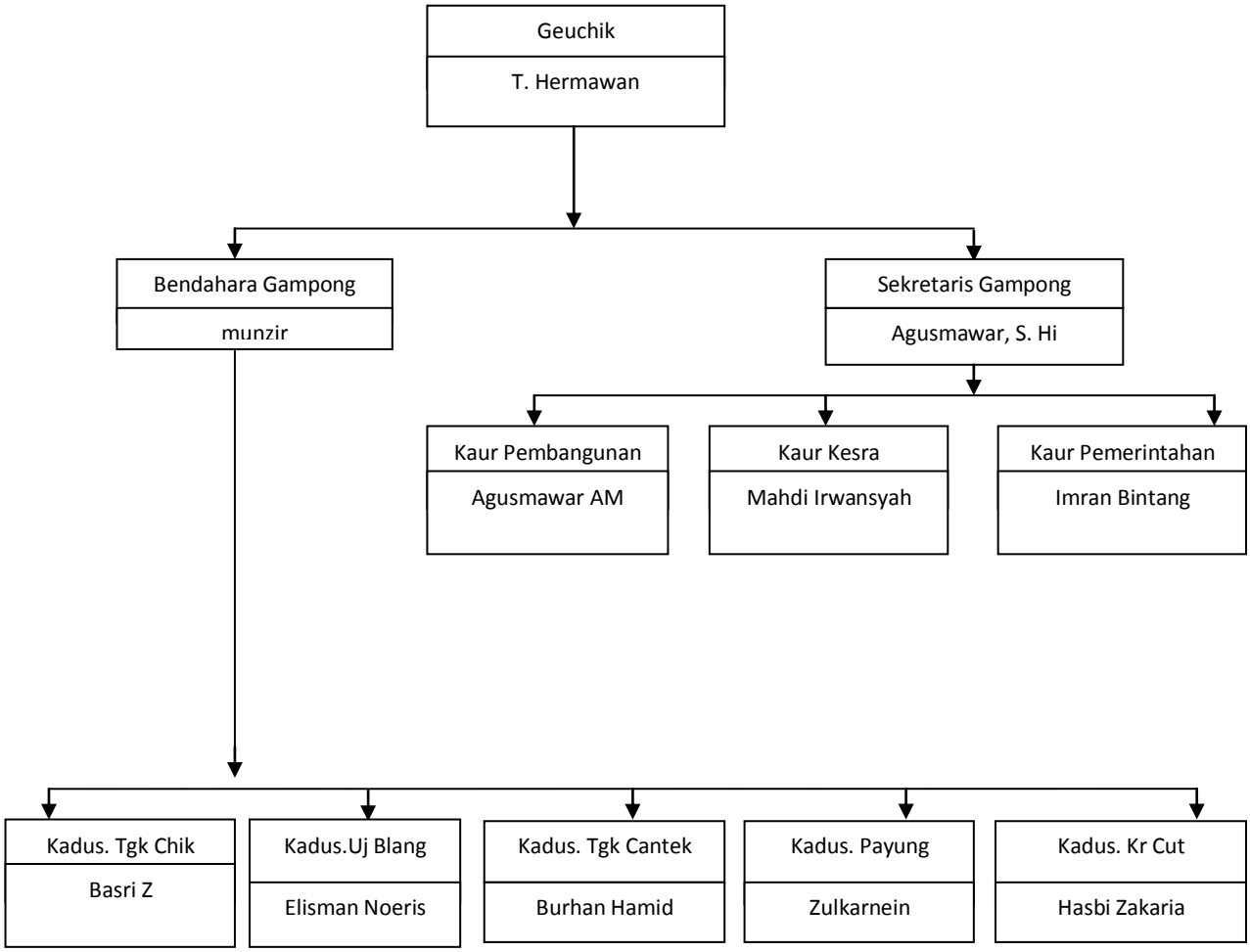
3. Letak Geografis Gampong

Gampong Baet termasuk dalam wilayah kemukiman silang cadek, kecamatan Baitussalam, Kabupaten Aceh Besar dengan luas wilayah 388 ha. Secara administrasi dan geografis Gampong Baet berbatasan dengan:

- Gampong Rukoh : di sebelah Utara
- Gampong Kajhu : di sebelah Timur
- Gampong Rukoh : di sebelah Tibang
- Gampong Blang Krueng : di sebelah selatan

4. Jumlah Aparatur Pemerintahan Gampong

Jumlah pegawai dilingkungan pemerintah Gampong Baet tahun 2016 sebanyak satu1orang Geuchik, satu orang Sekretaris Gampong, satu orang Bendahara Gampong, tiga Orang Kaur, lima Orang Kepala Dusun.[67]



5. Jumlah Tuha Peut Gampong Baet

   a. Ketua Tuha Peut. Taufik Abd Jalil

   b. Wakil Ketua. Adnan Muklis

[67] Hasil Observasi di Kantor Desa Gampong Baet.

c. Sekretaris. Fauzi Djailani

d. Anggota. M. Jamil Yahya

e. Anggota. Rusli Ay

f. Anggota. Ridwan Mahmud

Anggota Tuha Peut Merupakan wakil dari penduduk Gampong berdasarkan keterwakilan wilayah yang pengisiannya dilakukan secara demokratis.

Tuha Peut Mempunyai Fungsi

- Membahas dan menyepakati Rancangan Peraturan Gampong bersama geuchik
- Menampung dan menyalurkan aspirasi masyarakat Gampong
- Melakukan pengawasan kinerja geuchi

6. Jumlah Penduduk

TABEL I

Jumlah Penduduk Menurut Golongan Usia dan Jenis Kelamin

No	USIA	LAKI-LAKI	PEREMPUAN	JUMLAH
1	0 Bulan – 12 Bulan	39	56	95
2	13 Bulan – 4 Tahun	45	66	111
3	5 Bulan – 6 Tahun	40	49	89
4	7 Tahun – 12 Tahun	127	137	264
5	13 Tahun – 15 Tahun	159	187	346
6	16 Tahun 18 Tahun	272	382	654
7	19 Tahun 25 Tahun	258	279	537
8	28 Tahun - 35 Tahun	182	192	374
9	36 Tahun – 45 Tahun	54	27	81
10	46 Tahun – 50 Tahun	44	30	74
11	51 Tahun – 60 Tahun	12	6	18
12	61 Tahun – 75 Tahun	4	7	11
13	Diatas 75 Tahun	3	6	9
Jumlah		1239	1424	2663

Jumlah penduduk Gampong Baet jika kita lihat dari tabel di atas yang terbanyak usia 16 tahun sampai 25 tahun berjumlah = 1191 orang. Sedangkan

yang terendah mulai dari usia 61 tahun sampai dengan 75 tahun ke atas berjumlah = 20 orang.

TABEL II

Jumlah Penduduk Masing-Masing Dusun

NO	DUSUN	JUMLAH KK	JUMLAH MENURUT JENIS		
			LK	PR	JUMLAH
1	Krueng Cut	185	271	332	603
2	Payueng	157	342	331	723
3	Teungku Cantek	184	265	314	579
4	Teungku Chiek	138	201	305	506
5	Ujong Blang	73	110	142	252
Jumlah		737	1239	1424	

Jumlah penduduk dari masing-masing dusun, jika kita lihat berdasarkan tabel di atas hampir setara, seperti dusun Payeung, Krueng Cut, Teungku Cantek dan Teungku Chiek. Sedangkan yang dusun yang sedkit penduduknya adalah dusun Ujong Blang.

TABEL III

Jumlah Jama'ah Dzikir Laki-Laki Dengan Latar Belakang Pekerjaannya

NO	PEKERJAAN	JUMLAH LAKI-LAKI
1	Dosen	3 orang
2	Guru	5 orang
3	Nelayan	12 orang
4	Bengkel	4 orang
5	Tukang bangunan	17orang

Berdasarkan tabel diatas Jama'ah dzikir laki-laki kebanyakan latar belakang perkerjaanya sebagai tukang bangunan atau kuli bangunan.

TABEL IV

Jumlah Jama'ah Dzikir Perempuan Dengan Latar Belakang Pekerjaannya

NO	PEKERJAAN	JUMLAH PEREMPUAN
1	Guru	14 orang
2	Pedagang	3 orang
3	Loudry	2 orang
4	Ibu rumah tangga	37 orang

Berdasarkan tabel di atas juamlah jam'ah dzikir perempuan kebanyakan latar belakang pekerjaanya adalah sebagai ibu rumah tangga.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa

Mengingat Allah merupakan sumber kesehatan hati dan jiwa, sebaliknya dengan melupakan adalah punca bermulanya penyakit hati dan jiwa, sekaligus malapetaka bagi kehidupan manusia.

Dalam hal ini Ibnu Qayyim menyatakan: bahwa rasa takut (pengecut) dan kikir adalah dua hal yang selalu bergandengan karena keduanya sama-sama menyia-nyiakan manfaat potensi harta dan jasmani. Keduanya merupakan faktor timbulnya penyakit jiwa atau rohani dan penyakit tersebut bisa disembuhkan dengan *dzikirullah.*

Dengan demikian, jelaslah bahwa dzikir menpunyai pengaruh yang sangat hebat terhadap kesehatan jiwa dan mental. Pengaruh dzikir terhadap jiwa ini bisa diperoleh dengan bacaan-bacaan dzikir seperti tahlil, tasbih, tahmid, takbir, basmalah, hauqalah, hasbalah, membaca Al-Qur'an dan asmaul husna. Sebagai makhluk berfikir manusia tidak pernah merasakan puas terhadap 'kebenaran ilmiah' yaitu kebenaran akal.

Jika seseorang telah sampai kepada kebenaran ilahiah atau terpadunya pikir dan dzikir, maka ia tidak lagi tergoda untuk mencari

kebenaran yang lain, dan ketika itu juga menjadi tenang, tidak gelisah dan tidak ada konflik batin. Selama manusia masih mengingati Allah tanpa menghayati makna sesungguhnya, maka hati tidak mungkin tenteram dalam arti tenteram yang sebenarnya, tetapi jika ia telah sampai kepada mengingati Sang Pencipta dengan segala keagungannya, maka manusia tidak sempat lagi memikirkan yang lain, dan ketika itu puncak ketenangan dan puncak kebahagiaan tercapai, dan ketika itulahtingkatan jiwa seseorang telah mencapai *al-nasfs muthma'innah* yaitu jiwa yang tenang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden mengenai dampak dzikir terhadap ketenangan jiwa di gampong Baet, kecamatan Baitussalam, kabupaten Aceh besar :

Adapun hasil wawancara dengan Bpk Husen Masyarakat Gampong Kahju mengatakan bahwa:

" Saya tidak begitu sering mengikuti pelaksanaan dzikir, disebabkan karena saya bekerja di siang harinya hingga menyebabkan kelelahan di waktu malam hari dalam satu bulan lebih kurang dua kali saya mengikuti dzikir. Ketika saya selesai berdzikir saya merasa nyaman, seolah-olah beban fikiran yang ada hilang dengan sendirinya, bagi saya syarat-syarat berdzikir itu suci pakaian, mengambil air wudhuk, suci tempat, dan hadir hati, hubungan saya dengan pimpinan dzikir sangat dekat bahkan pimpinan dzikir itu bagi saya sudah seperti abang kandung sendiri. Bagi saya ke kusyukan timbul dalam berdzikir apabila pimpinan dzikir membaca dengan pelan-pelan, namun bila pimpinan dzikir membaca dengan cepat

maka akan mengurangi kekusyukan saya. Menurut saya tujan berdzikir itu mendekatkan diri kepada Allah, serta mengharapkan ridha Allah".[68]

Hasil Wawancara dengan Bpk Muhammad Gade gampong Cadek Permai mengatakan bahwa:

" Alhamdulillah saya sering mengikuti dzikir, dalam seminggu saya tetap sempatkan satu malam yaitu malam jum'at untuk tetap berdzikir, ketika selesai berdzikir saya merasakan ketenangan dalam hidup, hilang rasa kegelisahan, dan serta kecemasan dalam hidup. bagi saya syarat-syarat berdzikir itu harus bersih pakaian, memakai baju putih, dan tetap dalam keadaan berwudhuk.

Pimpinan dzikir tersebut bagi saya sudah seperti saudara kandung sendiri, bila saya dihadapi dengan masalah maka saya mencari pertolongan (pendapat dengan beliau). Kekusyukan saya timbul dalam berdzikir apabila suasana nyaman seperti tidak ada kebisingan. Namun bila terdengar kebisingan seperti suara sepeda motor, dan faktor pekerjaan, maka sangat mengganggu konsentrasi saya dalam berdzikir. Setelah saya sudah beberapa kali mengikuti dzikir alhamdulillah sudah banyak perubahan seperti shalat sudah tepat waktu. Bagi saya tujuan berdzikir itu agar merasa tenang dalam kehidupan".[69]

Hasil Wawancara dengan Ibu Zurrami masyarakat Gampong Cadek Permai mengatakan bahwa :

---

[68] Hasil Wawancara dengan Husen (Masyarakat Gampong Kajhu), 28 Mei 2017.

[69] Hasil Wawancara dengan Muhammad Gade (Masyarakat Gampong Cadek Permai), 30 Mei 2017

“ Saya sering mengikuti dzikir, Namun bila suami saya tidak pergi mengikuti dzikir maka saya juga tidak pergi. Yang saya rasakan ketika selesai berdzikir adalah fikiran terasa tenang. Menjalani hidup terasa nyaman, dan seolah-olah tidak takut dengan kematian. Menurut saya syarat berdzikir itu adalah hadir hati maksudnya adalah konsentrasi dengan kalimat-kalimat yang dibacakan. Kekusyukan saya dalam berdzikir timbul apabila jama’ah di samping kiri dan kanan saya tidak terlalu mengeraskan suara. Namun bila teman di kiri dan di kanan terlalu kuat dalam mengeraskan sura maka saya tidak fokus lagi dalam berdzikir.”[70]

Hasil Wawancara dengan Muhammad Ali Masyarakat Gampung Blang Krueng mengatakan Bahwa :

“ Saya tidak begitu sering mengikuti dzikir disebabkan disetiap harinya saya sibuk bekerja di bengkel. Biasanya dalam sebulan saya hanya sekali mengikuti dzikir. Dampak yang terlihat ketika saya selesai berdzikir adalah saya merasa tenang. Namun demikian, bila saya dihadapi dengan berbagai cobaan dan ujian saya masih sulit bersabar. Bagi saya dampak dari berdzikir itu belum begitu terlihat namun demikian sedikit demi sedikit saya sedang memperbaiki diri agar berdampak positif dan diaplikasikan dalam kehidupan.”[71]

Hasil Wawancara dengan Ibu Darwati Masyarakat Gampong Rukoh, mengatakan Bahwa :

---

[70] Hasil Wawancara dengan Zurrami (masyarakat gampong Cadek Permai) 30 Mei, 2017

[71] Hasil Wawancara Dengan Muhammad Ali (Masyarakat Blang krung) 31 Mei 2017-05-31

“ Saya Sering mengikuti dzikir, dalam sebulan kalau tidak ada halangan insya Allah empat kali saya mengikuti dzikir. Yang saya rasakan ketika selesai berdzikir adalah ketenangan jiwa, menghilangkan stres, dan memudahkan rizki. Ketika proses dzikir kadang-kadang saya fokus dan juga pernah kurang khusuk disebabkan karena ributnya anak-anak ketika berdzikir. Dampak yang terlihat ketika selesai berdzikir adalah bila dihadapi dengan musibah maka saya langsung mengingat Allah, kecemasan sudah mulai hilang dan selalu berserah diri kepada Allah SWT ”[72].

Hasil Wawancara dengan Ibu Yuliza Masyarakat Gampong Baet Mengatakan bahwa :

“ Alhamdulillah saya juga sering mengikuti proses pelaksanaan dzikir, dalam sebulan lebih kurang tiga kali saya mengikuti dzikir. Sebab bagi saya dari pada tidak ada kegiatan di rumah alangkah baiknya saya mengikuti dzikir dan juga agar mendapat pahala dari Allah. Yang saya rasakan ketika selesai berdzikir adalah ketenangan dalam jiwa, mulai ikhlas dalam beramal, dan bila di hadapi dengan problema kehidupan Alhamdulillah sudah mulai sabar dan tenang dalam menangani masalah tersebut. Terkadang hal-hal yang membuat saya kurang khusuk dalam berdzikir disebabkan faktor kelelahan yang menyebabkan ngantuk dan tertidur dalam berdzikir ”.[73]

---

[72] Hasil Wawancara Dengan Ibu Darwati (Masyarakat Gampong Rukoh), 29, Mei 2017

[73] Hasil Wawancara Dengan Ibu Yuliza (Masyarakat Gampong Baet), 2 juni 2017

Hasil wawancara dengan pimpinan Dzikir yaitu Tgk Muhammad Yusuf Masyarakat Gampong Baet Mengatakan :

"Alhamdulillah pelaksanaan dzikir ini diadakan di Gampong Baet tepatnya pada malam jum'at dan hari-hari besar umat islam. Pelaksanaan dzikir ini diadakan lebih kurang sudah tujuh tahun lamanya di mulai pada tahun 2010 sampai dengan sekarang. Jumlah keseluruhan jama'ah zikir ini berjumlah 130 orang hanya saja yang masih aktif sampai saat ini berjumlah 97 orang dari berbagai gampong.[74]

Dalam pelaksaan dzikir biasanya saya memulai dengan tausiyah terlebih dahulu, kemudian samadiah, baca yasin, istigfar, bertasbih, tahmid, tahlil dan takbir, dan dilanjutkan dengan shalat tasbih bersama dan terakhir membaca doa bersama".

2. Kendala-kendala yang dihadapi Jama'ah Dzikir dalam Menghadapi ketenangan Jiwa

Sebagaimana hasil wawancara dengan Bpk Iklas Masyarakat Gampong Baet yang mengatakan bahwa :

Alhamdulillah selama ini saya sering mengikuti pelaksaan dzikir di gampong baet. Namun demikian kendala-kendala yang kerap kali mengganggu konsentrasi saya dalam berdzikir disebabkan karna bisingnya

---

[74]Hasil Wawancara dengan Pimpinan Dzikir Tgk Muhammad Yusuf (Maasyarakat Gampong Baet), 3,juli 2017

suara sepeda motor sehingga ucapan yang disampaikan oleh pimpinan dzikir tersebut sudah kurang terdengar bagi saya.”[75]

Sebagaimana Hasil wawancara dengan Ibu Hajja masyarakat Gampong Baet yang mengatakan bahwa

Yang saya rasakan dari nikmatnya berdzikir adalah hilangnya bebab fikiran, stres, dapat menenangkan jiwa dan perasaan. Namun demikian kendala-kendala yang kerap kali saya rasakan dalam berdzikir disebabkan karena tempat yang terlalu kecil sehingga menyebabkan jama’ah berdesak-desakan ditambah ributnya anak-anak yang masih kecil.[76]

Hasil Wawancara dengan Bpk Agus masyarakat dusun payung mengatakan bahwa :

“ Sama seperti jama’ah yang lainnya bahwa saya juga sering mengikuti dzikir di gampong baet. Namun demikan karena tempat dzikir yang terlalu dekat dengan jalan raya maka dapat mengganggu proses dzikir yang saya lakukan. Dan juga bila pimpinan dzikir terlalu cepat membacakan dzikir maka dapat menggaanggu konsentrasi saya dalam berdzikir”.[77]

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Solusi yang ditawarkan oleh Al-Qur’an dalam menyelesaikan berbagai macam problematika masyarakat modern adalah dengan berdzikir

[75] Hasil Wawancara dengan bapak Iklas (Msyarakat Gampong Baet), 1, juli 2017

[76] Hasil wawancara dengan Ibu hajja (Masyarakat gampong Baet), 2 Mei 2017

[77] Hasil wawancara dengan bapak Agus (Masyarakat Dusu Payung), 1 Mei 2017

dalam arti melaksanakan ajaran-ajaran agama Allah. Ajaran-ajaran agama islam yang wajib diyakini kebenarannya, dihayati dan diamalkan dalam kehidupan sehari-hari, secara garis besar terbagi menjadi tiga ajaran pokok, yaitu; Akidah, Syari'ah dan Tasawuf.

Memperbanyak mengingat Allah di dalam qalbu dan menyebut-Nya dengan lidah yang lazim disebut *Dzikir khafi dan dzikir jahr*. Dzikir dalam bentuk ini akan mengantarkan manusia meraih *nur dzikir* dalam rongga batin sehingga hatinya akan merasakan *nur al-hayat* (cahaya kehidupan) yang abadi dan bersifat ukhrawi; Menghilangkan kekusyukan hati sehingga bekonsentrasi penuh kepada Allah SWT; Serta mencapai *ma'rifatullah* melalui tahap pembersihan hati dari sifat-sifat tercela. Dzikir secara keseluruhan tidak hanya dalam bentuk lisan, tetapi dikenali dengan dzikir hati yang akan muhasabah akal lalu mendorong dzikir lisan, dan kemudian akhirnya dzikir amal yaitu *akhlakul karimah*

Jama'ah yang melakukan proses dzikir begitu bayak dampak dan manfaat yang mereka rasakan. Mulai dari ketenangan jiwa, perasaan tenang hingga dalam melakukan aktifitas terasa santai. Jama'ah dzikir yang konsentrasi dalam melakukan proses dzikir tersebut akan merasakan kenikmatan beribadah. Selain bernilai ibadah ternyata dzikir juga dapat menyehatkan jasmani dan rohani.

Selain itu juga dampak dari berdzikir ini dapat memperkuat daya ingatan yang mana seluruh anggota tubuh difungsikan dan fokus terhadap

bacaan-bacaan yang disampaikan hingga urat-urat saraf bergerak dan menyabut nama Allah

Disamping itu dampak dari berdzikir dapat menimbulkan semangat beribadah, ringan badan membuat seseorang menjadi tawaduk, rendah hati dan dijauhkan dari sifat sombong. Maka merugilah orang-orang yang enggan menyebut nama Allah dalam hatinya sehingga timbullah berbagai permasalahan-permasalahan yang ia hadapi

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka dapat peneliti simpulkan bahwa dampak yang terlihat ketika selesai berdzikir adalah dapat menimbulkan rasa ketenangan di dalam jiwa, menghilangkan stres, meringankan badan hingga apabila ada musibah atau ujian yang datang dari Allah maka akan timbul kesabaran dan selalu berserah diri kepada Allah SWT.

Ketika berdzikir berbagai macam kendala-kendala yang dihadapi sehingga dapat mengurangi nilai ibadah, bahkan bukan hanya pahala yang ia dapatkan akan tetapi dosa yang ia terima dari Allah SWT. Kendala-kendala tersebut bisa timbul dari luar dan juga bisa timbul dari dalam.

Kendala yang mereka rasakan dalam berdzikir yaitu karena faktor dari luar seperti suara kebisingan sepeda motor yang menyebabkan hilangnya konsentarsi dalam berdzikir.

Ini merupakan salah satu kendala dalam berdzikir sehingga ketenangan dalam jiwa setelah berdzikir sudah tidak ada lagi

Di samping itu juga kendala lain seperti sempitnya lokasi tempat berdzikir sehingga sebagian jama'ah terpaksa berdesak-desakan ditambah dengan suara anak kecil yang berkeliaran di pekarangan meunasah. Ini juga dapat mengganggu kekusyukan jama'ah dalam berdzikir.

Dengan demikian berdasarkan hasil penelitian di atas dapat peneliti simpulkan bahwa kendala-kendala jama'ah dalam berdzikir itu berupa kebisingan suara sepeda motor dan juga lokasi atau tempat berdzikir tersebut terlalu kecil sehingga sebahagian jama'ah kerap kali berdesak-desakan.

BAB V

A. Kesimpulan

Berdasarkan Latar belakang masalah, dari uraian-uraian yang terdapat dalam bab-bab sebelumnya dan juga hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat di simpulkan

1. Dampak yang terlihat ketika selesai berdzikir adalah dapat menimbulkan rasa ketenangan di dalam jiwa, menghilangkan stres, meringankan badan, lebih tawaduk rendah hati, memperbaiki akhlak hingga apabila ada musibah atau ujian yang datang dari Allah maka akan timbul kesabaran dan selalu berserah diri kepada Allah SWT.
2. Kendala-kendala jama'ah dalam berdzikir itu berupa kebisingan suara sepeda motor dan juga lokasi atau tempat berdzikir tersebut terlalu kecil sehingga sebahagian jama'ah kerap kali berdesak-desakan. Dan ini merupakan kendala utama jama'ah dzikir Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar.

B. SARAN

Dari penelitian yang peneliti lakukan, maka peneliti ingin menyampaikan saran-saran atau masukan-masukan agar dapat meminimalisir masalah-masalah yang terjadi pada jama'ah dzikir

1. Bagi jama'ah dzikir disaran agar mendalami ilmu pegetahuan tentang dzikir yang benar, agar memperoleh ketenangan jiwa.

2. Kepedulian dari aparatur Gampong terhadap majelis-majelis agama sangat diperlukan khususnya majelis dzikir untuk selalu mendukung, sebagai jalan untuk mencari ridha Allah SWT.
3. Diharapkan ke pada jama'ah-jama'ah dzikir agar mempertahankan majelis dzikir ini supaya tidak hilang, dengan cara menghadiri selalu kegiatan dzikir tersebut.
4. Kepada pimpinan dzikir sebaiknya memilih tempat dzikir yang jauh dari jalan raya, supaya terhidar dari bisingan kedaraan.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrazak Al-Badr. *Fiqih Doa & Dzikir,* Jakarta: Darul Falah, 2001.

Ahmad Bin Abdul Isa. *Ensiklopidia Doa dan Wirit Shahih*, Surabaya: Pustaka Elba, 2006.

Achmad Mubarok. *Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern Jiwa dalam Al-Qur'an,* cet, 1, Jakarta: Paramadina, 2000.

Adam Cholil. *Meraih Kebahagiaan Hidup Dengan Zikir dan Doa*, Jakarta Selatan: AMP Pres, 2013.

Aliah B. Purwakania Hasan. *Psikologi Perkembangan Islami,* cet 2, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008.

Amr Khalid. *Titian Surga Menuai Indahnya Hikmah Ibadah,* 1, Sukarta; Era Intermedia, 2005.

A.Supratiknya. *Mengenal Perilaku Abnormal,* cet 1, Yogjakarta: Penerbit Kanisius, 2006.

Burhan Bungin. *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya, Edisi Kedua,* Jakarta: Kencana, 2011.

Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan terjemahannya*, Jakarta: 2004.

Dokumen Review *RPJMG* Tahun 2016, Gampong Baet, Kecamatan Baitussalam. Kabupaten Aceh Besar.

Erhamawilda. *konseling Islami,* cet, 1, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009.

Hamdan Rasyid. *Konsep Dzikir Menurut Al-Qur'an dan Urgensinya Bagi Masyarakat Modern,* Jakarta Timur: Insan Cemerlang, 2009.

Haris Herdiansyah. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Untuk Ilmu-Ilmu Sosial,* Jakarta: Salemba Humanika, 2012.

Husaini Usman & Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial, Edisi Kedua,* Jakarta: Bumi Aksara, 2014.

Imam Ghazali. *Keajaiban Hati, (terj) Nur Hicmah. Dari Ajaib Al Qalb*, Jakarta: Tirta mas, 1984.

Irwanto, dkk. *Psikologi Umum,* Jakarta: PT. Gramedia Pusta Utama, 1991.

Kamisa. *Kamus lengkap Bahasa Indonesia*, Surabaya: Kartika, 1997.

Kartini kartono. *Kesehatan Mental dalam Islam,* Bandung: Mandar Maju, 1989.

M. Quraish Shihab. *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol: 15, cet, VII, Jakarta: Lentara Hati, 2002.

Muhammad Arifin Ilham. *Indonesia Berdzikir,* Cet, 1, Jakarta: Intuisi Press, 2004.

Muhammad' Utsman Najati. *Psikologi Dalam Tinjauan Hadist Nabi*, cet, 1, Jakarta: Mustaqiim, 2003.

M. Sanusi. *Dzikir Itu Ajaib Bukti-bukti Dzikir Dapat Menyempurnakan Kepribadiaanmu*, Jogjakarta: DIVA Press, 2014.

Muhibbuthabary. *Fiqh Amal Islami Teoritas dan Praktis*, cet, 1, Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2006.

Tim Zahra, *Dzikir 1001 Asma'ul Husna Dzikir Terbaik dan Mustajab bagi Kehidupan Dunia dan Akhirat,* Jakarta: Tim Zahra, 2006.

Tristiadi Ardi Ardani. *Psikologi Islam*, cet1, Jakarta: Malang Press, 2008.

Samsul Munir Amin & Haryanto Al-Fandi. *Energi Zikir*, cet, 1, Jakarta: Amzah, 2008.

Soenarjo, Dkk. *Al-Qur'an dan Terjemahannya,* Departemen Agama RI, Jakarta, 2004.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2011.

Zakiah Deradjat. *Fitrah dan Kepribadian Islam,* cet, 1, Jakarta: Darul Falah, 1999.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran : 1 SK Bimbingan Skripsi

Lampiran : 2 Surat Izin Penelitian Ilmiah Mahasiswa Sudah Melakukan Penelitian

Lampiran : 3 Surat Penelitian Dari Gampong Baet

Lampiran : 4 Format Pertanyaan Wawancara

Lampiran : 5 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Identitas Diri

Nama Lengkap	: Tarwalis
Tempat/Tanggal Lahir	: Tanoh Manyang 01 Januari 1994
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Kewarganegaraan	: Indonesia
Agama	: Islam
Pekerjaan/Nim	: Mahasiswa/421206705
Status	: Belum Kawin
Alamat	: Tanoh Manyang Kec. Teunom Kab. Aceh Jaya.

II. Orang Tua/Wali

a. Ayah

Nama	: M. Idrus Ali
Pekerjaan	: Petani
Alamat	: Desa Tanoh Manyang Kec. Teunom Kab. Aceh Jaya

b. Ibu

Nama	: Nurbaiti
Pekerjaan	: IRT
Alamat	: Desa Tanoh Manyang Kec.Teunom Kab. Aceh Jaya

III. Riwayat Pendidikan

SD	: SDN TANOH MANYANG TAHUN 2006
SMP	: SMPN 1 TEUNOM TAHUN 2009
SMA	: SMAN 1 TEUNOM TAHUN 2012
Perguruan Tinggi	: UIN Ar-Raniry Banda Aceh 2012-Sekarang

Demikian daftar riwayat hidup ini saya perbuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan seperlunya.

Banda Aceh, Juli 2017
Penulis