

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kebermaknaan Hidup

1. Pengertian kebermaknaan hidup

Makna hidup memiliki arti yang berbeda bagi setiap orang, tergantung bagaimana ia melihat dan memaknainya. Banyak ahli telah mempelajari konsep makna hidup. Seperti yang dikatakan Viktor E. Frankl, setiap orang memiliki ambisi untuk mencapai kehidupan yang bermakna. Dalam keadaan apapun, termasuk penderitaan, sekalipun hidup ini selalu bermakna, hidup penuh makna adalah Motivasi utama bagi setiap orang. Dalam batas tertentu, manusia memiliki kebebasan dan tanggung jawab pribadi untuk memilih dan menemukan makna dan tujuan hidup. Tujuan dan makna hidup tidak dapat dipisahkan¹. Tujuan dan makna hidup yaitu sesuatu yang tidak dapat dipisahkan. Ketika seseorang menemukan makna hidup maka ia akan memamastikan dan menentukan tujuan hidup yang pada akhirnya akan membuat semua kegiatan menjadi lebih tertata dan terarah. Menurut Ericson, makna hidup adalah perasaan subjektif bahwa segala sesuatu yang terjadi pada subjek memiliki landasan yang kokoh dan bermakna, atau bahwa subjek merasa benar, benar, atau salah, atau membuat keputusan, baik dalam hubungannya dengan dirinya sendiri maupun terhadap dirinya sendiri. yang lain. akan membangkitkan perasaan penting. Rasa makna ini tercapai ketika subjek memiliki perasaan telah menyesuaikan diri secara tepat dengan nilai-nilai yang membentuk kerangka orientasi hidupnya.

Menurut Frankl, makna hidup adalah nilai yang menciptakan motivasi yang kuat dan mendorong kegiatan yang bermanfaat, sedangkan hidup yang bermanfaat adalah yang terus

¹ Victor E. Frankl. *Logoterapi Terapi Psikologi melalui Pemaknaan Eksistensi*. (Yogyakarta : Kreasi Wacana tahun 2006) 33-34

memberi makna bagi diri sendiri dan orang lain. Makna hidup adalah sesuatu yang diyakini seseorang bermakna, penting, berharga, dan benar serta dapat menjadi tujuan hidupnya. Makna hidup itu bisa berupa perjuangan untuk menjadi orang sukses nantinya dan ambisi untuk membiarkan seseorang bertahan. Frankl berpendapat *a live prolonging or even a live saving effect*, bahwa seseorang yang memiliki makna hidup yang berorientasi pada makna yang kuat memiliki apa yang disebut efek memperpanjang hidup atau bahkan menyelamatkan hidup, yaitu pengaruh yang memberi kekuatan untuk bertahan melalui keyakinan bahwa ada makna di balik penderitaan yang dialaminya. Dari penjelasan di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa arti hidup yaitu ² hal-hal yang oleh seseorang dirasa penting, dipandang berharga dan dipercaya sebagai suatu yang benar serta dapat dijadikan pedoman atau tujuan hidupnya.

1. Indikator Kebermaknaan Hidup

Frankl menyarankan bahwa orang yang menemukan makna dalam hidup, atau yang sering disebut sehat, memiliki metrik berikut³ :

- a) Individu Bebas memilih langkah tindakan.
- b) Secara pribadi bertanggung jawab terhadap tingkah laku hidupnya dan sikap yang mereka anut terhadap nasib sendiri.
- c) Tidak ditentukan oleh kekuatan-kekuatan di luar dirinya.
- d) Menemukan arti dalam kehidupan yang cocok dengan dirinya.
- e) Secara sadar mengontrol kehidupannya.
- f) Mampu mengungkapkan nilai-nilai pengalaman, nilai-nilai sikap dan nilai-nilai daya cipta.
- g) Telah mengatasi perhatian terhadap diri.

² Victor E. Frankl. *Logoterapi Terapi Psikologi melalui Pemaknaan Eksistensi*. (Yogyakarta : Kreasi Wacana tahun 2006) hlm 35

³ Ibid 36-37

- h) Mengarah pada masa depan, diarahkan pada tujuan dan tugas-tugas yang akan datang.
- i) Komitmen terhadap pekerjaan.
- j) Mampu memberi dan menerima cinta.
- k) Memiliki alasan untuk meneruskan kehidupan.

Crumbaugh dan Maholick berpendapat bahwa banyak yang merujuk pada teori kehendak bebas Frankl, pengejaran makna, makna hidup, kepuasan hidup, sikap terhadap kematian, pemikiran bunuh diri, dan nilai kehidupan⁴.

Pertama, makna hidup. Makna adalah sesuatu yang objektif, di luar keberadaan manusia. Karena status objektifnya, yang penting adalah alam, yang menuntut manusia untuk mencapai dan menggapainya. Di sisi lain, jika makna hanyalah desain subjektif, tidak perlu orang untuk mencapainya.

Kedua, kehendak bebas. Orang-orang memiliki kebebasan dalam batas-batas. Orang berhak untuk mengambil sikap bertanggungjawab terhadap kurangnya kebebasan kondisi biologis, psikologis dan sosiologis. Manusia dituntut untuk dapat berhubungan dengan dunia luar dan dengan dirinya sendiri. Agar manusia memasuki dimensi atau dimensi spiritual baru, di mana kebebasan dan pengalaman manusia berada, mereka harus dapat menentukan sikap yang baik terhadap dunia luar dan bahkan terhadap diri mereka sendiri.

Ketiga, keinginan akan makna dan kepuasan dalam hidup. Kepentingan manusia adalah realisasi nilai dan realisasi potensi makna yang ada di dunia, bukan diri kita sebagai sistem tertutup. Menurut Frankl, orientasi pada makna dapat membuat orang berkonflik dengan makna. Arah makna mengacu pada apa manusia itu, sedangkan konfrontasi pada

⁴ Victor E. Frankl. *Logoterapi Terapi Psikologi melalui Pemaknaan Eksistensi*. (Yogyakarta : Kreasi Wacana tahun 2006) 41

makna mengarahkan manusia ke pencapaian kematangan lalu kebebasan baru menjadi kebertanggungjawaban.

Keempat, sikap terhadap kematian. Kematian sebagai suatu peristiwa yang berakhir dengan adanya, yang dapat menimbulkan kecemasan atau ketakutan pada manusia serta keasliannya. Kematian tidak dapat dihindari dan mencerminkan keinginan manusia akan keabadian. Penelitian Feift tentang sikap terhadap kematian memunculkan dua sudut pandang, yaitu pertama, sudut pandang filosofis yang artinya memandang kematian sebagai proses alami mengakhiri kehidupan. Sudut pandang yang kedua adalah sudut pandang agama, yang memandang kematian sebagai kehancuran fisik kehidupan, sekaligus awal dari kehidupan baru.

Kelima, fikiran tentang bunuh diri. Fikiran seperti itu akan muncul di antara mereka yang berfikir bahwa hidupnya tidak berarti atau belum menemukan makna. Mereka menemukan kekosongan yang disebabkan oleh tidak adanya tujuan hidup yang jelas dan pasti. Bagi mereka yang hidupnya masuk akal dalam melakukan berbagai aktivitas, mereka tidak kenal lelah dan tidak memiliki pikiran untuk bunuh diri.

Keenam, nilai kehidupan. Hal ini banyak berkaitan dengan kegiatan sosial, prestasi, penerimaan baik terhadap diri sendiri ataupun penerimaan sosial terhadap keberadannya serta kepada rasa cinta dan kasih sayang. Landasan filosofis yang telah disajikan dapat membuat seseorang menjadi waras jika terpenuhi dalam hidupnya .

Frankl menjelaskan bahwa makna dalam hidup juga memiliki beberapa sifat lain, antara lain⁵:

- a) Makna hidup itu unik dan pribadi, jadi tidak ada yang bisa memberikannya, tetapi Anda harus menemukannya sendiri.

⁵ Victor E. Frankl. *Logoterapi Terapi Psikologi melalui Pemaknaan Eksistensi*. (Yogyakarta : Kreasi Wacana tahun 2006) 43-44

- b) Makna hidup bersifat konkret, hanya ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan nyata, dan tidak harus selalu dikaitkan dengan tujuan ideal atau refleksi filosofis.
- c) Makna hidup memberikan orientasi dan pedoman bagi kegiatan yang dilakukan.
- d) Makna hidup juga dianggap mutlak, universal dan lengkap

Dari data di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang telah menemukan makna hidup, yaitu seorang individu yang bebas memastikan dan menentukan langkah tindakan mereka sendiri karena secara pribadi atau individual mampu bertanggung jawab terhadap perilaku hidupnya dan sikap yang mereka anut terhadap nasib sendiri. Hal itu didukung karena individu telah menemukan arti dalam kehidupan yang sejalan dengan dirinya.

2. Komponen kebermaknaan hidup

Faktor-faktor yang menentukan keberhasilan dari kehidupan yang tidak bermakna menjadi kehidupan yang penuh makna adalah sebagai berikut⁶ :

1. Pemahaman diri (*self insight*)

Dengan kata lain, saya memiliki keinginan kuat untuk meningkatkan kesadaran akan kondisi buruk saya selama periode ini dan membuat perubahan menjadi lebih baik.

2. Makna Hidup (*the meaning of life*)

Nilai-nilai tersebut merupakan nilai-nilai yang penting dan sangat berarti bagi kehidupan individu individu, nilai-nilai tersebut muncul ketika seseorang menghadapi berbagai macam ujian dan rintangan yang berbeda dalam hidupnya,

⁶ Victor .E. Frankl, *The Will to Meaning, Foundations and Applications Of Logotherapy*, (New York : Meridian, 1988), h. 16.

dan nilai-nilai tersebut menjadi tujuan hidup yang ingin dicapai. dan mengarahkan kegiatan mereka.

3. Perubahan sikap (*changing attitude*)

Dalam menghadapi masalah, kondisi kehidupan dan bencana yang tak terhindarkan, dari yang semula tidak benar menjadi yang benar.

4. Keikatan diri (*self commitment*)

Untuk makna hidup yang ada dan tujuan hidup yang spesifik.

5. Kegiatan terarah (*directed activities*)

Ini adalah upaya yang dilakukan dalam bentuk pengembangan pribadi yang positif, serta penggunaan hubungan untuk mendukung pencapaian makna dan tujuan hidup.

6. Dukungan sosial (*social support*)

Datangnya seseorang atau sejumlah orang yang dekat dan akrab, dapat dipercaya dan selalu bersedia memberi bantuan pada saat yang dibutuhkan.

Keenam elemen tersebut merupakan proses fundamental dan dalam konteks mengubah makna hidup dari tidak bermakna menjadi bermakna, satu sama lain tidak dapat dipisahkan. Dari data di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa apresiasi diri yang disertai dengan perubahan sikap, dan dilakukan melalui kegiatan yang terorganisir disertai dengan dukungan sosial merupakan kunci komponen yang terkandung dalam makna hidup.

3. Proses dan Sumber Pencapaian Kebermaknaan Hidup

Proses keberhasilan mencapai makna hidup adalah deretan pengalaman dan tahap-tahap kegiatan seseorang dalam merubah penghayatan hidup tidak bermakna menjadi lebih bermakna. Tahap-tahap penemuan makna hidup digolongkan atas lima tahap yaitu⁷ :

⁷ Bastaman Djumhana. "*Integritas Psikologi Dengan Islam*". (Yogyakarta : Pustaka Belajar tahun 1995) 17

a) Tahap derita (penghayatan tanpa makna, pengalaman tragis)

Kehidupan individu tidak ada artinya. Mungkin ada peristiwa tragis atau kondisi kehidupan yang tidak menyenangkan.

b) Tahap penerimaan diri (pengubahan sikap, pemahaman diri)

Timbul kesadaran diri adalah kunci untuk mengubah kondisi mereka menjadi lebih baik. Biasanya kesadaran diri muncul karena berbagai hal, misalnya konsultasi dengan ahli, refleksi diri, hasil doa dan ibadah, atau pengalaman tertentu yang mengubah hidupnya secara drastis selama ini.

c) Tahap penemuan makna hidup (penentuan tujuan hidup dan penemuan makna hidup)

Tahapan ini adalah proses menyadari⁸ pentingnya tujuan hidup dan nilai-nilainya. Hal-hal yang berharga dan penting dapat berupa nilai-nilai kreatif, seperti karya. Ketika dihadapkan pada kondisi yang tidak mungkin, nilai-nilai seperti iman, keindahan, dan sikap menentukan bagaimana kita bertindak.

d) Tahap realisasi makna (kegiatan terarah, keikatan diri dan menemukan makna hidup)

Semangat hidup dan semangat bekerja semakin tumbuh, kemudian secara sadar mengambil keputusan atau komitmen sendiri untuk melakukan berbagai kegiatan nyata yang lebih terorganisir atau terarah.

e) Tahap kehidupan bermakna (kebahagiaan, penghayatan bermakna)

Pada tahap ini, terjadi perubahan kondisi kehidupan menjadi lebih baik, dan berkembangnya kehidupan yang bermakna, dengan kebahagiaan sebagai produk

⁸ Ardani Ardi. *Psikologi Abnormal*. (Bandung : CV. Lubuk Agung tahun 2011) 20

sampingannya. Bastaman mengatakan bahwa para ilmuwan tidak dapat mengatakan dengan pasti bagaimana hal-hal ini terjadi.

Penulis dapat menyimpulkan bahwa setiap individu mengalami tahapan dan fase yang berbeda dalam mencapai kehidupan yang bermakna. Dimulai dari tingkat penerimaan diri, penderitaan, individu mulai memasuki tingkat pencarian makna, yang berlanjut pada tingkat realisasi makna, yang ditandai dengan penataan setiap aktivitas, hingga ke tingkat tertinggi, yaitu, tahap kehidupan yang bermakna.

B. Dimensi Spiritualitas

1. Definisi Spiritualitas

Secara etimologi kata “*sprit*” berasal dari kata Latin “*spiritus*”, yang diantaranya berarti “roh, jiwa, sukma, kesadaran diri, wujud tak berbadan, nafas hidup, nyawa hidup.” Dalam perkembangan selanjutnya kata spirit diartikan secara lebih luas lagi. ⁹ Spiritualitas memberi arti penting pada apa pun yang menjadi pusat kehidupan seseorang. Segala sesuatu yang menjadi pusat kehidupan seseorang memiliki arti penting. Spiritual adalah sesuatu yang dapat dipengaruhi oleh budaya, perkembangan, pengalaman hidup, kepercayaan dan nilai-nilai kehidupan. Para filosof adalah perwujudan dari kekuatan yang menjiwai kosmos, kesadaran dan pikiran, makhluk immaterial dan bentuk ideal dari pikiran.¹⁰

Sementara itu, Al ‘alamah Mirsa Ali Al-Qadhi dikutip dalam bukunya Dr. H. M. Ruslan, MA mengatakan bahwa spiritualitas adalah tahapan perjalanan batin seorang manusia untuk mencari dunia yang lebih tinggi dengan bantuan riyadahat dan berbagai amalan pengekan diri sehingga perhatiannya tidak berpaling dari Allah, semata-mata untuk mencapai puncak kebahagiaan abadi.¹¹

⁹ <https://www.kumpulanmakalah.com/2016/12/makna-spiritual-dalam-islam.html>

¹⁰ Samsul Munir Amin, *Akhlak Tasawuf* (Jakarta: Amzah, 2012), 169.

¹¹ Harun Nasution, *Falsafat dan Mistisme dalam Islam* (Jakarta: Bulan Bintang tahun 2015), 62.

Lebih lanjut Sayyed Hosseini Nashr, seorang spiritualis Islam, yang dikutip dalam buku yang sama, mendefinisikan spiritualitas sebagai sesuatu yang berhubungan dengan apa yang berhubungan dengan dunia ruh, dekat dengan Tuhan, mengandung kebatinan dan batin yang disamakan dengan esensi.¹²

Definisi selanjutnya tentang spiritualitas menurut Ibn Arabi adalah pengerahan segala kemungkinan spiritual manusia yang harus menaati aturan syariat untuk melihat segala macam realitas, baik di dunia empiris maupun mistis.¹³

2. Spiritualitas dalam Islam

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, alam spiritual tidak berbasis materi atau tubuh tetapi merupakan konsep yang dipelajari melalui pendalaman jiwa, yang sering didasarkan pada keyakinan agama. Islam adalah salah satu agama yang diturunkan oleh Tuhan, namun tidak terlepas dari ajaran spiritual yang melambangkan kesalahan pribadi seorang muslim. Dalam hal ini, Allah SWT menjelaskan dalam surat Asy-Syams ayat 7-10 sebagai berikut:

دَسَّاهَا مِنْ خَابٍ وَقَدْ (زَكَّاهَا مِنْ أَفْلَحٍ قَدْ . وَتَقَوَّاهَا فُجُورَهَا فَالْتَهُمَهَا . وَمَأْسَاوَاهَا وَنَفْسٍ

“Demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan)nya, maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (perilaku) kejahatan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya, dan sungguh merugi orang yang mengotorinya.” (Qs. asy-Syams/91: 7-10).

Nilai-nilai spiritual dalam Islam tidak bisa diukur dengan tingkat keaktifan seseorang dalam beribadah atau mengikuti kegiatan keagamaan. Ini adalah media dan bagian kecil dari spiritualitas sejati. Karena pencapaian dalam islam mencakup semua dimensi manusia, yaitu hati, pikiran, dan akal. Sehingga dalam mengamalkan dalam

¹² Ali Maksum, *Tasawuf Sebagai Pembebasan Manusia Modern: Telaah Signifikansi Konsep Tradisionalisme Islam* (Surabaya: PS4M, 2003), 79.

¹³ Ruslan. H. M. *Menyingkap rahasia spiritualitas Ibnu 'Arabi* (Cet.I; Makassar: 2018, Al-Zikra), 77.

kehidupan manusia mereka dapat melepaskan diri dari hal-hal yang berkaitan dengan kemanusiaan dan berpijak pada nilai-nilai ketuhanan (segala sesuatu yang bersal dari Tuhan). Penyangkalan terhadap kemanusiaan dalam kehidupan bukan berarti manusia tidak dapat mengembangkan berbagai kemungkinan yang ditawarkan oleh sang Kholik. Aspek ini lebih berkaitan dengan bagaimana manusia menggambarkan nilai-nilai ketuhanan sebagai diri (realitas universal). Sehingga lebih banyak lagi subjektivitas yang muncul dari diri manusia, baik dari segi ibadah maupun aspek sosialnya.

Menyerahkan segala sesuatu berdasarkan nilai-nilai Tuhan dan dilandasi olehnya, bukan berarti kehilangan potensi manusia sebagai makhluk dengan berbagai kelebihanannya. Dengan menggunakan nilai-nilai Tuhan sebagai pijakan, manusia diajak menjadi lebih universal dalam memutuskan berbagai persoalan kehidupan. Sebab, sebagai agama, islam bukan hanya agama yang mengatur tata cara beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Sebaliknya, itu adalah agama yang penuh dengan nilai-nilai sosial, politik, dan agama yang mengajarkan betapa humanisme itu sebenarnya.

Oleh karena itu, jika ingin memperoleh entitas spiritual, manusia harus menghadapinya terlebih dahulu. Jika umat islam tidak terjebak dalam jebakan tradisi, ritual dan isu-isu lain yang terkait dengan perspektif non-islam. Karena jika umat islam sudah memiliki cara pandang yang benar, acuan yang benar, dan cara yang benar dalam menegakkan hukum agama, maka mereka akan memiliki nilai spiritual. Seperti yang dicontohkan oleh Nabi Muhammad SAW. Tentu saja, tidak hanya ketika dia diperintahkan untuk berdoa melalui Islam dan Mi'raj. Tetapi melainkan seluruh fase perjuangan beliau hingga tegaknya islam.

3. Tradisi Spiritualitas dan Thoriqoh dalam Islam

Tasawuf, atau sufisme itu sendiri, belum dikenal sebagai ajaran atau ilmu tertentu. Pada zaman Nabi Muhammad dan para sahabat istilah yang lebih mudah dipahami adalah

“jiwa” dan “ihsan”, dimana seorang mukmin selain merasa dekat dengan Tuhan juga selalu diawasi oleh-Nya. Penghayatan terhadap makna ihsan ini dapat menjadi landasan yang kuat bagi tasawuf. Semangat Islam tampak dalam teladan yang dicontohkan melalui kehidupan Nabi. Kisah hidup saya adalah salah satu dari tumbuh dewasa, kedewasaan, dan menemukan rasa memiliki. Lututnya lemas saat masih belum diangkat menjadi nabi dan rasul, dan sering merenung di gua Hira. Pengalaman religius ini mencapai puncaknya pada wahyu pertama, ketika Dia merasakan perenungan yang mendalam. Pengalaman spiritual Nabi sangat spiritual sampai tabir kegaiban dibuka oleh kemurnian jiwanya, terutama pada puncak pengalaman spiritual Nabi selama perjalanan Isra' dan Mi'raj.

Singkatnya, sunah Nabi dan Syirah telah langsung ditiru oleh rekan-rekannya dalam profesinya masing-masing. Mereka meneladani kejujuran Nabi ketika berdagang, kejujurannya dalam menjaga amanah, kasih sayang dan kebijaksanaannya dalam membimbing, hidupnya dalam Zuhd, mencari kebenaran dan esensi. Sering menjauhkan diri dari hiruk pikuk dunia di sekitarnya. Dia lupa akan dirinya sendiri contohnya dalam hal makan, dan melupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan kehidupan. Konsentrasi dan perenungan Nabi yang sungguh-sungguh akan menemukan jalan keluar dari masalah sosial dan mencapai tingkat spiritualitas yang tinggi. Dia bahkan sampai di Mushahada Albatin. Itu sekarang setara dengan spiritualitas malaikat yang diwahyukan. Sosok Nabi, keteladanan (uswah) dan kehidupan spiritualnya adalah standar spiritualitas umatnya. Ketika menjadi pendamping Khulafa Al-Rasyidin, terlihat jelas bahwa mereka juga “*mutasswifun*” dengan tipe dan karakteristik kepemimpinannya masing-masing¹⁴. Mereka Selain dikenal dengan perilaku zuhud dan sikap zuhudnya, mereka juga ternyata merupakan sahabat Nabi yang dikenal dengan sebutan Ahlu al-Suffah. Kelompok teman ini tidak hanya tertarik pada hal-hal spiritual, tetapi mereka juga lebih menyukai

¹⁴ Khaldun, Ibnu, tt, *muqaddimah*, (Beirut: Dur al-fikr tahun 2006), 78.

kehidupan yang miskin. Ahlu al-Suffah, terdiri dari para sahabat Muhajirin dan Ansar, meskipun mereka miskin, mereka tidak mau mengemis (QS 2:273). Nabi Muhammad juga dipuji oleh Allah (QS, 16:18) karena selalu sabar dalam menjalani hidup, selalu berdzikir setiap saat. Bahkan Nabi diperingatkan untuk tidak memalingkan wajahnya dari mereka karena dia hanya menginginkan kehidupan duniawi.¹⁵ Dalam kemiskinan mereka, mereka tidak pernah dalam kesulitan, bahkan jika mereka dalam kesulitan, yang dapat memperkuat kehidupan akhirat mereka. Sikap zuhud para sahabat, selain diamalkan oleh al-Khulafa' al-Rasyidun dan Ahlu al-Suffah,¹⁶ juga secara khusus dipraktikkan oleh tokoh-tokoh seperti Abu Hurairah dan Abu Zar al-Ghafari.¹⁷

Sikap seperti ini akhirnya dalam teori tasawuf menjadi titik masuk ke dalam dunia spiritualitas Islam. Dari uraian tasawuf oleh para sahabat dan masa-masa awal Islam, nama tasawuf memang belum ada, namun hampir sahabat bisa dikatakan sebagai seorang sufi. Kontras antara situasi ini dan situasi di mana nama tasawuf ada tetapi hanya ada beberapa Sufi tampaknya sangat luas. Atau pinjam seorang sufi Maghreb yang namanya besar di Prancis bahwa :

“... pada mulanya sufisme merupakan realitas tanpa nama, sedangkan masa sekarang sufisme merupakan nama tanpa realitas”.¹⁸

Kebesaran kehidupan spiritual nabi di atas secara historis (sejak abad ketujuh) dan secara khusus akan dirujuk oleh para pengikutnya dan diwujudkan dalam praktik para tokoh sufi yang memiliki poros sentral di Bagdad dengan tokoh-tokoh seperti Al-Muhasabi.¹⁹ (wafat 243 H/857 M) Al Bastami (wafat 260 H/874 M) Al-Tirmidzi (285

¹⁵ Nurcholish Madjid, *Islam Doktrin dan Peradaban*, (Jakarta: Paramadina tahun 1992). 25.

¹⁶ Thabataba'i, tt., *al-Makan fi Tafsir Ayat al-Our'an*, (Jama'ah al-Darrisin, Qum alMuqaddasah, tahun 1996). 303.

¹⁷ Nurcholish Madjid, *Islam Doktrin dan Peradaban*, (Jakarta: Paramadina tahun 1992). 25.

¹⁸ Syeikh Kholed Bentounes kolaborasi dengan Bruno & Roman Solt, *Le Sufisme couer de l'Islam les Valeurs universelles de la mystique Islamique*, (Paris: La Table Ronde tahun 1996). 53.

¹⁹ Sayyid Hussein Nasr, *Living Sufism*. Alih Bahasa Abdul Hadi WM. (Jakarta: Pustaka Firdaus tahun 1985), 111.

H/898 M) Junaid (298 H/910 M) Al-Hallaj (309 H/922 M). Kemudian ada orang lain yang secara teknis menghasilkan dan menyumbangkan kata kunci (tasawuf ilmi), seperti Abu Nasr as-Saraj (wafat 378H/988M), dan bukunya Kitab al-Luma'fi'ilmu al-Tashawwuf, Kalabadi (wafat 388H /998M), dan Kitab al-Ta'aruf, Abu Thalib al-Maki (w.386H/996M) dan Quthb al-Qulub, al-Ghazali dan ihya'nya, dll. Atau munculnya tokoh-tokoh di luar Bagdad, seperti Ibn Arabi, Sadruddin al-Qumyani, Jalaluddin ar-Rumi, dan Najmuddin Qubra.²⁰

Arti tasawuf sendiri bersifat multi definitif, tetapi dalam dunia tasawuf ada gejala konstan dan serupa yakni rasa kerinduan universal manusia akan "kemanungalan dirinya dengan Tuhan. Dalam tulisan skripsi ini, penulis akan mengutip tulisan dari Harun Nasution dalam bukunya *Mistisisme Islam* sebagai berikut:

“... Sedangkan secara etimologis artinya a. *Ahlus Suffah*, b. *Shaf* (barisan dalam shalat), c. *Suufi* (orang suci), d. *Sophos* (hikmah), e. *Shuf* (kain wol). Arti terakhir kini konon yang terpopuler karena kebiasaan kaum sufi selalu memakai kain wol kasar sebagai lambang kemiskinan dan kesahajaannya.²¹

Namun pengalaman sejarah menunjukkan bahwa pencarian terminologi dan metodologi dalam tasawuf pada dasarnya memiliki kesamaan. Dengan kata lain, itu tergantung pada psikologi evolusioner (tadmin: langkah ke dalam/intropeksi). Ada tiga tingkatan yang dieksplorasi dalam sifat manusia (nasutiyya) yang pertama dan terluar adalah memahami kompleksitas jiwa dan keinginan(Nafs). Merupakan perjuangan besar untuk mengalami berbagai tahapan (stasiun/maqama), yaitu *taubah*, *zuhd*, *faqr*, *shabr*, *tawakkal*, *ridha* , dan kebahagiaan mencapai tingkat pikiran yang kedua (Jihad al-Akbar). Pikiran adalah pembanding (muqabalah) dan merupakan tempat yang paling tepat dan efektif untuk berbagai perlawanan (ahwat) yang saling terkait seperti *raja'*, *khauf*, *bast-*

²⁰ Mohammed Arkoun,, *Essais sur la pensee Islamique*, (Paris Maisonneuve tahun 1984). 42.

²¹ Lihat Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisme dalam Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang tahun 1973). 73.

qabd, uns-hayba dan sebagainya. Seorang salik Setelah menyucikan diri dengan persiapan dan latihan yang tepat, ia akan mengalami pengalaman puncak perjumpaan dengan Tuhan (with God). Dia yang tercipta untukku.

Dilihat dari pemahaman misterius sufi di atas, tampaknya ada kecenderungan untuk memahami pesimisme. Hal ini karena usaha mereka menghasilkan apresiasi, yaitu orang yang dilihat sama dengan orang yang melihat. Mereka percaya bahwa apa yang mereka lihat melalui ketajaman mata batin (*bashirah*) adalah Tuhan. Jadi mereka menyimpulkan bahwa Tuhan dan ego sufi adalah satu. Rasionalitas dari kecenderungan panteistik karena dalam pengalaman manusia, hal itu diwujudkan dalam perhatian kepada dzikir kepada Allah. Ini berarti kehilangan kesadaran akan keberadaan manusia (kehilangan kesadaran diri) dan menyatu dengan Tuhan (*ittihad*) atau persekutuan misterius. Kecenderungan ini sangat kentara di kalangan tokoh sufi seperti²² alBustami, Mansur al-Hallaj adalah seorang mistikus besar dan Ibn Arabi adalah seorang filsuf besar. Pemahaman *ittihad* dalam dua tokoh terakhir ini jelas. Hanya dalam al-Hallaj berubah pengertian “*hulfir* atau inkamasi penempaan ruh Tuhan pada manusia. Pada saat yang sama, dalam pemahaman Ibnu Arabi, Islam berubah menjadi panteisme.²³

Untuk mendapatkan pemahaman yang utuh tentang suatu istilah, biasanya terlebih dahulu dijelaskan tentang pengertian etimologi – bahasa – istilah tersebut. Demikian juga istilah tarekat dalam bahasa Arab *طريقة* yang merupakan bentuk mashdar (kata benda) dari kata *طرق - يطرق - طريقة* yang memiliki arti *الكيفية* (jalan, cara), *الأسلوب* (metode, sistem), *المذهب* (madzhab, aliran, haluan), dan *الحالة* (keadaan).²⁴ Konsep psikologi moral yang

²² Harun Nasution, *Filsafat Islam dan Mistisisme dalam Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang tahun 1978). 81.

²³ Fafaam pantheisme Ibnu Arabi ini konon telah mempengaruhi tokoh mistis Katholik Jerman, Meister Eckhart (abad ke-13) di mana ia justru mengembangkan pemahannya menjadi faham panentheisme (faham bersemayamnya a ruh Tuhan dalam setiap benda). Lihat Mathiew Fox, 1980, *Breakthrough: Meister Eckhart's Creation Spirituality in New Transition*, New York: Doubleday, hal. 23 dst.

²⁴ Ahmad Rahman, Sastra Ilahi; *Ilham Sirriyah Tuangku Syaikh Muhammad Ali Hanafiah Pencerahan Bagi Hamba Pencari Tuhan* (Jakarta; Hikmah, 2004), cet. I, hal. 21

mengatur tasawuf individu dan kumpulan praktik spiritual yang dijalankan sebagai persahabatan dalam kelompok persaudaraan Islam. Tarekat bukan sekedar cara atau metode, tetapi cara dan metode itu menekankan hubungan antara hamba dengan Tuhannya.²⁵ Bukan sekedar cara atau metode biasa, tetapi cara dan metode tersebut menekankan pada hubungan antara hamba dengan Tuhannya.

Tarekat adalah jalan menuju Tuhan dan kebahagiaan. Tasawuf memiliki jalan dengan makna ganda. Pertama, pada abad ke-9 dan ke-10 Masehi atau sekitar abad ke-1 dan ke-2 Hijriah berarti jalan pendidikan moral dan spiritual bagi mereka yang menjalani kehidupan sufi. Cabang keislaman yang memiliki arti gerak lengkap yang memberikan latihan rohani dan jasmani kepada sekelompok umat Islam menurut ajaran dan keyakinan tertentu.²⁶

Dalam pengertian pertama, istilah tarekat masih berupa teori²⁷ yang digunakan untuk memperdalam syariat sampai kepada hakikatnya dengan melalui tingkat-tingkat pendidikan tertentu –berupa maqamat dan ahwal. Dengan kata lain tarekat merupakan usaha pribadi seseorang melewati jalan yang mengantarkannya menuju Allah SWT, jalan yang dimaksud –sesuai penjelasan Syekh Muhammad Nawawi al Banten al Jawi- adalah melakukan hal-hal yang bersifat wajib dan sunat, meninggalkan sesuatu yang bersifat larangan, menghindarkan diri dari melakukan sesuatu yang boleh secara berlebihan serta berusaha untuk bersikap hati-hati melalui upaya mujahadah dan riyadhah.²⁸ Sedangkan

²⁵ Ahmad Warson Munawwir, Al Munawwir; *Kamus Arab-Indonesia* (Surabaya; Pustaka Progressif, 1997), cet. XIV, 849.

²⁶ Asmaran As, *Pengantar Studi Tasawuf* (Jakarta; RajaGrafindo Persada, 2002), cet. II, 99–100.

²⁷ Sebenarnya kurang tepat bila dikatakan bahwa tarekat –sekali pun pada masa-masa awal- dipahami sekedar teori yang digunakan untuk memperdalam syariat. Namun sekali pun demikian, pemaknaan tersebut ingin mengingatkan bahwa antara syariat dan tarekat tidak dapat dipisahkan karena tarekat merupakan suatu cara yang harus ditempuh, maka tidak dibenarkan meninggalkan syariah. Bahkan melaksanakan tarekat berarti melaksanakan syariah.

²⁸ Muhammad Nawawi al Jawi, *Syarh Mara'iqi al 'Ubudiyah 'ala Matn Bidayat al Hidayat* (Semarang; Toha Putra, t.th), 4.

Haidar Bagir menjelaskan bahwa tarekat dalam arti yang pertama adalah jalan spiritual oleh seorang pejalan (salik) menuju hakikat. Untuk makna ini, ia identik dengan tasawuf.²⁹

Dalam pengertian yang kedua, Istilah tarekat masih merupakan teori yang digunakan untuk memperdalam syari'at hingga esensinya dengan melalui jenjang pendidikan tertentu – berupa maqamat dan ahwal. Dengan kata lain tarekat adalah ikhtiar pribadi seseorang di jalan yang membawanya kepada Allah SWT, jalan yang seharusnya - menurut penjelasan Syekh Muhammad Nawawi al-Banteni al-Jawi - adalah melakukan hal-hal yang wajib dan melakukan sunat, untuk meninggalkan sesuatu. ini dilarang, hindari melakukan terlalu banyak yang dibolehkan, dan cobalah berhati-hati dengan upaya mujahid dan riyadha. Sementara itu, Haidar Bagir menjelaskan bahwa tarekat dalam arti pertama adalah jalan spiritual seorang musafir (salik) menuju realitas. Dalam pengertian ini, ia identik dengan tasawuf.³⁰

Dari pengertian di atas terdapat indikasi bahwa substansi dari sebuah tarekat adalah *التقرب الى الله* (pendekatan diri kepada Allah SWT), Banyaknya penjelasan para ulama—terutama yang berkaitan dengan makna tarekat. Tujuan tarekat adalah mengarahkan niat kepada Allah Ta'ala dengan ilmu dan amal. Disebutkan pula bahwa tarekat adalah sejenis perilaku nafsaniyah, yang bergantung pada sir (rahasia) dan ruh, melalui pengakuan, wara', muhasabah, muraqabah, tawakal, ridha, taslim, untuk memperbaiki akhlak, menyadari kekurangan dan kekurangannya. , dan atau Doa semata-mata karena ingin mendapatkan kebahagiaan Allah SWT dan ingin mendapatkan Nur Makrifat.³¹

²⁹ Sekalipun dalam kajian tasawuf, tarekat termasuk salah satu aspek di dalamnya di samping istilah syariat hakikat dan makrifat. Namun dalam pengertian ini Tasawuf dapat diartikan sebagai usaha dalam menguatkan rohani dan mengesampirkan jasmaniah untuk mengenal Tuhan dengan segala kesempurnaannya. Dengan kata lain tasawuf adalah penyucian hati untuk menanamkan karakter dan akhlak mulia, sehingga dipahami bahwa tasawuf pada dasarnya adalah tatanan moralitas. Lihat Haidar Bagir, *Buku Saku Tasawuf* (Bandung; Mizan Pustaka, 2006), cet. II, hal. 14

³⁰ M. Alfatih Suryadilaga, dkk., *Miftahus Sufi* (Yogyakarta; Teras, 2008), 230.

³¹ Al Habib al Syaik al Sulthan Muhammad Sayyid Iman bin Abdul Hakim al Aydrus, *Pelita Dalam Meniti Jalan “Thariqat” ; Adab dan Kelakuan Kaum Sufi* (Makassar; Pustaka Refleksi, 2006), hal. 1–2.

C. Pengamal Thoriqoh Naqsyabandiyah Kholidiyah

1. Definisi Thoriqoh (Tarekat)

Menurut Amin Syukur Tarekat berasal dari bahasa Arab, Thariqah yang berarti metode pendekatan diri kepada Tuhan (Allah). Tarekat juga bisa diartikan al-Khath fi al-Syai (garis sesuatu), al-shirath dan al-sabil (jalan)³². Pena juga digunakan untuk menulis bunyi A dan E. Dalam buku-buku referensi barat, kata tariqah menjadi jalan yang baik, jalan yang buruk. Kata Thariqah digunakan dalam Al-Qur'an yang diartikan sebagai cara atau metode yang digunakan seseorang untuk melakukan sesuatu.

Secara praktis, tarekat dapat dipahami sebagai praktik keagamaan esoteris (pendalaman dan penghayatan), yang dilakukan oleh seorang Muslim dengan menggunakan praktik dalam bentuk kawat dan zikir yang diyakini memiliki mata rantai yang berkesinambungan dari guru pembimbing ke guru pembimbing lainnya. Sampai Rasulullah, bahkan sampai Malaikat Jibril dan Allah SWT. Hubungan darah ini disebut silsilah. Pada tingkat ini, tarekat adalah organisasi ketasawufan.³³

Tarekat/Jalan sufi adalah psikologi moral untuk membimbing seseorang mengenal Tuhan (Allah) di bawah bimbingan guru al-Thariqoh. Tokoh Pendiri Thoriqoh Naqsyabandiyah adalah Muhammad Bin Muhammad Baha' al-Din al-Uwais al-Bukhari Naqsyabandi (717H/1318M-791H/1389M). Dilahirkan di sebuah desa Qashrul Arifah, kurang lebih 4 mil dari Bukhara tempat lahir Imam Bukhori. Ia berasal dari keluarga dan

³² Sina Ibn. *Psikologi Ibn Sina* (Terjemah : Akhwal an-Nafs Risalah fi an-Nafs wa Baqa'I hawa Ma'adiha). (Bandung : Pustaka Hidayah tahun 2006) 14-15

³³ Subandi. *Psikologi Dzikir (Studi Fenomenologi Pengalaman Transformasi Religius)*. (Yogyakarta : Pustaka Pelajar tahun 2009) 24

lingkungan yang baik. Ia mendapat gelar syah yang menunjukkan posisinya sebagai seorang pemimpin spiritual³⁴.

Tarekat Naqsyabandiyah merupakan Tarekat yang benar-benar menghindari pertunjukan seni terutama musik dan sama'. Muhammad Ahmad Darnigah menyatakan bahwa kata Naqsyabandi tersusun dari dua kata yaitu *Naqsy* dan *Band*. *Naqsy* bermakna lukisan timbul yang dibentuk pada lilin atau sesuatu yang serupa, sedangkan *Band* bermakna terikat dan tetap tidak terhapus. Oleh karena itu kata tersebut mengisyaratkan pengaruh zikir dalam hati dan timbulnya zikir tersebut dalam hati.³⁵

Begitupun Abdul Majid ibn Muhammad al-Khani mengungkapkan bahwa makna yang tersirat dari kata Naqsyaband adalah bentuk kesempurnaan hakiki dalam hati *murid*. Berdasar dari definisi Tarekat dan Naqsyabandiyah yang telah diungkapkan maka Tarekat Naqsyabandiyah adalah sebuah kelompok persaudaraan ruhani di dunia islam yang lebih mengutamakan zikir khafi dalam upaya penanaman zikir dalam hati untuk mencapai kesempurnaan yang hakiki dalam hati murid.

2. Sekilas mengenai Thoriqoh Naqsyabandiyah

Tarekat Naqsyabandiyah pertama kali masuk di Indonesia melalui Syekh Isma'il Minangkabawi dari Mekkah pada permulaan tahun 1850-an, dan menjadi kekuatan sosial keagamaan di Nusantara. Isma'il berasal dari Simabur Sumatera Barat. Tarekat Naqsyabandiyah Kholidiyah telah tumbuh berkembang pesat di beberapa daerah di Nusantara. Perkembangan ini dapat dilihat di Jawa melalui Abd Qadir Semarang, yang telah diangkat oleh Sulaiman al-Zuhdi menjadi seorang Khalifah pada tahun 1878, dan

³⁴ Abu al-Wafa' al-Taftazani, Madkhal ila *al-Tasawwuf al-Islami* (tahun 1995) 236-245

³⁵ Al Habib al Syaik al Sulthan Muhammad Sayyid Iman bin Abdul Hakim al Aydrus, Pelita Dalam Meniti Jalan "Thariqat" ; Adab dan Kelakuan Kaum Sufi (Makassar; Pustaka Refleksi, 2006), hal. 6-8.

jaringan serupa di daerah Banyumas, Jawa Tengah, Jawa Barat, begitupun juga di Sumatera.

Syekh Abdul Khaliq al-Ghujdwani merumuskan 8 prinsip sendi-sendi ajaran Tarekat Naqsyabandiyah yaitu³⁶ :

- 1) *Yard Kard* (mengingat atau menyebut), berzikir terus menerus mengingat Allah, baik zikir ism al-dzat (menyebut Allah), maupun zikir nafi' itsbat (menyebut *la ilaha illa Allah*). Bagi kaum Naqsyabandiyah zikir itu tidak terbatas dilakukan secara berjama'ah ataupun sendirian sesudah sholat, tetapi harus terus menerus supaya di dalam hati bersemayam kesadaran akan Allah yang permanen.
- 2) *Baz Gasht* (kembali, memperbarui). Hal ini dilakukan untuk mengendalikan hati agar tidak condong kepada hal-hal yang menyimpang. Sesudah menghela (melepaskan) nafas, orang yang berzikir itu kembali munajat dengan mengucapkan kalimat yang mulia "*Ilahi Anta Maqshudi Wa Ridhoka Mathlubi*" (Ya Tuhanku, Engkaulah tempatku memohon dan keridhaan-Mu-lah yang kuharapkan).
- 3) *Nigah Dasyt* (kewaspadaan) setiap murid harus menjaga hati, pikiran, dan perasaan dari sesuatu walau sekejap ketika melakukan zikir tauhid. Hal ini bertujuan untuk mencegah agar pikiran dan perasaan tidak menyimpang dari kesadaran yang ketat akan Tuhan.
- 4) *Yad Dasyt* (mengingat kembali), Dengan punggung menghadap ke ilahi, saya berjalan ke Tuhan Yang Mahakuasa.
- 5) *Husy Dar Dam* (kesadaran sewaktu bernafas), Saat kita menarik dan menghembuskan nafas, kita harus selalu tetap waspada dan waspada agar hati kita selalu merasakan hadirat Tuhan.

³⁶ Mulyati Sri, *Peran Edukasi Tarekat Naqsyabandiyah dengan Referensi Utama Suralaya*. (Jakarta: Kencana Prenada Media Group tahun 2001) . 16

- 6) *Dar Wathan* (melakukan perjalanan di tanah kelahirannya), Meninggalkan segala ketidaksempurnaan sebagai manusia untuk menyadari kodratnya sebagai makhluk yang mulia.
- 7) *Nazhar Bar Qadam* (menjaga langkah), seorang murid yang sedang menjalani pengasingan di jalan harus menundukkan kepalanya dan melihat kakinya, saat dia berjalan. Hindari godaan untuk melihat ke kiri atau ke kanan. Karena melihat berbagai ukiran dan warna dapat mengalihkan perhatian orang dari mengingat Tuhan, selain itu, agar tujuan spiritual mereka tidak dikacaukan oleh hal-hal yang tidak relevan di sekitar mereka.
- 8) *Khalwat Dar Anjuman* (kesepian dalam keramaian), perjalanan salik sekalipun secara nyata ia di dunia tetapi secara batin ia bersama Allah³⁷.

Kemudian Syekh Baha' al-Din al-Naqsyabandiyah menambahkan 3 asas ruhani, yaitu³⁸ :

- 1) *Wuquf Zamani* (memeriksa penggunaan waktu). Orang yang bersuluk selalu senantiasa memperhatikan dan menghayati dengan seksama keadaan dirinya setiap dua atau tiga jam sekali. Jika ternyata keadaannya terus menerus sadar dan tenggelam dalam zikir, dan melakukan yang terpuji, maka hendaklah bersyukur. Sebaliknya jika dalam keadaan yang lalai atau melakukan perbuatan dosa, maka harus segera minta ampun dan segera melakukan tobat kepada Allah.
- 2) *Wuquf 'Adadi* (memeriksa hitungan zikir). Dengan penuh hati-hati (konsentrasi penuh) menjaga bilangan ganjil pada zikir naif itsbat, 3 atau 5 sampai 21 kali.

³⁷ Ibid., 18-20.

³⁸ Mulyati Sri, *Peran Edukasi Tarekat Naqshabandiyah dengan Referensi Utama Suralaya*. (Jakarta: Kencana Prenada Media Group tahun 2001) . 20-24

3) *Wuquf Qalbi* (menjaga hati tetap kontrol). Hati dan kebenaran tidak dilupakan, sehingga perhatian seseorang selaras dengan dzikir dan maknanya.

3. Amalan Tarekat Naqsyabandiyah

Amalan merupakan suatu amanah atau perintah yang guru berikan kepada murid, seorang murid wajib mengamalkan amalan-amalan tersebut dalam kehidup sehari-harinya. Tarekat Naqsyabandiyah memiliki beberapa amalan yang wajib dikerjakan seorang murid agar dalam amalan tersebut membentuk perilaku (akhlak) yang baik, yaitu :

a) Zikir dan wirid

Zikir yang berulang-ulang menyebut nama Allah ataupun menyatakan kalimat *la ilaha illallah*.³⁹ Zikir dan wirid dalam Tarekat Naqsyabandiyah adalah zikir yang sirri (diam), tersembunyi, qalbi (dalam hati). Jumlah hitungan zikirnya lebih banyak dari pada zikir pada Tarekat lain. Tarekat Naqsyabandiyah memiliki 7 tingkatan zikir yaitu :

1. *Mukasyah*. Pertama-tama, ingatlah dengan menyebut nama Allah di dalam hatimu sebanyak 5.000 kali dalam sehari semalam. Kemudian dia menghubungi Syekh untuk meningkatkan ingatannya menjadi 6000 kali di siang dan malam hari. Mengingat 5000 dan 6000 disebut maqam pertama.
2. *Lathifah*, zikir ini diantara 7.000 sampai 11.000 kali siang dan malam. Jiwa adalah yang paling tersembunyi dari semuanya, karena ia berdiam jauh di tempat yang paling gelap. Tubuh. Ketika seseorang mencapai tingkat zikir yang sesuai dengan tingkat pemurnian spiritual terakhir, seluruh tubuh akan

³⁹ Subandi, *Psikologi Dzikir (Studi Fenomenologi Pengalaman Transformasi Religius)*. (Yogyakarta : Pustaka Pelajar tahun 2007) . 15-16

bergetar dalam nama Tuhan. Latha'if sama dengan tujuh cakra yoga dan teori meditasi.

3. *Nafi' Itsbat*, pada tahap ini pertimbangan Syeikh, diteruskan zikirnya dengan kalimat *la ilaha illa Allah*. Merupakan maqam ke-tiga
4. *Tahlil*, Setelah itu pada stasiun terakhir murid akan mendapatkan gelar khalifah, dengan ijazah dan wajib menyebarkan ajaran tarekat ini dan dapat mendirikan Suluk dipimpin oleh Guru.

b) *Muraqabah* (pengawasan)

Muraqabah adalah tempat di mana Anda dapat memperhatikan semua kekuatan jiwa, pikiran, imajinasi, dan tindakan. Pemantauan yang cermat terhadap kondisi fisik dan mental Anda untuk menjaga suasana hati yang bersih dan sehat. Orang yang selalu dalam keadaan *muraqabah* selalu bertakwa kepada Tuhan, oleh karena itu pikiran dan perasaannya selalu dikendalikan dan bekerja dalam batas-batas syariat Islam, sehingga tercipta perilaku (moral) yang luhur.⁴⁰

c) *Suluk* (khalwat)

Suluk adalah perjalanan di jalan spiritual menuju sumber. Ini adalah metode perjalanan melalui berbagai keadaan dan kedudukan, di bawah bimbingan seorang guru spiritual. Seseorang yang melalui atau menempuh jalan ini disebut salik. Seorang hamba yang telah jauh berjalan menuju Allah dengan sungguh-sungguh menampakkan penghambanya kepada Allah.⁴¹ *Suluk* juga bisa dikatakan dengan *Khalwat*, *khalwat* adalah penarikan diri dan penyendirian spiritual. Selama dalam menjalankan *khalwat*, seorang santri harus makan dan minum dalam jumlah yang

⁴⁰ Subandi, *Psikologi Dzikir (Studi Fenomenologi Pengalaman Transformasi Religius)*. (Yogyakarta : Pustaka Pelajar tahun 2007) . 20-23

⁴¹ Sayyid Nur Bin Sayyid Ali. *Tasawuf syar'i*. (Jakarta : Hikmah, 2003) hal 191.

sangat sedikit, hampir seluruh waktunya untuk sholat, zikir dan meditasi, serta tidak diizinkan berbicara hal-hal yang tidak bermanfaat.

d) *Tawajjuh*

Konsentrasi, perhatian atau “menghadapkan wajah pada sesuatu”. Tawajjuh dapat merujuk pada konsentrasi spiritual yang terjadi antara Mursyid dan murid.⁴² Pada tataran makna yang lebih tinggi, tawajjuh dalam ritual Nasyabandiyah merupakan perjumpaan dimana seseorang membuka hatinya pada Syeikhnya dan membayangkan hatinya itu disirami berkah sang Syeikh, yang akhirnya membawa hati itu ke hadapan Nabi Muhammad. Hal ini disimbolkan dengan berupa pertemuan kening guru dan kening muridnya.

e) *Rabithah*

Rabithah adalah menghadirkan rupa/wajah Syaikh (guru) ketika hendak berzikir. Hal ini sebagai salah satu kelanjutan dari salah satu ajaran yang terdapat pada Tarekat ini adalah *wasilah*.⁴³ Wasilah adalah meditasi melalui seorang pembimbing spiritual (mursyid) sebagai suatu hal yang dibutuhkan untuk kemajuan spiritual.

f) *Khatm Khawajangan*

Khatm artinya penutup atau akhir, Khawajangan berasal dari Persia yang artinya Syaikh-syaikh (guru-guru). Khatm khawajangan artinya serangkaian shalawat, wirid, ayat, dan doa yang menutup setiap zikir berjamaah. Khatm dianggap sebagai tiang ketiga Naqsyabandiyah, setelah zikir *ism al-dzat* dan zikir *na'if wa itsbat*.⁴⁴ Khatm dibacakan ditempat yang sepi, tidak ada satupun seseorang, dan pintu harus

⁴² Ibid.,hal 193-194

⁴³ Muftisany, *Mengenal Rabithah Alam Islami* (online), (<http://www.republika.co.id/berita/koran/dialog-jumat/14/09/19/nc4tw828-mengenal-rabithah-alam-islami>), diakses tanggal 23 Januari 2015.

⁴⁴ Rabasa, A. *The Muslim World After 9/11*. Rand Corporation 2004. 17

tertutup. Tidak seorang pun boleh ikut serta tanpa izin terlebih dahulu dari Syaikh. Selain itu, para jama'ah khatm haruslah dalam keadaan suci (berwudhu). Dalam pelaksanaan khatm khawajangan ini membutuhkan waktu yang cukup lama. Biasanya dalam pelaksanaannya khatm tidak boleh meninggalkan doa.

4. Syech Kholidiyah al-Baghdadi

Penisbatan kholidiyah pada thoriqoh Naqsyabandiyah-Kholidiyah adalah kepada yech Kholid al-Baghdadi. Beliau adalah tokoh sufi terkemuka dari baghdad-Iraq. Nama lengkap beliau adalah Baha'uddin Khalid bin Ahmad bin Husain asy-Syahrhiri al-Kurdi asy-Syafi'i. Beliau lahir pada tahun 1193 H di Syahrhiri, Iran. Beliau merupakan guru besar Thariqah an-Naqsyabandiyyah dan dalam bidang Fiqh menganut Madzhab Syafi'i.

Syekh Khalid an-Naqsyabandi hijrah ke Baghdad kemudian setelah itu menuju Syam. Wafat Syekh Khalid an-Naqsyabandi wafat di Damaskus pada tahun 1242 H. Dalam hal pendidikan, Syaikh Kholid mengawal pendidikannya di kampung halaman. Dia belajar al-Quran dan kitab-kitab karya para ulama seperti al-Muhawwir karya Imam ar-Rafi'i dan Matan az-Zunjani (nahwu dan sharaf). Sejak kecil dia telah memulai belajar untuk zuhud dan wira'i. Setelah itu dia pergi ke kota Sulaimaniyyah untuk belajar kepada Syaikh Abdul Karim al-Barzanzi, Syaikh Ali Muhammad Shaleh, Syaikh Ibrahim al-Bayari dan Syaikh Abdullah al-Kharbani. Kemudian dia pergi ke kota Koy dan Harir untuk belajar kitab tahdzib al-Manthiq kepada Syaikh Abdul Karim az-Zayyadi. Lalu kembali lagi ke kota Sulaimaniyyah untuk belajar filsafat dan teologi. Syaikh Kholid pergi ke kota Baghdad untuk belajar kitab al-Muntaha fi al-Ushul. Kemudian pergi ke Sanandaj untuk belajar ilmu hitung, arsitektur dan falak kepada Syaikh Muhammad Qasim as-Sanandaj. Dia juga pergi ke kota Damaskus untuk belajar kepada para ulama Damaskus seperti Syaikh Muhammad al-Kuzbari dan Syaikh

Mushthafa al-Kurdi (murid Syaikh Muhammad al-Kuzbari) untuk mempelajari tarekat Qadiriyyah.⁴⁵

Dalam perjalanan thoriqoh dan spiritualnya, syech Kholid al-Baghdadi berkelana di dunia Allah dan menguasai segala macam pengetahuan yang tersedia di jamannya. Beliau berkhawatir, meninggalkan segala yang telah dipelajarinya, dan datang ke pintu Allah dengan segala perbuatan yang soleh dan memperbanyak dzikir baik keras maupun dalam hati. Beliau tidak lagi mengunjungi Sultan, tetapi tetap menjalin hubungan dengan murid-muridnya hingga tahun 1220 H/1806 M, ketika beliau memutuskan untuk naik haji dan menemui Rasulullah . Beliau meninggalkan segalanya dan pergi ke Hijaz melewati kota-kota Mosul, Yarbikar, ar-Raha, Aleppo dan Damaskus, di sana beliau menemui para cendekiawan dan mengikuti Syaikhnya, yang merupakan ahli ilmu-ilmu kuno dan modern dan juga pengajar hadits, ash-Syaikh Muhammad al-Kuzbara. Beliau menerima otorisasi terhadap Tariqat Qadiriyyah dari Syaikh al-Kuzbari dan deputinya, Syaikh Mustafa al-Kurdi, yang kemudian melanjutkan perjalanannya bersamanya sampai tiba di kota Rasulullah. Kealiman dan kemampuan syech Kholid membawa beliau menjadi tokoh sufi tersohor dan menjadi pembaharu thoriqoh Naqsyabandiyah.⁴⁶

Akhirnya, Syech Kholid al-Baghdadi berdasarkan cerita dari mursyid thoriqoh Naqsyabandiyah-Kholidiyyah Kyai Muhtar, beliau memegang 5 thoriqoh sekaligus dan menjadi pemimpin pada thoriqoh-thoriqoh yang dipegangnya. Beliau adalah alim diantara para ulama. Beliau adalah pimpinan sufi dan auliya' pada zamannya. Bahkan, seandainya Rasulullah Muhammad bukan merupakan khotamul anbiya', maka syech Kholid merupakan seseorang yang mendapatkan ilham dan wahyu dari Allah.⁴⁷

⁴⁵ <https://www.laduni.id/post/read/35452/biografi-syekh-khalid-an-naqsyabandi>. Diakses 10 Januari 2022

⁴⁶ <https://www.tvtarekat.com/2020/11/syaikh-khalid-al-baghdadi.html>

⁴⁷ Wawancara dengan Kyai Muchtarom Dimiyati, 23 Agustus 2021

D. Lansia

1. Pengertian Lansia

Lansia ditandai dengan perubahan dan penurunan kesehatan, kesehatan, kebugaran jasmani, ketahanan fisik dan kemampuan dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Perubahan dan penurunan fisik pada lansia mempengaruhi kesehatan, memori, dan hubungan sosial.⁴⁸ Pengertian ini berbeda dengan Negara-negara maju seperti Amerika Serikat yang mendefinisikan lansia sebagai orang yang menjalani siklus hidup 65 tahun atau lebih. proses menua disebut “*aging*” yang berarti menua.

Mangunprasojo mendefinisikan seorang lanjut usia (laki-laki atau perempuan) sebagai orang yang sangat tua jika ia berdiri tegak kembali dan membutuhkan bantuan tongkat. Rambutnya berubah menjadi beruban dan warnanya putih. Dia bisa berusia lebih dari 60 tahun. Secara fisik, ia tidak lagi cukup kuat untuk mengangkat beban berat, sulit untuk berlari, dan berjalan.

Usia tua adalah masa yang unik dan sulit dalam hidup. Lansia telah melewati masa transisi, dalam artian baik pria maupun wanita harus beradaptasi dengan penurunan aktivitas mental dan fisik. Mereka juga harus belajar menerima peran pasif dan bersedia bergabung dengan orang lain untuk menggantikan peran kepemimpinan aktif di masa lalu, keluarga, ataupun pekerjaan.

Dari sudut pandang di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa proses penuaan merupakan proses alami yang tidak dapat dihindari. Semua perubahan yang terjadi, kecuali hal-hal yang perlu selalu disesuaikan, sebenarnya merupakan proses keseimbangan alam yang berdiri sendiri. perubahan yang terjadi, meliputi fisik-biologis, mental-emosional, dan sosial budaya.

⁴⁸ Hurlock, E.B. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan* (Jakarta : Erlangga, 1999). 380

2. Ciri-ciri Lansia

Lansia ditandai dengan perubahan fisik dan Psikologis tertentu. Ciri-ciri lansia sebagai berikut:⁴⁹

a) Usia lanjut merupakan periode kemunduran

Masa usia yang panjang, seringkali ditandai dengan penurunan kesehatan dan motivasi, seringkali diikuti dengan masa pensiun yang baru.

b) Perbedaan individual pada efek menua

Orang yang berhasil menjadi tua memiliki sifat bawaan yang berbeda, latar belakang sosial ekonomi yang berbeda, dan gaya hidup yang berbeda. Perbedaan antara orang-orang dari jenis kelamin yang sama menjadi lebih terlihat seiring bertambahnya usia, dan pria jauh lebih terlihat daripada wanita karena penuaan mereka terjadi lebih cepat.

c) Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda

Banyak orang cenderung menilai tua itu dalam hal penampilan dan kegiatan fisik. Bagi usia tua, anak-anak lebih kecil dibandingkan dengan orang dewasa dan harus dirawat, sedang orang dewasa adalah sudah besar dan sudah bisa merawat dirinya sendiri.

d) Berbagai stereotipe orang lansia

Lansia merupakan pria dan wanita yang keadaan fisik dan mentalnya loyo, usang, sering pikun, jalannya membungkuk, dan sulit hidup bersama dengan siapapun, sehingga perlu dijauhkan dari orang-orang yang lebih muda.

e) Sikap sosial terhadap lansia

Banyak pendapat yang tidak menyenangkan mengenai sikap sosial pada lansia

⁴⁹ Hurlock, E.B. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan* (Jakarta : Erlangga, 1999) hal., 385

f) Lansia mempunyai status kelompok-minoritas

Kelompok minoritas merupakan status yang dalam beberapa hal mengecualikan mereka untuk tidak berinteraksi dengan kelompok lainnya dan memberinya sedikit kekuasaan atau bahkan tidak memperoleh kekuasaan sama sekali

g) Menua membutuhkan perubahan peran Karena sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi kaum berusia lanjut, pujian yang mereka hasilkan dihubungkan dengan peran usia tua bukan dengan keberhasilan mereka. Perasaan tidak berguna dan tidak diperlukan lagi bagi lansia menumbuhkan rasa rendah diri dan kemarahan yaitu, suatu perasaan yang tidak menunjang proses penyesuaian sosial seseorang.

h) Keinginan menjadi muda lagi

Status kelompok minoritas yang dikenakan pada lansia secara alami telah membangkitkan keinginan untuk tetap muda selama mungkin.

3. Kondisi yang mempengaruhi perubahan minat pada lansia.⁵⁰

a) Kesehatan

Perubahan terhadap kesehatan dan kekuatan fisik dilihat dari keinginan yang meningkat mencari kegiatan yang dilakukan tetapi dengan cara hanya duduk terus menerus, menurunnya keinginan terhadap kegiatan yang memerlukan kekuatan fisik dan tenaga.

b) Status sosial

Orang berusia lanjut dari kelompok sosial yang lebih tinggi, biasanya mempunyai tingkat keinginan yang lebih tinggi dibanding yang berasal dari kelompok sosial yang lebih rendah

⁵⁰ New Man P dan New Man B, *Development Through Life : Psychosocial Approach*, Belmont : Thomson Wadsworth Learning (2001), hal 196.

c) Status ekonomi

Lansia yang tidak mempunyai cukup uang untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya sering menghentikan banyak kegiatan yang penting bagi mereka, kemudian memusatkan perhatiannya pada suatu kegiatan yang dapat menghasilkan sesuatu yang bermanfaat dan memperoleh hasil.