

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Tasawuf

a. Definisi

Tasawuf berasal dari kata *sufi*. Istilah *sufi* sendiri baru dikenal dan digunakan pada masa generasi para sahabat dan tabi'in. Orang pertama yang menggunakan kata *sufi* ialah Abu Hasyim al-Kufi di Irak yang merupakan seorang *Zahid*. Kata *suf* yang berarti wool, istilah *sufi* pertama kali dinisbahkan pada para *Zahid* yang mana mereka memakai pakaian dari wool kasar yang merupakan simbol dari kesederhanaan mereka. Mereka tidak memakai pakaian yang halus ketika disentuh tidak pula yang indah ketika dipandang untuk menyenangkan jiwa.¹

Ibn Khaldun menyatakan bahwa akar dari kata *sufi* ialah *suf*, tetapi bukan hanya karena kaum *sufi* yang memakai kain wool yang kasar hingga disebut *sufi*. Al-Kalabaziy pun mengutarakan hal yang sama, yaitu bahwa kata *sufi* berasal dari kata *suf* jika dilihat dari sudut pandang gramatikal Bahasa Arab, serta meliputi sikap dan sifat seorang *sufi* yang cenderung menjauhi kehidupan duniawi, meninggalkan kemewahan, mementingkan kehidupan rohani, mensucikan tingkah laku dan kesadaran, dan menolak kesenangan jasmani.

Istilah *sufi* dapat dihubungkan dengan dua aspek, yakni aspek lahiriyah dan aspek batiniyah. Aspek lahiriyah merujuk pada mereka yang berada di serambi masjid begitu pula dengan bulu domba. Ia dianggap sebagai orang yang telah meninggalkan kehidupan dunia dan hasrat jasmani. Sedangkan aspek batiniyah lebih menitikberatkan pada mereka yang mendapat keistimewaan di hadapan Allah SWT. Disimpulkan bahwa tasawuf adalah menguatkan rohani dan mengesampingkan jasmaniyah untuk mengenal Allah SWT. dengan segala kesempurnaan-Nya.²

Tasawuf mengajarkan tentang hidup yang bahagia, yang mana hidup bahagia ketika fisik maupun psikis dalam keadaan

¹Samsul Munir Amin, 'Ilmu Tasawuf', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53.9 (2017), 21–25 <<http://www.elsevier.com/locate/scp>>.

²Rosidi Rosidi, 'KONEKSITAS ILMU TASAWUF DAN ILMUNAH W: TELAHAH ATAS KITABNAH W AL-QULU BKARYA AL-QUSHAYRI', *KACA (Karunia Cahaya Allah) :Jurnal Dialogis Ilmu Ushuluddin*, 12.2 (2022), 2–30 <<https://doi.org/https://doi.org/10.36781/kaca.v12i2.272>>.

sehat. Karena dengan kondisi sehat tidak akan timbul konflik batin yang memperparah penyakit.

Tasawuf sebagai terapi atau yang lebih dikenal dengan *sufi healing* ialah salah satu cara atau metode sufi dalam pengobatan dan penyembuhan baik untuk penyakit fisik maupun psikis. Dengan metode yang didasarkan pada keagamaan yaitu dengan membangkitkan keimanan kepada Allah SWT. membangkitkan ruhani yang mengakibatkan kepercayaan serta keyakinan satu-satunya kepada Allah SWT. Merupakan kekuatan yang menyembuhkan segala penyakit.

Menurut Ibn Tufayl, manusia akan bahagia jika ia dapat menyaksikan Tuhan secara terus menerus. Ketika ia menyaksikan Tuhan ia melihat yang tidak dapat dilihat mata, mendengar yang tidak didengar telinga, serta tidak terlintas dibenak manusia. Hal ini disebut *musyahadah* yaitu hati yang merasakan bahwa dirinya ialah Tuhan, kehadirannya telah sirna dalam kehadiran Tuhan.

b. Asal-usul tasawuf

Ada dua teori yang menjelaskan tentang asal-usul tasawuf, yang pertama adalah teori bahwa tasawuf berasal dari luar Islam. Sedang teori yang kedua ialah bahwa tasawuf berasal dari Islam.³

a) Teori dari luar Islam

Nicholson mengatakan bahwa ajaran Kristen memiliki kesesuaian dengan ajaran tasawuf dan Sebagian dijadikan pijakan dalam tasawuf. Pernyataan Nicholson ini didukung dengan banyaknya ayat-ayat Bible serta kata-kata Yesus dalam buku-buku klasik sufi. Selain itu juga banyaknya rahib yang memberi petunjuk terhadap kehidupan asketis para sufi. Terkait dengan pernyataan ini Harun Nasution berkomentar bahwa banyak ditemukan tulisan dalam literatur Arab tentang para rahib yang hidup dengan mengasingkan diri di padang pasir Arabia, tetapi hal itu pun sulit untuk dibuktikan.⁴

Menurut Jurdi Zaidan, ilmu tasawuf muncul setelah masa penerjemahan kitab-kitab Yunani kedalam bahasa Arab. Sebagian orang berpendapat bahwa filsafat mistik *Pythagoras* berpengaruh terhadap timbulnya zuhud serta

³Ahmad Bangun Nasution dan Rayani Hanum Siregar, *Ahlak Tasawuf: Pengenalan, Pemahaman, dan Pengaplikasiannya (Disertai Biografi dan Tokoh-tokoh Sufi)* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2015), 21-23

⁴ Ahmad, *Ahlak Tasawuf*

tasawuf dalam Islam. Dalam Filsafat roh manusia bersifat kekal, dan kenikmatan tertinggi roh adalah di alam samawi. Sedangkan kesenangan di alam jasmani hanya dapat dicapai apabila manusia menjalani kehidupan *zuhud*, berkontemplasi, dan meninggalkan hidup materi sebagai upaya untuk mensucikan roh. Dalam filsafat emanasi plotinus, roh akan memancar dari diri Tuhan dan kembali ke Tuhan. Sama halnya dengan filsafat *Pythagoras*, ketika roh itu kotor ia tidak dapat kembali ke Tuhan, dan akan tetap berada di bumi berusaha membersihkan diri melalui reinkarnasi.

Paham tentang reinkarnasi ini tidak ada dalam tasawuf dan bertentangan dengan ajaran Al-Quran. Pandangan tentang pengaruh filsafat terhadap tasawuf dapat dibenarkan jika menelusuri perkembangan tasawuf dalam Islam dengan lebih jauh lagi. Dalam perkembangan tasawuf terdapat tasawuf falsafi yang mana dalam aliran ini akan nampak pengaruh filsafatnya.⁵

Teori dari luar tidak hanya menjelaskan tasawuf mendapat pengaruh dari Kristen dan filsafat Yunani tetapi juga dari ajaran Hindu dan Budha. Dalam ajaran Budha dikatakan bahwa nirwana dapat dicapai dengan memasuki hidup kontemplasi, meninggalkan hidup duniawi, dan menghancurkan diri. Sedangkan pengaruh dari Hindu yaitu dari ajaran bersatunya *Atman* dengan *Brahman* melalui kontemplasi dan menjauhi duniawi. Dalam ajaran tasawuf terdapat yang namanya pengalaman *ittihad* yaitu persatuan roh manusia dengan roh Tuhan. *Ittihad* sama halnya dengan ajaran menghancurkan diri dalam Budha dan bersatunya *Atman* dengan *Brahman* dalam ajaran Hindu. Ribuan tahun sebelum Islam, di wilayah timur Batricia dan Persia memang Budhisme pernah memiliki pengaruh yang kuat dan karenanya hamper dapat dipastikan adanya pengaruh terhadap perkembangan tasawuf di sana. Al-Taftazani mengatakan bahwa tidak ditemukan teks yang secara gambling menjelaskan para sufi mengetahui ajaran serta Latihan rohani Hindu dan Budha kecuali al-Haq ibn Sab'in yang mengutip suatu bentuk pujian dari kaum Hindu dalam risalahnya tentang zikir.⁶

⁵M. Alfath Suryadilaga, dkk., *Ilmu Tasawuf* (Yogyakarta: Kalimedia, 2016), 2-15

⁶M. Alfath Suryadilaga, dkk., *Ilmu Tasawuf* (Yogyakarta: Kalimedia, 2016), 2-

Pada dasarnya tasawuf berkaitan dengan perasaan dan kesadaran. Adanya kesamaan antara tasawuf dengan berbagai bentuk mistisme asing tidak juga berarti bahwa ajaran tasawuf ditimba dari sumber lain. Alangkah lebih baik jika dikatakan gagasan tasawuf berasal dari kaum muslimin sendiri.⁷

b) Teori dari dalam Islam

Kata tasawuf tidak disebutkan secara jelas dalam Al-Qur'an, akan tetapi hakekat tasawuf adalah mendekatkan diri kepada Allah SWT, bahkan meleburkan diri dengan-Nya. Dalam Qur'an surat al-Syams ayat 9 yang artinya "Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang mensucikan jiwanya". Dalam ayat ini dijelaskan betapa urgent dan tinggiderajat orang yang mensucikan jiwanya. Allah SWT. ialah Dzat yang maha suci dan mensucikan hamba yang dikehendaki-Nya. Dengan kesucian dirinya ia dapat mendekatkan diri kepada Yang Maha suci.

Allah SWT. berfirman dalam Qur'an surat al-Baqarah ayat 186 : "Jika hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka Aku dekat dan mengabulkan seruan orang yang memanggil jika Aku dipanggil."

c. **Sejarah Perkembangan Tasawuf**

Kehidupan sufi sudah ada sejak zaman Rasulullah dan dipraktikkan oleh Rasulullah. Kehidupan Nabi Muhammad semasa beliau hidup terkesan amat sederhana dan menderita, disamping menghabiskan waktunya untuk beribadah dan mendekatkan dirinya kepada Allah SWT. Kehidupan sederhana yang dijalani oleh Nabi dicontoh oleh para sahabat dan tabi'in. Pada abad ketiga hijriyah, tasawuf berkembang dengan pesat, hal ini ditandai dengan adanya golongan ahli tasawuf yang mencoba memiliki inti dari ajaran tasawuf yang berkembang dimasa itu.⁸ Abad keempat hijriyah perkembangan tasawuf semakin pesat, hal ini karena usaha para ulama tasawuf untuk mengembangkan ajaran tasawuf masing-masing, salah satunya dengan mengembangkan ajaran tasawuf di luar Kota Baghdad. Di abad kelima perkembangan tasawuf disertai dengan pertentangan yang turun temurun antara ulama sufi dan ulama fiqh. Karenanya keadaan semakin rawan saat mazhab syiah Ismailiyah tengah berkembang. Yaitu suatu mazhab yang

⁷ Alfatih, dkk, *Ilmu Tasawuf*, 4

⁸ Ardiyani.

hendak mengembalikan kekuasaan kepada keturunan Ali bin Abi Thalib.⁹

Di perkembangan tasawuf selanjutnya banyak ulama sufi yang berpengaruh dalam perkembangan tasawuf seperti Syihabuddin Abu Futu As-Suhrawardy. Pada abad kesembilan, sepuluh, dan sesudahnya, tasawuf mengalami keruntuhan yang disebabkan oleh beberapa factor diantaranya :

- a) Banyaknya ahli tasawuf yang menyimpang dari ajaran Islam sehingga mereka kehilangan kepercayaan masyarakat Islam sendiri.
- b) Penjajahan bangsa Eropa yang beragama nasrani menguasai negara-negara Islam dan mereka menghancurkan paham-paham yang tidak selaras dengan paham Nasrani, termasuk ajaran Tasawuf.

d. Tujuan tasawuf

Manusia terdiri dari tiga aspek, diantaranya aspek psiko motor, kognitif, dan afektif yang mana masing-masing perlu diutuhkan menurut tingkatannya sendiri. Psikomotor merupakan aspek terluar yang memiliki keberadaan obyektif dan tindakan sendiri yang beragam. Tetapi aspek psiko motor bukanlah rintangan terbesar dalam pengutuhan itu. Dengan akal pikirannya terkadang manusia melampaui batas sehingga ia sering terperangkap oleh angan-angan duniawi, akal pikiran manusia merupakan aspek kognitif. Dalam aspek afektif manusia berusaha ingat, mendekati, serta mengenal Tuhan dimana pada saat yang sama manusia merasakan adanya tabir yang memisahkan jiwanya dengan Tuhan. Berawal dari keadaan hina dan kotor, melalui metode suluk manusia berusaha menggapai kebajikan-kebajikan rohani dalam jiwanya, metode itulah yang mengantarkan para sufi menuju Tuhannya. Oleh karenanya tujuan akhir dari tasawuf ialah menjalin hubungan yang baik dan harmonis antara manusia dengan Tuhan. Mendekatkan diri sedekat-dekatnya dengan Tuhan sehingga ia dapat melihat-Nya dengan mata hati. Sehingga rohnya dapat bersatu dengan Tuhan.¹⁰

e. Dasar-dasar Tasawuf

Pada awal pembentukannya tasawuf adalah akhlak dan keagamaan dan moral keagamaan yang mana hal ini banyak diatur dalam Al-Qur'an dan As-Sunnah. Sumber utama tasawuf

⁹Ahmad, *Akhlaq Tasawuf*, 23

¹⁰Rosihon Anwar, *Akhlaq Tasawuf* (Bandung: Pustaka Setia, 2010), 230-298

ialah dari Al-Qur'an dan Hadist, serta amalan-amalan dan ucapan para sahabat. Amalan-amalan serta ucapan para sahabat tentunya tidak keluar dari apa yang ada dalam Al-Qur'an dan hadist Nabi SAW. Jadi sumber utama tasawuf tentulah Al-Qur'an dan hadist.

a) Dasar-dasar tasawuf dalam Al-Qur'an

Dalam firman-Nya Allah SWT. memerintahkan kepada manusia agar senantiasa bertaubat, memohon ampunan serta selalu membersihkan diri sehingga memperoleh cahaya dari-Nya.¹¹

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ
رَعْنَكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُم مِّنَّا جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ يَوْمَ
لَا يُجْزَىٰ بِاللَّهِ أَن تَبَيَّنُوا الَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَ بَأْيَمِ
أَيْمَانِهِمْ يَلْقَوْنَ رَبَّهُمْ وَإِنَّمَا لِلَّذِينَ تَابُوا وَاعْتَمَلُوا صَالِحًا أَجْرُ اللَّهِ

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, bertaubatlah kepada Allah dengan taubatan nasuhaa (taubat yang semurni-murninya). Mudah-mudahan Rabbmu akan menutupi kesalahan-kesalahanmu dan memasukkanmu ke dalam jannah yang mengalir di bawahnya sungai-sungai, pada hari ketika Allah tidak menghinakan Nabi dan orang-orang mukmin yang bersama dia; sedang cahaya mereka memancar di hadapan dan di sebelah kanan mereka, sambil mereka mengatakan: "Ya Rabb kami, sempurnakanlah bagi kami cahaya kami dan ampunilah kami; Sesungguhnya Engkau Maha Kuasa atas segala sesuatu".¹² (Q.S. At-Tahrim [66]:8)

Dalam Q.S. Al-Qaf ayat ke 16 para sufi berpendapat bahwa untuk mencari Tuhan manusia tidak perlu pergi kemana-mana, manusia hanya perlu Kembali ke dalam dirinya sendiri. Harun Nasution menegaskan bahwa Tuhan ada di dalam diri manusia.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ وَنَعَلْمَا تَوْسُوسٍ بِهِ نَفْسُهُ ۗ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

¹¹ Rosihon, *Akhlak Tasawuf*, 234

¹² Rosihon, *Akhlak Tasawuf*, 239

Artinya: “Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya,(Q.S. Al-Qaf [50]:16)

Allah SWT. dalam Q.S. Al-Fatir ayat 5 berfirman

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ ۖ فَلَا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا ۖ وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ
الْعُرُورُ

Artinya: “Wahai manusia, sesungguhnya janji Allah adalah benar, maka sekali-kali janganlah kehidupan dunia memperdayakan kamu dan janganlah syaitan yang pandai menipu, memperdayakan kamu tentang Allah.(Q.S. Al-Fatir [35]:5)

Dalam ayat tersebut Allah SWT.mengingatkan manusia agar tidak diperbudak oleh kemewahan duniawi. Kalangan sufi pun memahami ayat tersebut sebagai salah satu dasar untuk menjauhi kehidupan duniawi.¹³

...قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ لِمَنِ اتَّقَى...'

Artinya: “...Kesenangan di dunia ini hanya sebentar dan akhirat itu lebih baik untuk orang-orang yang bertakwa...”(Q.S. AN-Nisa’ [4]:77)

Pada potongan ayat diatas menjelaskan tentang tingkatan zuhud.

...إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ..

Artinya: “...Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling takwa diantara kamu...”(Q.S. Al-Hujarat [49]:13)

Ayat ini menjelaskan tentang tingkatan taqwa.

Tingkatan tawakal menurut para sufi berlandaskan pada firman Allah SWT. sebagai berikut:

...قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ

Artinya: “...Cukuplah Allah bagiku. Kepada-Nya-lah orang-orang yang bertawakkal berserah diri.”

¹³ Rosihon, *Akhlah Tasawuf*, 240

(Q.S. Az-Zumar[39]:38)

Tingkatan syukur dilandaskan pada firman Allah SWT.sebagai berikut.¹⁴

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ...

Artinya: “Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku)...”(Q.S. Ibrahim[14]:7)

Tingkatan sabar dilandaskan pada firman Allah SWT.sebagai berikut.

فَأَصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَأَسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ بِالْعَشِيِّ وَالْإِبْكَرِ

Artinya: “Maka bersabarlah kamu, karena sesungguhnya janji Allah itu benar, dan mohonlah ampunan untuk dosamu dan bertasbihlah seraya memuji Tuhanmu pada waktu petang dan pagi.”
(Q.S. Al-Mu'min[40]:55)

Tingkatan rela dilandaskan pada firman Allah SWT.sebagai berikut.

رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ...

Artinya: “...Allah ridha kepada mereka dan mereka pun ridha kepada-Nya...”.(Q.S. Al-Maidah[5]:119)

b) Dasar tasawuf dari hadist

Salah satu hadist qudsi yang terkenal sebagai dasar atau landasan dalam tasawuf adalah yang diriwayatkan oleh Imam Bukhori sebagai berikut.¹⁵

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَالَ : مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالْحَرْبِ، وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُهُ عَلَيْهِ، وَلَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالتَّوَّافِلِ حَتَّى أَحْبَبْتُهُ، فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ، وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا،

¹⁴ Rosihon, *Akhlak Tasawuf*, 241

¹⁵ Rosihon, *Akhlak Tasawuf*, 243

وَرَجُلُهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا، وَلَيْنُ سَأَلَنِي لِأَعْطِيَنَّهُ، وَلَيْنُ اسْتَعَاذَنِي لِأُعِيذَنَّهُ. [رواه البخاري]

Artinya: Dari Abu Hurairah radhiallahuanhu berkata : Rasulullah Shallallahu'alaihi wasallam bersabda : Sesungguhnya Allah ta'ala berfirman : Siapa yang memusuhi waliku maka Aku telah mengumumkan perang dengannya. Tidak ada taqarrubnya seorang hamba kepada-Ku yang lebih aku cintai kecuali dengan beribadah dengan apa yang telah Aku wajibkan kepadanya. Dan hambaku yang selalu mendekatkan diri kepada-Ku dengan nawafil (perkara-perkara sunnah di luar yang fardhu) maka Aku akan mencintainya dan jika Aku telah mencintainya maka Aku adalah pendengarannya yang dia gunakan untuk mendengar, penglihatannya yang dia gunakan untuk melihat, tangannya yang digunakannya untuk memukul dan kakinya yang digunakan untuk berjalan. Jika dia meminta kepadaku niscaya akan aku berikan dan jika dia minta perlindungan dari-Ku niscaya akan Aku lindungi “ Riwayat Bukhori.

Dalam hadist qudsi tersebut dijelaskan siapapun yang menjadi waliyullah pastilah mendapat cinta-Nya. Dan siapapun yang mendapat cinta-Nya, makai a akan mendengar melalui Allah, akan melihat melalu Allah dan do'anya akan dikabulkan oleh-Nya.

f. Macam-macam tasawuf

Dalam tasawuf ada tiga paham atau aliran yaitu tasawuf akhlaki, tasawuf irfani, dan tasawuf falsafi.

a) Tasawuf akhlaki

Secara etimologis tasawuf akhlaki adalah membersihkan tingkah laku atau saling membersihkan tingkah laku. Tasawuf akhlaki dipandang sebagai sebuah tatanan dasar untuk menjaga akhlak manusia (moralitas masyarakat). Tasawuf akhlaki sangat memerlukan praktik untuk menguasainya, bukan hanya sekedar pemahaman secara teori. Tasawuf akhlaki dapat terealisasi secara utuh apabila pengetahuan tasawuf dan ibadah kepada Allah SWT. dibuktikan dalam kehidupan social. Diantara tokoh-

tokoh pelopor tasawuf akhlaki ialah Hasan Al-Bashri, Al-Muhasibi, Al-Qusyairi, dan Al-Ghazali.¹⁶

b) Tasawuf irfani

Tasawuf irfani tidak hanya membaas tentang hubungan yang ikhlas dan harmonis antar sesama manusia, tetapi lebih menetapkan bahwa apa yang kita lakukan sesungguhnya tidak pernah kita lakukan, dan merupakan tingkatan ikhlas yang paling tinggi. Pujian hanya untuk Allah SWT semata dan hanya Allah yang berhak atas segala pujian. Beberapa tokoh-tokoh tasawuf irfani diantaranya adalah Rabi'ah Al-Adawiyah yang terkenal dengan ajarannya *al-Hubb* yang mendasari tasawuf dengan cinta. Dimana dalam ajaran tasawuf sebelumnya mendasari atas rasa takut dan pengharapan kepada Allah SWT. Dzu An-Nun Al-Misri dengan paham makrifatnya. Tokoh ketiga adalah Abu Yazid Al-Bustami yang terkenal dengan ajaran *fana'* dan *baqa'*nya. Ajaran tasawuf yang paling terkenal dari Abu Manshur Al-Hallaj adalah *al-hulul* dan *wahdat asy-syuhud* yang kemudian dikembangkan oleh Ibnu Arabi dan melahirkan paham *wihdat al-wujud*.¹⁷

c) Tasawuf falsafi

Tasawuf falsafi ialah tasawuf yang mana ajaran-ajarannya memadukan visi mistis dengan visi rasional pengasasnya. Terminologi falsafi berasal dari berbagai ajaran filsafat yang memengaruhi tokohnya. Walaupun mendapat pengaruh dari filsafat, orisinalitasnya sebagai tasawuf tetap terbagi dan tidak hilang. Menurut At-Taftzani ciri umum tasawuf falsafi ialah ajarannya yang samar-samar sebagai akibat dari banyaknya istilah khusus yang hanya dapat dipahami oleh mereka yang memahami ajaran tasawuf ini. Tokoh-tokoh tasawuf falsafi diantaranya Ibnu Arabi dengan ajaran tasawufnya *wahdat al-wujud*, Tokoh kedua ialah Al-Jili, ia terkenal dengan ajaran tasawufnya *insan kamil* yaitu manusia sempurna, Ibnu Sab'in dengan pemahamannya yaitu kesatuan mutlak.¹⁸

2. Suwuk

a. Pengertian Suwuk

¹⁶ Rosihon, *Akhlak Tasawuf*, 285

¹⁷ Rosihon, *Akhlak Tasawuf*, 287

¹⁸ Rosihon, *Akhlak Tasawuf*, 298

Suwuk adalah salah satu cara penyembuhan alternatif dimana seseorang yang dianggap memiliki kemampuan pengobatan dengan membacakan suatu mantra pada media baik air maupun jamu herbal yang kemudian diminumkan kepada pasien. Dalam kamus Wiktionari bahasa Jawa, suwuk ialah *japa-mantra sing disebulake ing embun-embunan (tulak lelara lan sak piturute)*, yaitu bacaan mantra tertentu yang ditiupkan pada ubun-ubun pasien dengan tujuan untuk menghilangkan penyakit dan sebagainya.¹⁹ Dalam praktiknya, media yang digunakan dalam terapi suwuk ini, selain dengan air putih atau rmuun herbal, terkadang juga menggunakan ludah dari penyuwuk untuk disemburkan atau dioleskan pada bagian tubuh yang sakit.²⁰

b. Sejarah

Sejarah suwuk berasal dari Jawa Tengah dan pengobatan ini disebarkan oleh salah seorang dari Walisongo yaitu Maulana Ishaq. Namun pada awalnya pengobatan ini tidak memiliki nama, hanya disebut sebagai pengobatan tradisional saja. Nama suwuk sendiri di cetuskan oleh orang Jawa yang pernah diobati menggunakan pengobatan suwuk. Menurut orang Jawa, suwuk itu artinya jampi-jampi atau mantra. Pada saat Maulana Ishaq mengobati salah seorang di Jawa, Malauna Ishaq menggunakan segelas air dan dari bibirnya terlihat berkamat-kamit seperti membaca mantra atau jampi-jampi. Sehingga orang yang diobati tersebut mengatakan bahwa pengobatan itu suwuk. Kenyataannya bahwa awal mula pengobatan ini dilakukan hanya untuk tujuan menyebarkan agama Islam. Namun ternyata pengobatan ini berhasil karena dianggap ampuh oleh orang Jawa. Sehingga banyaklah para ulama maupun kiayi pada saat itu mempelajari ilmu suwuk.²¹

Pada masa Walisongo sekitar abad ke-14 pengobatan suwuk ini hanya menggunakan media mantra diambil dari ayat-ayat Al-quran dan air dengan metode yang sama seperti menghembus, menyembur, dan mengusap. Namun karena penyebaran suwuk semakin luas dan berkembang media suwukpun semakin beranekaragam meskipun masih tetap

¹⁹Harsono.

²⁰zuhdi achmad.

²¹Evi Arifiani and Muhammad Suryadi, 'The Spells of Sintren Diviner: The Javanese Cultural Form and Function of Spells Mantra Pawang Sintren: Wujud Kebudayaan Jawa Dan Fungsi Mantra', *Jurnal Kata*, 3.2 (2019), 275 <<https://doi.org/10.22216/jk.v3i2.4551>>.

menggunakan metode yang sama. Hal ini terjadi karena banyak yang mempelajari suwuk bukan dari kalangan pemuka ataupun tokoh agama saja seperti ulama maupun kiayi namun dari kalangan masyarakat biasa juga sudah mempelajari pengobatan suwuk. Karena pengobatan suwuk ini didapat bukan saja dari keturunan namun dari proses belajarpun bisa.²²Sejarah suwuk menurut mbah Kalim berasal dari Jawa Tengah khususnya di Wonogiri.Hal ini didasari karena banyak berbagai macam ilmu barasal dari Wonogiri.Mengenai siapa yang pertamakali mempergunakan ilmu ini mbah Kalim sendiri kurang tahu.Jika dikaitkan tentang walisongo menurutnya kemungkinan besar ada, karena banyak ilmu di Jawa yang asalnya dari walisongo mungkin termasuk ilmu suwuk itu sendiri.

c. Hukum atau dasar

Suwuk atau mantra dalam dunia Islam adalah bacaan yang dibacakan pada sesuatu bisa air atau benda lainnya, yang diyakini bisa menjadi wasilah terkabulnya doa kepada Allah SWT. Suwuk atau mantra dalam Islam biasa dari bacaan Al-Qur'an maupun hadist, bisa berupa dzikir, ayat ayat khusus Al-Qur'an, doa-doa.Bahkan yang masyhur dikalangan umat adalah seperti *hizib*, *asma* dan lai-lain.

Banyak sejarah dan kisah yang menceritakan tentang hikmah dari suwuk, lebih khas lagi di tanah Jawa, sering sekali ulama maupun Kyai, dimintai doa yang kemudian ditiupkan ke air lalu diminum oleh peminta. Hal tersebut sudah turun temurun mulai ulama terdahulu hingga saat ini, dan masih menjadi salah satu cara untuk mencari berkah doa.Salah satu hikmah dari suwuk tersebut ialahdapat mengetahui sanad-sanad ilmu seseorang yang beruntun ke wali-wali yang sebelumnya yang menjadi gurunya, karena ilmu seperti suwuk, *hizib* adalah ilmu yang bisa di dapat dari ijazah mursyid melalui sanad yang baik dan jelas.²³

Pada dasarnya suwuk memiliki landasan yang kuat dari sabda Nabi Muhammad Saw, namun perlu digaris bawahi, sabda Nabi tentang suwuk tersebut juga sebagai makna pembatas mana suwuk yang boleh dan mana suwuk yang tidak

²²“Sejarah suwuk menurut pemahaman dukun suwuk desa aek loba pekan,” 123dok, diakses pada 20 Desember, 2022.<https://text-id.123dok.com/document/6qm00x77y-sejarah-suwuk-menurut-pemahaman-dukun-suwuk-desa-aek-loba-pekan.html>

²³Mohamad Nurofik Bani KH.Murtadlo,”Dalil Suwuk atau Mantra” desember 22, 2022.<https://www.hwmi.or.id/2021/10/dalil-suwuk-atau-mantra.html>

diperbolehkan oleh Islam, karena pembeda dari ilmu suwuk hanya terletak pada tujuan, bacaan doanya, dan keimanan seseorang yang mengamalkannya.

عَنْ عَوْفِ بْنِ مَالِكِ الْأَشْجَعِيِّ قَالَ كُنَّا نَزُقِي فِي الْجَاهِلِيَّةِ فَقُلْنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ كَيْفَ تَرَى فِي ذَلِكَ فَقَالَ اغْرِضُوا عَلَيَّ رُقَاكُمْ لَا بَأْسَ بِالرُّقَى مَا لَمْ يَكُنْ فِيهِ شِرْكٌ
(رواه مسلم)

Artinya: Dari Auf bin Malik Al-Asyja'i berkata kami menekuni mantra pada masa Jahiliyah, lalu kami bertanya, “wahai Rasulallah, bagaimana engkau berpendapat mengenai hal itu?” lalu beliau bersabda, “tunjukkan mantra kalian kepadaku, tidak masalah dengan mantra selama di dalamnya tidak terdapat syirik”. (HR. Muslim).

Sudah jelas, perkara suwuk atau mantra ini nilainya tetap sebuah doa namun diwasilahkan berkahnya lewat air atau benda lain, bisa juga langsung ditujukan sesuai permohonan kita. Namun kita harus tau batas suwuk atau mantra yang boleh dan yang tidak diperbolehkan dalam Islam. Suwuk atau mantra yang diperbolehkan ialah yang tidak berbau kemusyrikan seperti halnya memohon kepada selain Allah, meyakini yang memberi selain Allah, dan dengan tujuan yang tidak baik. Selama perkara-perkara itu terlepas dari suwuk, maka suwuk atau mantra masih memiliki nilai positif dan sesuai dengan akidah yang benar. Bahkan jika bacaan suwuk atau mantra tersebut berasal dari Al-Qur'an, hadist, serta dzikir, dan digunakan dengan tujuan kebaikan, serta dengan akidah yang benar, maka hukumnya bisa menjadi sunnah.²⁴

3. Penyakit Fisik Dan Psikis

a. Penyakit fisik

1) Pengertian

Menurut kbbi, sakit adalah berasa tidak nyaman di tubuh atau bagian tubuh karena menderita sesuatu (demam, sakit perut, dan sebagainya). Sedangkan penyakit ialah sesuatu yang menyebabkan terjadinya gangguan pada makhluk hidup, gangguan kesehatan yang disebabkan oleh

²⁴Mohamad Nurofik Bani KH.Murtadlo, "Dalil Suwuk atau Mantra" desember 22, 2022. <https://www.hwmi.or.id/2021/10/dalil-suwuk-atau-mantra.html>

bakteri, virus, atau kelainan sistem faal atau jaringan pada organ tubuh (pada makhluk hidup).²⁵

Dalam istilah medis penyakit digambarkan sebagai gangguan dalam fungsi tubuh yang menghasilkan berkurangnya kapasitas. Penyakit terjadi ketika kondisi tubuh tidak seimbang serta keadaan yang tidak normal.²⁶ Secara umum dinyatakan terkena suatu penyakit apabila sudah menimbulkan perubahan fungsi tubuh yang tidak semestinya dan keluhan lain yang mana menyebabkan munculnya tanda atau gejala. Perwujudan penyakit dapat meliputi hipofungsi misal seperti konstipasi, hiperfungsi seperti peningkatan produksi lendir atau peningkatan fungsi mekanis seperti kejang.

Proses perkembangan penyakit disebut sebagai patogenesis. Jika tidak diketahui dan tidak ditangani dengan baik atau bahkan tidak berhasil ditangani dengan baik, sebagian besar penyakit akan berlanjut menurut pola gejalanya yang khas. Sebagian penyakit dapat sembuh dengan sendirinya atau yang disebut dengan *self limiting* sedangkan sebagian lainnya menjadi kronis dan tidak pernah benar-benar sembuh. Penyakit ada dua jenis, yaitu penyakit kronis dan penyakit tidak kronis. Penyakit kronis ialah apabila gangguan kesehatan berlangsung lama, dan biasanya disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Apabila sudah terlanjur parah, dapat berujung pada kematian. Mayoritas menyerang usia produktif, yaitu antara usia 25-50 tahun. Penyakit seperti hipertensi, stroke, diabetes, kanker, bahkan penyakit jantung adalah yang rawan menyerang usia produktif di karenakan pola hidup yang tidak sehat. Pola hidup seperti merokok, obesitas, kurang aktif bergerak, dan pengelolaan stress yang buruk merupakan beberapa penyebab seseorang menderita penyakit kronis di usia muda.²⁷

2) Faktor Penyebab

- a. Mengonsumsi alkohol, rokok, obat-obatan terlarang secara berlebihan.

²⁵<https://kbbi.web.id/sakit>

²⁶Rofifah.

²⁷L.D Rosita, 'Penyakit Psikologis Yang Sering Dialami Pada Buruh Pabrik Di PT. UNGARAN INDAH BUSANA', *Jurnal Keperawatan Komunitas*, II.2 (2014), 70-75.

- b. Kurangnya aktivitas fisik, diet tidak sehat yang ketat, stress yang diabaikan.
 - c. Riwayat keluarga atau faktor genetik (diabetes, jantung), umur, jenis kelamin, serta obesitas.
- 3) Jenis-jenis
- a) Penyakit Kronis

Penyakit kronis menurut WHO (*World Health Organization*) adalah penyakit yang terjadi dengan durasi panjang yang pada umumnya berkembang secara lambat serta terjadi akibat faktor genetik, fisiologis, lingkungan dan perilaku. kebanyakan penyakit kronis tidak menyebabkan kematian secara langsung, namun mengakibatkan pasiennya merasa sangat sakit dan lemah dalam jangka waktu yang lama. Menurut Taylor, penyakit kronis merupakan penyakit yang berkembang secara perlahan selama bertahun-tahun, namun biasanya tidak dapat disembuhkan melainkan hanya diberikan penanganan kesehatan. Ia menambahkan, berbeda dengan penyakit akut yang langsung mengantarkan pasiennya pada suatu titik di mana seluruh aktivitas kehidupannya terganggu, penyakit kronis akan membawa perubahan yang bersifat sementara ataupun permanen pada aktivitas fisik, sosial, dan vokasional.²⁸

Forshaw menyatakan bahwa penyakit kronis ialah penyakit yang tidak mudah disembuhkan, cenderung berkepanjangan, dan biasanya bersifat permanen, yang mana kondisi ini akan menjadi bagian dari kehidupan seseorang. Macam-macam penyakit kronis diantaranya:

1) Gagal Jantung

Gagal jantung ialah suatu kondisi yang terjadi ketika jantung tidak mampu lagi melakukan fungsinya untuk memompa darah dan oksigen secara memadai ke seluruh organ tubuh. Penyakit ini mungkin membuat jantung penderita membengkak sehingga fungsinya terganggu. Gejala yang mungkin muncul adalah kesulitan bernapas, merasa lelah dan kaki lemas saat beraktivitas, pembengkakan pada pergelangan kaki, dan detak jantung cepat atau tidak teratur.

Untuk menjaga agar penyakit jantung tidak semakin parah, yaitu dengan mengonsumsi obat-obatan yang diresepkan dokter dan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat. Operasi juga mungkin dibutuhkan untuk mengatasi masalah jantung yang disebabkan oleh masalah katup jantung atau pembuluh darah yang tersumbat.

2) Stroke

Kerusakan pada jaringan otak yang disebabkan oleh gangguan pada suplai darah yaitu terputusnya aliran darah ke bagian otak disebut sebagai stroke. Jaringan otak membutuhkan pasokan oksigen dan nutrisi yang cukup agar sel-sel saraf dan bagian lain terjaga dan jaringannya tetap berfungsi dengan baik. Stroke dan penyakit jantung merupakan penyakit kardiovaskular utama.

Gejala stroke yang muncul diantaranya kesulitan berbicara, penurunan penglihatan pada satu atau kedua mata, mati rasa atau kelemahan wajah, kesulitan menelan, ketidakmampuan untuk menggerakkan bagian tubuh secara tiba-tiba, serta kehilangan keseimbangan atau kurang koordinasi. Beberapa upaya untuk pengobatan stroke yang dapat dilakukan diantaranya, dengan obat-obatan beberapa obat dapat menghentikan atau bahkan memulihkan kerusakan otak jika diberikan segera setelah stroke muncul, perubahan pola makan dan gaya hidup, serta terapi berbicara.

3) Diabetes

Diabetes merupakan kondisi kesehatan kronis yang mana mempengaruhi bagaimana tubuh mengubah makanan menjadi sumber energi. Kondisi ini membuat sebagian besar makanan akan dipecah menjadi glukosa dan dilepaskan ke aliran darah sehingga menyebabkan kadar gula darah tinggi. Beberapa gejala diabetes yang muncul diantaranya meningkatnya rasa lapar dan haus, luka yang tak kunjung sembuh, sering buang air kecil, pandangan kabur, dan mengalami kelelahan yang ekstrim. Gejala lain akan dirasakan tergantung pada tipe diabetes yang dialami.

Perawatan yang dapat dilakukan untuk penderita diabetes ialah dengan menurunkan berat badan serta mengonsumsi makanan sehat rendah gula. Meminum obat sesuai dengan kebutuhan untuk mengontrol kadar gula darah.²⁹

4) Hipertensi

Hipertensi ditandai dengan tekanan darah yang tinggi dan sudah melebihi batas normal. Tetapi, tekanan darah akan berubah berdasarkan aktivitas yang dilakukan sepanjang hari. Jika tekanan darah semakin tinggi, maka semakin besar pula risiko untuk terserang penyakit lainnya seperti serangan jantung dan stroke.

Beberapa gejala yang biasanya muncul adalah mimisan, sakit kepala, kelelahan atau kebingungan, sulit bernapas, sakit dada, detak jantung yang tidak teratur, hingga ditemukannya darah dalam urin. Rutin melakukan pengecekan tekanan darah adalah salah satu upaya pencegahan. Selain itu, hipertensi juga dapat ditangani dengan pemberian obat-obatan yang berfungsi untuk menurunkan tekanan darah.

b) Penyakit tidak kronis

Penyakit tidak kronis ialah penyakit yang bisa disembuhkan dan tidak berlangsung lama serta tidak berbahaya. Penyakit tidak kronis akan membaik dan sembuh baik dengan sendirinya maupun dengan bantuan obat. Biasanya sering dijumpai pada kehidupan sehari-hari, misalnya seperti dire, flu, batuk, pusing, masuk angin dan lain-lain.

b. Penyakit Psikis

1) Pengertian

Gangguan jiwa merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami gangguan dalam berfikir (*cognitive*), emosi (*affective*), kemauan (*volition*), dan tindakan (*psychomotor*). Keadaan tersebut merupakan keadaan yang

²⁹Ilma Lidia, "Jenis-Jenis Penyakit Kronis, Gejala, Dan Pengobatannya", lifepack.id, diakses pada tanggal 27 Desember 2022, <https://lifepack.id/jenis-jenis-penyakit-kronis-gejala-dan-pengobatannya/#:~:text=Definisi%20penyakit%20kronis%20menurut%20WHO,%2C%20Ofisiologis%2C%20lingkungan%20dan%20perilaku.>

tidak normal baik fisik maupu psikis. Stuart & Sundeen 1998 menyatakan bahwa gangguan jiwa merupakan suatu masalah kesehatan yang menyebabkan ketidakmampuan psikologis atau perilaku yang ditimbulkan akibat dari gangguan pada fungsi psikologis, sosial, biologis, genetik, dan fisik/kimiawi. Sedangkan gangguan jiwa menurut Aula adalah suatu keadaan dimana individu mengalami kesulitan dengan persepsinya terhadap kehidupan, kesulitan dalam menjalin hubungan atau berinteraksi dengan orang lain, serta kesulitan dalam menentukan sikap bagi dirinya sendiri. Menurut UU Nomor 18 (2014) orang dengan gangguan jiwa atau ODGJ adalah individu yang mengalami gangguan pikiran, perasaan dan perilakunya yang dimanifestasikan dengan bentuk gejala atau perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menyebabkan penderitaan serta hambatan dalam menjalankan fungsinya sebagai manusia. Menurut Yoseph, gejala dari ketidaknormalan yang muncul ialah, ketegangan, rasa putus asa dan murung, gelisah, cemas, takut, hysteria, lemah, perbuatan – perbuatan yang terpaksa, tidak dapat mencapai tujuan, serta pemikiran yang buruk.³⁰ World Health Organization (WHO) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan bahwa gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat berujung pada depresi dan akan menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung.³¹

2) Jenis-jenis

a) Kecemasan

Kecemasan yang dialami manusia modern bersumber dari hilangnya makna hidup. Sebagaimana fitrah manusia memiliki kebutuhan akan makna hidup. Makna hidup dimiliki seseorang ketika ia memiliki kejujuran dan merasa hidupnya dibutuhkan oleh orang lain dan telah mengerjakan sesuatu yang bermakna bagi orang lain. Sebagai contoh para pejuang yang memiliki dedikasi tinggi untuk apa yang ia perjuangkannya, ia sanggup berkorban, bahkan korban jiwa sekalipun. Meskipun yang dilakukan pejuang itu untuk kepentingan

³⁰Suparyanto dan Rosad (2015, 'Pemberdayaan Pada Penderita Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren Nurussalam Demak Jawa Tengah', Suparyanto Dan Rosad (2015, 5.3 (2020), 248–53.

³¹Rosita.

orang lain, tetapi dorongan untuk berjuang lahir dari diri sendiri bukan untuk memuaskan orang lain. Adapun manusia modern justru tidak memiliki makna hidup, karena mereka tidak memiliki prinsip hidup. Segala yang dilakukannya adalah mengikuti tren serta mengikuti tuntutan social. Sehingga ia diperbudak untuk melayani perubahan tersebut. Karena merasa hidupnya tidak bermakna, tidak ada dedikasi dalam perbuatannya, maka ia dilanda kegelisahan dan kecemasan yang berkepanjangan.³²

b) Stress

Stres merupakan reaksi tubuh manakala individu menghadapi tekanan, ancaman, atau suatu perubahan. Biasanya individu mengalami stress ketika tuntutan yang diberikan padanya lebih besar dari kemampuannya untuk mengatasi hal tersebut. Stres merupakan reaksi yang wajar dialami semua orang dari waktu ke waktu ketika dihadapkan pada situasi yang membuat mereka merasa tertekan. Stres dibagi menjadi dua jenis, yaitu stres eksternal dan internal. Stres eksternal ialah stres yang bersumber dari lingkungan sekitar, seperti trauma, pengalaman hidup, dan atau masalah sehari-hari. Sedangkan stres internal ialah stres yang sumbernya berasal dari dalam diri individu sendiri dan merupakan jenis stres yang paling umum.

c) Depresi

Depresi ialah gangguan suasana hati yang menyebabkan penderitanya merasakan sedih secara terus menerus. Berbeda dengan kesedihan biasa yang berlangsung selama beberapa hari, perasaan sedih pada depresi bisa berlangsung hingga berminggu Minggu atau berbulan bulan bahkan ada yang sampai bertahun-tahun.

d) Skizofrenia

Skizofrenia adalah gangguan mental yang menimbulkan halusinasi, delusi serta kekacauan berpikir dan berperilaku. Skizofrenia membuat penderitanya tidak bisa membedakan mana yang kenyataan dan mana yang pikirannya sendiri.

e) Gangguan kepribadian ambang

³²Ali Imron, 'Tasawuf Dan Problem Psikologi Modern', *Jurnal Pemikiran Keislaman*, 29.1 (2018), 23–35 <<https://doi.org/10.33367/tribakti.v29i1.561>>.

ambang atau *borderline personality disorder* merupakan suatu kondisi kronis yang ditandai dengan adanya ketidakstabilan suasana hati, perilaku, serta citra diri. Pengidap gangguan *borderline personality disorder* juga mengalami kesulitan dalam melakukan hubungan interpersonal, rentan melukai diri sendiri, dan berpotensi melakukan upaya bunuh diri. Ketidakstabilan ini sering mengganggu kehidupan keluarga, pekerjaan, perencanaan jangka panjang, dan rasa identitas individu.³³ Orang dengan gangguan ini awalnya dianggap berada di “perbatasan” antara psikosis dan neurosis, karena kesulitan dengan regulasi emosi. Pengidap gangguan kepribadian ambang sering kali membutuhkan layanan kesehatan mental yang ekstensif, dan mencakup 20 persen rawat inap psikiatri. Namun, dengan bantuan ahlinya, mayoritas orang yang mengidap kondisi ini bisa menjadi stabil dan menjalani kehidupan yang produktif.

f) Psikosomatik

Menurut Atkinson, psikosomatik berasal dari bahasa Yunani *psyche* berarti jiwa dan *Soma* yang berarti badan. Kartini Kartono (1986) mendefinisikan psikosomatis sebagai bentuk macam-macam penyakit fisik yang timbul akibat dari konflik psikis serta kecemasan kronis. Wika & Yusleny menyebutkan psikosomatis ialah gangguan fisik yang disebabkan faktor kejiwaan dan sosial emosi yang menumpuk serta dapat menimbulkan guncangan dalam diri seseorang.³⁴

Gangguan ini menggambarkan interaksi erat antara jiwa dan badan. Psikosomatik adalah gangguan fisik yang disebabkan oleh faktor-faktor kejiwaan dan sosial. Ketika emosi seseorang menumpuk dan memuncak maka hal itu dapat memicu terjadinya guncangan dan kekacauan dalam dirinya. Umumnya, penderita psikosomatik selalu mengeluh, jantung berdebar, merasa tidak enak badan, merasa lemah serta kesulitan konsentrasi. Sindrom, trauma, stress, ketergantungan pada obat penenang atau alcohol atau bahkan narkotika atau

³³Rizal Fadli, “kesehatan mental”, halodoc, diakses pada tanggal 27 Desember 2022, <https://www.halodoc.com/kesehatan/kesehatan-mental>

³⁴Nurkholis, ‘Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap Psikologi Dan Pendidikan Serta Kebijakan Pemerintah’, *Pgsd*, 6.1 (2020), 39–49 <<https://e-journal.umc.ac.id/index.php/JPS>>.

perilaku menyimpang merupakan perwujudan dari bentuk psikosomatis.³⁵

3) Pengobatan

a) Terapi perilaku kognitif

Terapi perilaku kognitif ialah jenis psikoterapi yang bertujuan untuk mengubah pola pikir serta respons pasien yang awalnya negatif menjadi positif. Terapi ini menjadi pilihan utama untuk mengatasi gangguan mental seperti gangguan kecemasan, gangguan bipolar, depresi, skizofrenia, serta gangguan tidur. Pada banyak kasus, dokter akan mengombinasikan terapi perilaku kognitif dan obat-obatan, agar pengobatan menjadi lebih efektif.

b) Obat-obatan

Untuk meredakan gejala yang dialami pasien dan meningkatkan efektifitas psikoterapi, dokter akan meresepkan obat-obatan yang sesuai dengan kebutuhan.³⁶

c) Perubahan gaya hidup

mengurangi asupan gula dalam makanan, membatasi konsumsi minuman berkafein, memperbanyak makan buah dan sayur, makan cemilan dengan sedikit karbohidrat sebelum tidur, tidur dan bangun di jam yang sama setiap hari, mengelola stres dengan baik, melakukan olahraga secara rutin, berhenti merokok dan mengonsumsi minuman beralkohol.

B. Penelitian Terdahulu

Dalam kajian terdahulu, penulis menemukan beberapa literatur dengan tema yang menunjang penelitian yang dituliskan oleh penulis, diantaranya:

1. Penelitian oleh skripsi Sagita Putri Murtanti (1630310016), dalam penelitian dengan judul relevansi ajaran tasawuf dengan suwuk tradisional bobok jowo sebagai terapi penyembuhan skizofrenia di Pondok Pesantren Darul Kailani Adhiya' Ullami' Tawangharjo Grobogan. Penelitian ini membahas tentang suwuk tradisional bobok jowo yang digunakan sebagai penyembuhan, yang mana tema ini sama dengan tema yang dibahas oleh penulis yaitu relevansi tasawuf dengan pengobatan tradisional suwuk yang digunakan sebagai pengobatan. Hasil dari penelitian ini adalah

³⁵Rizal Fadli, "kesehatan mental", halodoc, diakses pada tanggal 27 Desember 2022, <https://www.halodoc.com/kesehatan/kesehatan-mental>.

³⁶Pittara "kesehatan mental", alodokter, 20 April 2022, <https://www.alodokter.com/kesehatan-mental>

tasawuf dan suwuk bobok jowo yang berhubungan erat. Hal ini karena bertasawuf sendiri memiliki sifat menyembuhkan dan menyehatkan seseorang karena Allah serta di imbangi dengan ikhtiar berupa meminum obat berupa suwuk tradisional bobok jowo. Perbedaan dari keduanya terletak pada penyakit yang di obati, penelitian penulis lebih fokus pada pengobatan penyakit fisik dan psikis serta tidak hanya berfokus pada satu penyembuhan penyakit.³⁷

2. Penelitian artikel jurnal dengan judul Tasawuf dan Penyembuhan: Studi atas Air Manaqibdan Tradisi Pengobatan Jamaah Aolia, Panggang, Gunung Kidul, Yogyakarta oleh Ida Novianti dan Arif Hidayat, membahas tentang air manaqib yang digunakan sebagai penyembuhan berbagai penyakit yang mana air manaqib ini sebelumnya dibacakan doa-doa dan dzikir oleh jamaah Aolia. Metode ini sama dengan pengobatan suwuk yang diteliti oleh penulis. Hasil dari penelitian ini adalah jamaah aolia panggang yang percaya bahwa air manaqib mengandung doa. Perbedaan keduanya terletak pada fokus pembahasan penulis yaitu relevansi tasawuf dengan suwuk sebagai pengobatan penyakit fisik dan psikis.³⁸
3. Penelitian artikel jurnal dengan judul psikologi sufi: tasawuf sebagai terapi oleh M. Agus Wahyudi membahas psikologi sufi atau tasawuf yang digunakan sebagai terapi baik untuk penyakit fisik maupun psikologis. Hasil dari penelitian ini adalah adanya keterkaitan antara pikiran, hati serta badan dalam Kesehatan manusia, sehingga dalam hal pengobatan pun juga berkaitan. Dalam hal ini tasawuf digunakan sebagai terapi dalam psikologi. Tema ini sejalan dengan tema penelitian penulis yaitu penyembuhan atau pengobatan. Perbedaan keduanya ada pada metode terapinya, jika pada penelitian ini yang digunakan adalah terapi sufistik atau tasawufnya, pada penelitian penulis adalah *suwuk* yang berelevansi dengan tasawuf.³⁹

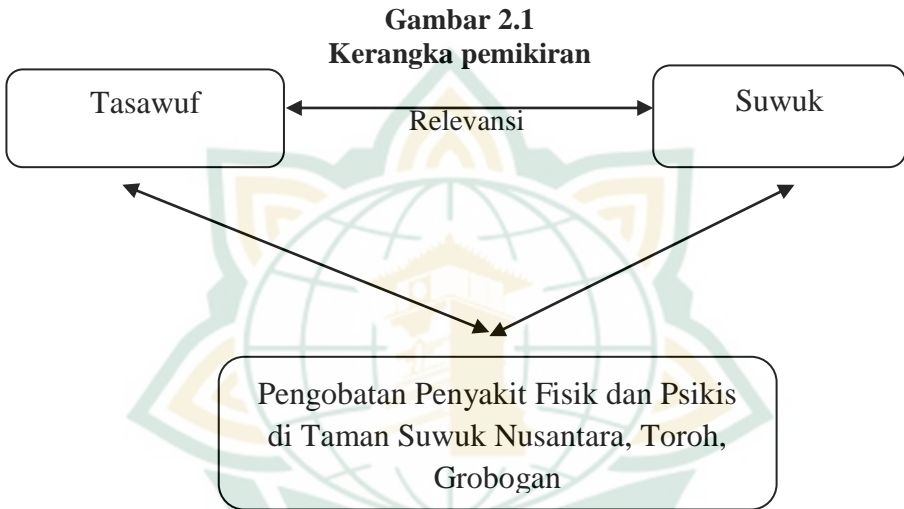
³⁷Mutanti and Sagita Putri, 'Relevansi Ajaran Tasawuf Dengan Suwuk Tradisional Bobok Jowo Sebagai Terapi Penyembuhan Skizofrenia Di Pondok Pesantren Darul Kailani Adhiya' Ullami' Tawangharjo Grobogan', *IAIN Kudus*, 2020, 7–8 <<http://repository.iainkudus.ac.id/3615/%0Ahttp://repository.iainkudus.ac.id/3615/7/7>. BAB IV.pdf>.

³⁸Ida Novianti and Arif Hidayat, 'Tasawuf Dan Penyembuhan : Studi Atas Air Manaqib', 2020, 151–70.

³⁹M. Agus Wahyudi, 'Psikologi Sufi: Tasawuf Sebagai Terapi', *Esoterik: Jurnal Akhlak Dan Tasawuf Ahlak Dan Tasawuf*, 2018, 387–97 <<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/esoterik/article/view/3582/pdf>>.

C. Kerangka Berpikir

Untuk mempermudah pemahaman penelitian dengan judul relevansi tasawuf dengan suwuk sebagai pengobatan penyakit fisik dan psikis di taman suwuk nusantara, toroh, grobogan, peneliti akan menyederhanakan pemikiran dalam bentuk skema.



Tasawuf merupakan ilmu untuk menyucikan hati, pikiran, serta perilaku agar senantiasa dekat dengan Allah SWT. Kedekatan dengan Allah akan membawa ketenangan serta ke ridhaan akan takdir-Nya. Suwuk merupakan pengobatan tradisional dengan do'a. Penyakit fisik ialah adanya gangguan pada sistem dalam tubuh individu yang mempengaruhi proses kinerja sistem. Penyakit fisik dapat disebabkan oleh virus, bakteri, malfungsi sistem serta gangguan psikisnya. Penyakit psikis ialah individu yang mengalami gangguan pikiran, perasaan dan perilakunya yang dimanifestasikan dengan bentuk gejala atau perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menyebabkan penderitaan serta hambatan dalam menjalankan fungsinya sebagai manusia.

Pengobatan suwuk untuk penyakit baik fisik maupun psikis di Taman Suwuk Nusantara memiliki relevansi dengan tasawuf. Dalam proses pengobatan suwuk klien selalu diarahkan untuk senantiasa berdzikir serta berdo'a memohon kesembuhan kepada Allah SWT agar klien yakin bahwa yang member kesembuhan hanyalah Allah SWT dan ridha akan takdir Allah SWT.