

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Obyek Penelitian

1. Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Di Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Tuban

Pondok Pesantren merupakan sebuah lembaga pendidikan berbasis islam tertua di Indonesia, tumbuh dan berkembang secara mandiri di kalangan umat islam. Di dalamnya, pendidikan didasarkan pada penggunaan kitab kuning dan bernuansa tradisional atau salaf. Pesantren sering dianggap sebagai pendidikan spiritual, yang mana menekankan nilai-nilai keagamaan, kesederhanaan, kemandirian, keikhlasan serta pengendalian diri. Pendidikan pesantren tidak mengajarkan untuk mengejar kekuasaan dunia, tetapi mengajarkan umat untuk mendekatkan diri kepada sang pencipta.

Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an merupakan lembaga pendidikan Islam yang berdiri di tengah-tengah Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Kabupaten Tuban. Sejarah panjangnya membawa kita pada akar-akar keilmuan Islam terdahulu yang berkembang di wilayah ini. Pendirian Pondok Pesantren ini bermula dari semangat para ulama sesepuh dan tokoh masyarakat setempat yang peduli terhadap pendidikan agama. Pada awalnya, desa Klutuk merupakan pusat kegiatan keagamaan yang hanya berfokus pada pengajaran Al-Qur'an secara sederhana di rumah-rumah para Kyai yang mengajarkan pembelajaran al-Qur'an. Namun, seiring berjalannya waktu dan semakin berkembangnya zaman serta kebutuhan akan pendidikan Islam yang lebih terstruktur, masyarakat setempat bersama para Kyai memutuskan untuk mendirikan sebuah Pondok Pesantren yang menjadi wadah bagi generasi muda untuk belajar agama secara mendalam.¹

¹ Hasil wawancara dengan Ibu Nyai Abidatul Munawwaroh (pengasuh Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an) 21 Januari 2024

Pada 15 April 2021, Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an yang berdiri di Desa Klutuk Kecamatan Tambakboyo Tuban, secara resmi didirikan oleh KH. Abdullah Zahid, dan diasuh langsung oleh putri beliau yakni Ibu Abidatul Munawwaroh. Sejak itu, Karena adanya amanat diberikannya santri yang bertambah banyak dan yang awalnya hanya belajar mengaji dan hafalan lalu pulang, dan seiring berjalannya waktu banyak santri yang bermukim di Pondok Pesantren, yang mana awalnya para santri hanya ditempatkan di rumah pengasuh, lalu seiring berjalannya waktu dan santri mukim semakin banyak maka dari itu pengasuh mulai mendirikan Pondok Pesantren. Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an terus menghasilkan generasi-generasi pemimpin yang berkualitas dan berintegritas. Keberadaannya tidak hanya menjadi tempat belajar, tetapi juga pusat pengembangan dan penyebaran nilai-nilai keislaman yang membentuk karakter dan moralitas yang tinggi bagi para santrinya.

Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an di Desa Klutuk kemudian tumbuh dan berkembang menjadi pusat pendidikan Islam yang terkemuka. Para kyai dan ustadzah yang mengajar di Pondok Pesantren ini dikenal akan keilmuan dan keteladanan mereka dalam membimbing para santri yang berada di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an. Mereka tidak hanya mengajarkan ajaran-ajaran agama, tetapi juga membekali para santri dengan keterampilan dan nilai-nilai yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Disamping itu, Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an juga berperan aktif dalam berbagai aktivitas sosial dan keagamaan di masyarakat setempat. Mereka rutin mengadakan pengajian, kajian kitab, serta berbagai kegiatan dakwah lainnya yang bertujuan untuk menyebarkan nilai-nilai Islam yang damai dan toleran. Keberadaan Pondok Pesantren ini juga menjadi salah satu faktor yang signifikan dalam memelihara integritas dan keberlangsungan tradisi Islam di Tuban.

Selanjutnya, Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an yang terletak di Desa Klutuk terus berkembang pesat

seiring berjalannya waktu dan juga perubahan zaman. Dengan memanfaatkan teknologi dan metode pengajaran yang modern, Pondok Pesantren ini tetap relevan dan mampu menarik minat generasi muda untuk belajar agama. Para kyai dan ustadzah yang mengajar di Pondok Pesantren ini terus berupaya meningkatkan kualitas pendidikan dan pengajaran terhadap santri agar sesuai dengan tuntutan zaman serta dapat bersaing dengan lembaga pendidikan lainnya.²

Dalam kurun waktu yang panjang sejak berdirinya, Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an telah melahirkan banyak santri-santri yang berkompeten dalam bidangnya dan yang mampu berkontribusi dalam berbagai bidang, baik sebagai ulama, cendekiawan, maupun pemimpin masyarakat. Keberadaan Pondok Pesantren ini telah memberikan dampak positif yang sangat besar bagi perkembangan sosial, budaya, dan agama di wilayah Desa Klutuk dan sekitarnya. Dengan mempertahankan tradisi keilmuan Islam yang kokoh dan terus beradaptasi dengan perkembangan zaman, Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an di Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Kabupaten Tuban tetap menjadi salah satu lembaga pendidikan Islam di Indonesia.

2. Visi dan Misi di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Tuban

Adapun visi dan misi yang ada di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Kabupaten Tuban adalah sebagai berikut :

a. Visi

Terwujudnya insan yang Qur'ani, 'amali, dan berakhlakul karimah serta mampu berdedikasi tinggi dalam menjunjung agama islam dan negara.

b. Misi

- 1) Menyiapkan pesertas didik yang berakhlakul karimah dan hafidz al-Qur'an.

² Hasil Wawancara dengan Ibu Nyai Abidatul Munawwaroh pada tanggal 21 Januari 2024

- 2) Menyelenggarakan dan melestarikan serta mengembangkan Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an
- 3) Menyelenggarakan majlis ta'lim dan dzikir serta kegiatan sosial keagamaan lainnya.

3. Kegiatan di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Tuban

Kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an dimulai dari bangun tidur yaitu pada pukul 03.00 hingga kembali tidur pada malam hari pada pukul 22.30 yakni sebagai berikut:

Kegiatan dimulai pada pukul 03.30 dini hari santri mulai bangun persiapan sholat sunnah tahajjud dan setelah itu melakukan persiapan sholat shubuh berjamaah di mushollah Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an dengan diimami oleh KH. Abdullah Zahid. Setelah melaksanakan sholat shubuh berjamaah santri membaca wirid Ratib al-Athos pada hari jum'at yang dipimpin langsung oleh KH. Abdullah Zahid di aula Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an dengan cara duduk melingkar. Setelah itu, semua santri melakukan berbagai persiapan sebelum berangkat ke sekolah pada pukul 06.50. kemudian pada pukul 15.00 santri melaksanakan jamaah sholat asyar dan setelah itu para santri melakukan murojaah hafalan al-qur'an secara mandiri. Pada jam 17.50 santri berangkat jamaah maghrib dan setelahnya dilanjutkan dengan setoran hafalan Qur'an dengan Ibu Nyai Abidatul Munawwaroh sampai tiba waktu Isya', lalu dilanjut dengan sholat isya' berjamaah yang di imami oleh KH. Abdullah Zahid. Pada pukul 20.00 para santri bersiap untuk kegiatan malam yakni belajar pelajaran formal dan juga hafalan al-qur'an sampai pukul 22.00 untuk disetorkan ke Ibu Nyai Abidah Munawwaroh pada esok harinya. Lalu kemudian santri tidur pada pukul 22.30 setelah rangkaian kegiatan dari bangun tidur hingga tidur lagi selesai.³

³ Hasil Wawancara dengan Ibu Nyai Abidatul Munawwaroh pada tanggal 21 Januari 2024

Tabel 4.1
Jadwal Kegiatan Sehari-hari
Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an

Jam	Jenis Kegiatan
03.30	Sholat Sunnah Tahajjud
04.25	Jamaah Sholat Shubuh dan Dzikir rutin
06.50	Sekolah Formal
13.30	Ishoma/muroja'ah
15.30	Jamaah asyar dan pembacaan Dzikir
16.30	Jam istirahat dan makan sore
18.00	Jamaah Maghrib dan Setoran Hafalan Al-Qur'an
20.00	Belajar dan Hafalan Mandiri
21.30	Qiyamul Lail
22.30	Tidur

4. Dzikir Ratib al-Athos di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Tuban

Dzikir Ratib al-Athos adalah praktik dzikir yang dilakukan secara rutin di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an di Desa Klutuk, Tuban. Praktik ini memiliki sejarah panjang dan merupakan bagian integral dari kehidupan keagamaan di Pondok Pesantren tersebut. Dzikir Ratib al-Athos biasanya dilakukan pada jum'at pagi hari, setelah shalat Shubuh, sebagai salah satu bentuk ibadah dan spiritualitas yang mendalam bagi para santri.

Penggunaan dzikir Ratib al-Athos di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an diwarisi dari tradisi pesantren yang kental dengan nilai-nilai tasawuf dan penghayatan terhadap dzikir. Ratib al-Athos sendiri merupakan kumpulan dzikir-dzikir yang dipraktikkan oleh para tokoh sufi terkemuka, terutama di kalangan tarekat Naqsyabandiyah. Dzikir-dzikir tersebut terdiri dari pujian-pujian kepada Allah SWT, shalawat kepada Nabi Muhammad SAW, serta zikir-zikir pengingat keesaan Allah SWT.

Pelaksanaan dzikir Ratib al-Athos di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an dipimpin oleh seorang kyai

atau ustadz yang memimpin barisan santri dan jamaah lainnya. Mereka berkumpul bersama di dalam aula Pondok atau musholah, membentuk lingkaran, dan mulai melantunkan dzikir secara bersama-sama. Suasana dzikir Rotib al-Athos ini penuh khidmat dan sangat khusyuk, diiringi dengan nada baca suara yang merdu dan gerakan tubuh yang tenang.⁴

Praktik dzikir Ratib al-Athos tidak hanya membawa manfaat spiritual bagi orang yang mengamalkannya, tetapi juga memperkuat ikatan sosial antara sesama santri dan lingkungan sekitar. Melalui dzikir Ratib al-Athos, Pondok Pesantren ini menjadi pusat kegiatan keagamaan yang memperkokoh solidaritas dan persaudaraan di antara para pengikutnya. Melalui pengulangan dzikir yang teratur, para santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an dapat merasakan kedekatan yang lebih dalam dengan Sang Pencipta dan memperoleh ketenangan jiwa.

Selain itu, dzikir Ratib al-Athos juga dianggap sebagai sarana untuk membersihkan hati dari segala macam penyakit spiritual, seperti rasa dengki, iri hati, dan kebencian. Praktik ini mengajarkan untuk mengalihkan fokus dari hal-hal duniawi menuju kekhidmatan kepada Allah SWT, sehingga membantu para santri untuk memperbaiki akhlak dan karakter mereka.

Saat melaksanakan dzikir Ratib al-Athos, santri diberi kesempatan untuk merenungkan makna ayat-ayat Al-Qur'an dan hadits-hadits Nabi Muhammad SAW yang dibacakan. Hal ini tidak hanya meningkatkan pemahaman keagamaan mereka, tetapi juga memperkuat keimanan dan keyakinan dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Selain manfaat spiritualnya, praktik dzikir Ratib al-Athos juga memiliki dampak positif pada kesehatan mental dan emosional. Melalui dzikir ini, santri dapat mengurangi stres, kecemasan, dan beban pikiran yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari.⁵

⁴ Hasil Observasi di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Tambakboyo Tuban pada tanggal 5 Januari 2024

⁵ Hasil Observasi dengan Santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Tambakboyo Tuban pada tanggal 5 Januari 2024

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Pelaksanaan Dzikir Rotib al-Athos pada Santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Kabupaten Tuban

Sebelum melakukan penelitian penulis melakukan observasi terlebih dahulu di Pondok pesantren Manba'ul Qur'an pada tanggal 05 Januari 2024. Kemudian pada tanggal 21 Januari 2024 penulis melakukan penelitian dan pengambilan data kepada informan yakni, pengasuh dan santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an.

Ibu Nyai Abidatul Munawwaroh ia adalah pengasuh di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an menjelaskan tujuan adanya rutinan Ratib al-Athos sangatlah penting. Berikut adalah tema-tema hasil wawancara dengan narasumber.

"Setiap hari jum'at pagi setelah sholat shubuh seluruh santri membaca dzikir ratib al-Athos yang di pimpin oleh KH. Abdullah Zahid. Tidak hanya di hari jumat pagi saja tapi ada hari tertentu yakni setiap malam Jumat Wage, kami melaksanakan dzikir Ratib al-Athos setelah sholat hajat berjamaah. Ini adalah praktik yang kami lakukan secara konsisten di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an."⁶

Berdasarkan hasil wawancara dengan narasumber yakni pengasuh Pondok Pesantren yaitu ibu Nyai Abidatul Munawwaroh dari Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, dapat disimpulkan bahwa praktik dzikir Ratib al-Athos memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan keagamaan dan spiritualitas para santri. Dari kutipan wawancara, terlihat bahwa pelaksanaan dzikir ini tidak hanya terbatas pada hari Jumat setelah sholat Subuh, tetapi juga dilakukan secara khusus pada malam Jumat Wage setelah sholat hajat berjamaah. Hal ini menunjukkan bahwa praktik dzikir ini dilaksanakan

⁶ Hasil wawancara dengan Ibu Nyai Abidatul Munawwaroh pada tanggal 21 Januari 2024

secara rutin dan konsisten sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari di Pondok Pesantren.

"Kami memilih dzikir Ratib al-Athos karena KH. Abdullah Zahid telah mengistiqomahkan praktik ini sejak sebelum berdirinya pondok pesantren. Kami mengikuti jejak beliau dalam memelihara aqidah santri. Motivasi kami dalam memilih dzikir Ratib al-Athos adalah untuk mendapatkan berkah dari waliyullah Habib Umar al-Athos. Kami berharap praktik ini membawa manfaat spiritual bagi kami sebagai santri".

Kemudian, motivasi dalam memilih dzikir Ratib al-Athos didasarkan pada pengistiqomahan praktik ini oleh KH. Abdullah Zahid, yang dipandang sebagai sosok yang memiliki otoritas dalam hal keagamaan di pondok pesantren. Selain itu, harapan akan mendapatkan berkah dari waliyullah Habib Umar al-Athos menjadi faktor motivasi yang kuat bagi para santri dalam melaksanakan dzikir ini.

"Dalam pandangan saya, ada hubungan yang kuat antara dzikir Ratib al-Athos dan kesejahteraan psikologis sebagai santri. Dengan merenungkan doa, wirid, dan kalimat thoyyibah dalam dzikir ini, kami merasakan ketenangan jiwa dan hati. "

Manfaat praktik dzikir Ratib al-Athos yang diungkapkan oleh narasumber juga mencakup aspek spiritual dan material. Dzikir ini diharapkan dapat memudahkan segala urusan, menghadirkan keberkahan, dan mempercepat pemenuhan hajat para santri. Hal ini menunjukkan bahwa praktik dzikir tersebut tidak hanya berorientasi pada aspek spiritual, tetapi juga memiliki relevansi dengan kehidupan praktis para santri.

Terakhir, dari kutipan wawancara, terlihat bahwa narasumber menyadari adanya hubungan antara praktik dzikir Ratib al-Athos dengan kesejahteraan psikologis para santri. Dengan merenungkan doa, wirid, dan kalimat yang terkandung dalam dzikir tersebut, para santri merasakan ketenangan jiwa dan hati. Ini menunjukkan bahwa praktik dzikir tidak hanya memberikan manfaat

spiritual, tetapi juga memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis para praktisinya.⁷

Secara keseluruhan, hasil wawancara tersebut menggambarkan bahwa praktik dzikir Ratib al-Athos di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an bukan sekadar ritual keagamaan, tetapi juga merupakan bagian dari kehidupan spiritual dan kesejahteraan psikologis para santri. Praktik ini memiliki kedalaman makna dan memegang peranan penting dalam membentuk karakter dan kepribadian para santri, serta memperkuat ikatan mereka dengan agama dan tradisi keagamaan yang mereka anut.

2. Dampak Dzikir Ratib al-Athos untuk Menumbuhkan Kesejahteraan Santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an

Para santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an memiliki latar belakang yang berbeda-beda. Dzikir Ratib al-Athos memiliki dampak yang sangat baik dalam segi kehidupan dan spiritual santri, sementara itu dengan mengamalkan dzikir diri merasa lebih tenang dari hal apapun. Berikut merupakan identitas umum nrasumber yang berasal dari santri Pondok Pesantren:

Tabel 4.2
Identitas Umum Nrasumber

Narasumber	Jenis Kelamin	Kelas
MD	P	1 MTS
SN	P	3 MTS
RS	P	2 MTS
HH	P	3 MTS
LS	P	3 MTS
CO	P	3 MTS
RN	P	3 MA
DN	P	3 MA
SN	P	2 MA
NA	P	3 MA

⁷ Hasil wawancara dengan Ibu Abidatul Munawwaroh dan Ustadz Ainur Rofiq pada tanggal 21 Januari 2024

Dari daftar narasumber diatas merupakan santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Tuban. Semua santri ini mempunyai latar belakang yang berbeda serta kondisi pengendalian yang berbeda juga. Menurut penuturan informan mengikuti rutinan Ratib al Athos yang untuk mengisi kegiatan di waktu luangnya. Berikut adalah tema-tema hasil wawancara dengan informan.

Santri pertama yang berinisial MD mengungkapkan bahwa dzikir memiliki peran penting dalam menentukan keberlangsungan dan kualitas dari praktik kehidupan sehari-harinya. Jawaban narasumber menunjukkan bahwa KH. Abdullah Zahid adalah sosok yang memiliki otoritas dalam memimpin pembacaan dzikir Ratib al-Athos di Pondok Pesantren tersebut yang menjadi contoh untuk penerapan dzikir tersebut dalam kehidupan sehari-harinya, MD menegaskan bahwa pengaruh dan arahan tersebut menjadi kunci dalam memahami dzikir tersebut.⁸

Santri kedua yang berinisial DN mengungkapkan bahwa konsistensi dalam mengikuti praktik keagamaan dapat mencerminkan komitmen dan kepatuhan terhadap ajaran agama dan tradisi di Pondok Pesantren. Hal tersebut menunjukkan bahwa untuk secara konsisten mengikuti praktik dzikir tersebut, kecuali jika ada halangan tertentu. Hal ini menunjukkan kesadaran dan keinginan narasumber untuk memperdalam hubungannya dengan spiritualitasnya melalui praktik dzikir.⁹

Santri ketiga yang berinisial RS mengungkapkan bahwa pemahaman tentang isi dzikir penting karena dapat mempengaruhi tingkat keterlibatan dan manfaat spiritual yang diperoleh dari praktik dzikir tersebut. Jawaban narasumber menunjukkan yakni dengan memahami secara mendalam isi dari dzikir Ratib al-Athos karena belum pernah mempelajarinya secara langsung. Hal ini dapat mengindikasikan memiliki potensi untuk

⁸ MD, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

⁹ DN, santri Pondok pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

mengembangkan pemahaman dan kedalaman spiritualnya melalui pembelajaran lebih lanjut tentang isi dzikir tersebut.¹⁰

Santri keempat yang berinisial HH mengungkapkan perubahan atau dampak yang dirasakan narasumber setelah terlibat dalam praktik dzikir Ratib al-Athos yakni dapat memengaruhi keadaan emosional atau mental. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada perubahan yang dirasakan, yaitu dari merasa cemas sebelumnya menjadi lebih tenang setelah rutin mengikuti dzikir. Hal ini menegaskan bahwa praktik dzikir memiliki dampak positif dalam mengurangi kecemasan dan memberikan ketenangan.¹¹

Santri kelima yang berinisial LS mengungkapkan adanya manfaat konkret yang dirasakan narasumber dari praktik dzikir Ratib al-Athos. Yakni dampak praktik spiritual tersebut terhadap kehidupan sehari-hari narasumber. Narasumber merasakan manfaat berupa perasaan lebih tenang dan santai setelah membaca dzikir tersebut secara rutin. Hal ini menunjukkan bahwa praktik dzikir tersebut memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis narasumber.¹²

Santri keenam yang berinisial CO yang mengungkapkan bahwa dengan memahami tujuan dari praktik pembacaan dzikir Ratib al-Athos ini penting karena dapat memengaruhi tingkat keterlibatan dan manfaat spiritual yang diperoleh dari praktik dzikir tersebut. Narasumber menyatakan bahwa tujuan pembacaan dzikir Ratib al-Athos adalah untuk membentengi diri dari sesuatu yang tidak baik, menunjukkan pemahaman bahwa praktik dzikir tersebut bertujuan untuk melindungi dan memperkuat iman.¹³

¹⁰ RS, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

¹¹ HH, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

¹² LS, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

¹³ CO, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

Santri ketujuh yang berinisial RN mengungkapkan bahwa praktik membaca dzikir Ratib al-Athos memengaruhi kehidupan pribadi narasumber di luar aspek spiritual, seperti dalam hubungan interpersonal dan kesejahteraan pribadi. Narasumber menyatakan bahwa membaca dzikir Ratib al-Athos dapat membantu menguasai diri menjadi lebih tenang dan tidak cemas lagi, menunjukkan bahwa praktik dzikir tersebut memiliki dampak positif dalam mengelola emosi dan menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari.¹⁴

Santri kedelapan yang berinisial DN mengungkapkan juga bahwa dengan mengevaluasi apakah praktik rutin membaca dzikir Ratib al-Athos telah mempengaruhi sikap dan mental narasumber dalam menghadapi kehidupan sehari-hari dengan lebih positif. Narasumber menyatakan bahwa setelah mengikuti rutinan dzikir tersebut, ia bisa menjalani kegiatan dengan senang hati tanpa beban, menunjukkan bahwa praktik dzikir tersebut membantu narasumber dalam menerima setiap kegiatan dengan sikap yang lebih positif dan lapang dada.¹⁵

Santri kesembilan yang berinisial SN mengungkapkan dengan praktik dzikir Ratib al-Athos telah memengaruhi perasaan bahagia dan rasa ridha terhadap ketentuan Allah dalam kehidupan narasumber. Narasumber menyatakan bahwa setelah rutin melakukan dzikir, dapat merasa lebih bahagia dan selalu bersyukur, menunjukkan bahwa praktik dzikir tersebut membantu meningkatkan perasaan bahagia dan rasa syukur terhadap nikmat Allah.¹⁶

Santri kesepuluh yang berinisial NA mengungkapkan Praktik dzikir Ratib al-Athos telah memengaruhi kualitas hubungan sosial narasumber, khususnya dalam kemampuan untuk merasa nyaman

¹⁴ RN, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

¹⁵ DN, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

¹⁶ SN, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

berinteraksi dengan orang lain. Narasumber menyatakan bahwa setelah rutin membaca dzikir, ia lebih mudah berteman dengan siapa saja, menunjukkan bahwa praktik dzikir tersebut membantu meningkatkan kemampuan sosial dan kenyamanan dalam berinteraksi dengan orang lain. Dampak praktik dzikir Ratib al-Athos terhadap kesejahteraan psikologis narasumber, khususnya dalam hal perasaan damai, ketenangan, dan pengurangan beban pada dirinya. Narasumber menyatakan bahwa jika ia membaca dzikir dengan ikhlas, ia merasa beban yang ia rasakan menjadi lebih ringan daripada sebelumnya, menunjukkan bahwa praktik dzikir tersebut membantu meredakan stres dan memberikan ketenangan jiwa.¹⁷

Oleh karena itu, hasil wawancara tersebut dapat difahami dan menjelaskan bahwa dampak dari dzikir ratib al-athos untuk menumbuhkan kesejahteraan psikologis santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an menunjukkan bahwa dampak dari dzikir ratib al-athos untuk menumbuhkan kesejahteraan psikologis memiliki pengaruh yang sangat baik terhadap kesejahteraan psikologis santri. Setelah mengamalkan dzikir tersebut santri merasa lebih tenang hatinya, lebih dekat dengan Allah, merasa percaya diri ketika berinteraksi dengan orang lain, dapat mengontrol emosi dan lain-lain.

C. Analisis Data Penelitian

1. Analisis Pelaksanaan dzikir ratib al-athos di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an

Dzikir berasal dari bahasa Arab yang berarti mengingat, memperoleh pelajaran dan pemahaman. Dzikir ini merupakan ungkapan (*qauliyah*) dari seorang hamba untuk mengingat Tuhan-Nya dengan membaca bacaan-bacaan tertentu yang mengandung sanjungan-sanjungan terhadap Allah SWT. Dzikir mencakup beragam ruang lingkup yang sangat luas dan segala aktivitas yang dilakukan untuk mengharap pengampunan dan ridho Allah SWT.

¹⁷ NA, santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, wawancara oleh peneliti, pada tanggal 28 Januari 2024

Ratib al-Athos dijelaskan secara rinci di dalam al-Qirthaas, menyatukan semua manfaat yang terdapat di dalamnya, yaitu ayat-ayat al-Qur'an, hadis-hadis Nabi Muhammad SAW, perkataan para Sahabat R.A, pernyataan para ulama dan imam salaf yang dicari oleh para pencari ilmu.¹⁸ Di dalam bacaan Ratib al-Athas, terkandung beberapa faedah-faedah yang besar, dzikir yang agung, ratib yang tidak membutuhkan penjaga, serta manfaat dari asma'ul husna, yang membantu kita mencapai sesuatu yang diharapkan.

Dzikir memiliki beragam bentuk yang bisa kita kenal, seperti dzikir qalby yang dilakukan dengan memfokuskan hati dan pikiran kita untuk mengingat nama Allah SWT, dzikir lisani yang dilakukan dengan mengucapkan kata-kata dzikir sehingga bisa terdengar, dzikir fi'ly yang melibatkan tindakan dengan meninggalkan larangan serta meningkatkan amal sholeh.¹⁹ Berdzikir memiliki berbagai manfaat bagi seseorang yang mengamalkannya. Secara kognitif, zikir mampu memberikan penafsiran yang positif terhadap kehidupan pribadi. Sedangkan secara afektif, dzikir membantu dalam memahami perkembangan emosi dan perasaan sosial seseorang. Terakhir, secara aspek spiritual, dzikir memperkuat kesadaran akan kekuasaan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengasuh Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an, pelaksanaan dzikir Ratib al-Athos merupakan kegiatan yang dijalankan secara teratur dan mendalam. Setiap hari Jumat, setelah pelaksanaan shalat Subuh, seluruh santri Pondok Pesantren berkumpul untuk melaksanakan dzikir ini di bawah bimbingan KH. Abdullah Zahid, yang memegang peranan penting sebagai pemimpin dalam pelaksanaan dzikir tersebut. Selain itu, praktik dzikir ini juga dilakukan pada malam Jumat Wage setelah shalat hajat berjamaah. Dengan demikian, dzikir Ratib al-Athos tidak

¹⁸ Kamila.

¹⁹ Syahdan and Mulkiyah.

hanya menjadi bagian dari rutinitas keagamaan, tetapi juga menjadi momen penting untuk memperkuat ikatan spiritual antara santri dengan Allah SWT.

Adapun teks bacaan ratib al-Athos sesuai dengan yang dimuat dalam kitab Sabiil al-Muhtadin fi Dzikri Ad'iyati Ahli al-Yamiin karangan Sayyid Abdullah bin Alawi bin Hasan al-Athas.²⁰ adalah sebagai berikut:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
 الْفَاتِحَةُ إِلَى حَضْرَةِ النَّبِيِّ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ,
 أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ
 بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ الرَّحْمَنِ
 الرَّحِيمِ مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ اهْدِنَا
 الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ
 الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ²¹
 لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِنْ
 خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ
 هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ
 الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ
 السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ
 عَمَّا يُشْرِكُونَ هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ

²⁰ Rifkiyal.

²¹ 'Surah Al-Fatihah Arab Terjemahan Dan Artinya'.

أَلْحَسَنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ
الْحَكِيمُ

“Andaikata Kami turunkan Qur’an ini di atas gunung, niscaya kamu akan melihatnya tunduk dan terpecah-pecah kerana sangat takut kepada Allah SWT. Dan perumpamaan-perumpamaan itu Kami buat untuk manusia, agar supaya mereka berpikir. Dialah Allah SWT, yang tiada Tuhan kecuali Allah SWT. Yang Maha Mengetahui yang samar dan yang nyata. Dialah Yang Maha Pengasih lagi Penyayang. Dialah Allah SWT yang tiada Tuhan kecuali Dia Raja yang Maha suci, yang Maha sejahtera, yang mengaruniakan keamanan, yang Maha memelihara, Yang Maha Perkasa, Yang Maha Kuasa. Yang memiliki segala keagungan. Maha suci Allah dari segala apa yang mereka sekutukan. Dialah yang menciptakan, Yang mengadakan, Yang membentuk rupa, yang mempunyai nama-nama yang bagus. Bertasbih kepada-Nya apa yang ada dilangit dan dibumi, dan Dialah yang Maha Perkasa dan Maha bijaksana.”

Tujuan dari pembacaan dzikir Ratib al-Athos di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an adalah untuk membentengi aqidah para santri. Dalam pemahaman mereka, praktik ini merupakan sarana untuk melindungi diri dari gangguan rohaniah serta menguatkan keyakinan terhadap ajaran agama Islam. Dalam praktik dzikir ini, santri diajak untuk mendekatkan diri pada Allah SWT dan memohon keberkahan serta perlindungan-Nya. Hal ini tercermin dari kesediaan para santri untuk merasa lebih tenang, bahagia, dan ridha dengan segala ketentuan yang diberikan oleh Allah setelah mengikuti rutinitas dzikir tersebut.

Praktik dzikir Ratib al-Athos juga membawa manfaat yang nyata bagi para santri. Dalam pengalaman mereka, praktik dzikir ini membantu memudahkan segala urusan, mengharapakan keberkahan, serta membuat hajat-hajat mereka terpenuhi dengan lebih cepat. Selain itu, praktik dzikir ini juga memengaruhi kualitas hubungan

sosial para santri. Mereka merasa lebih nyaman bergaul dengan siapapun dan merasa lebih damai serta tenang dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, praktik dzikir Ratib al-Athos bukan hanya menjadi kewajiban keagamaan, tetapi juga menjadi sumber kebahagiaan dan ketenangan bagi para santri Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an di Desa Klutuk ini.

Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an telah menjadi bagian integral dari sejarah dan budaya masyarakat di Desa Klutuk, Kecamatan Tambakboyo, Tuban. Dzikir Ratib al-Athos, sebagai salah satu praktik keagamaan yang dilakukan secara rutin di Pondok Pesantren ini, memiliki akar yang dalam dalam tradisi keagamaan Islam. Pengamalan dzikir ini tidak hanya berasal dari tradisi pesantren lokal, tetapi juga mencerminkan warisan spiritual dan ajaran yang telah dilestarikan dari generasi ke generasi. Dengan demikian, pelaksanaan dzikir Ratib al-Athos di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an tidak hanya merupakan praktik keagamaan, tetapi juga merupakan bagian dari warisan budaya dan sejarah yang kaya.

Praktik dzikir Ratib al-Athos memiliki dampak yang signifikan pada budaya dan atmosfer spiritual di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an. Dengan dilaksanakannya secara rutin dan disiplin, dzikir ini membentuk lingkungan pesantren yang kental dengan aura spiritualitas dan ketenangan. Para santri diarahkan untuk menghayati setiap kalimat dzikir dengan penuh konsentrasi dan khidmat, sehingga menciptakan iklim yang memungkinkan mereka untuk merasakan kedekatan spiritual dengan Allah SWT. Hal ini juga memperkuat ikatan sosial antara sesama santri, karena mereka berbagi pengalaman spiritual yang mendalam melalui praktik dzikir yang sama.

Dzikir Ratib al-Athos tidak hanya menjadi rutinitas keagamaan di Pondok Pesantren, tetapi juga merupakan bagian yang tak terpisahkan dari proses pembentukan identitas keagamaan santri. Melalui pengalaman dzikir ini, santri belajar untuk menguatkan iman dan ketaqwaan mereka kepada Allah SWT, serta memperdalam pemahaman tentang ajaran Islam. Dzikir Ratib al-Athos juga menjadi momen untuk merefleksikan nilai-nilai

keagamaan dalam kehidupan sehari-hari dan menginternalisasikannya dalam praktek kehidupan. Dengan demikian, praktik dzikir ini berperan penting dalam membentuk karakter dan identitas keagamaan santri, yang akan membimbing mereka dalam perjalanan spiritual dan kehidupan mereka di masa depan.

2. Analisis Dampak Dzikir Ratib al-Athos dalam Menumbuhkan Kesejahteraan Psikologis Santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an

Ratib al-Athos disebutkan di dalam al-Qirthaas dengan keterangan yang panjang, menghimpun segala faedah yang di dalamnya terdapat ayat-ayat al-Qur'an, hadis-hadis nabi SAW, ucapan para Sahabat R.A, ucapan-ucapan ulama dan imam salaf yang dibutuhkan oleh para pencari ilmu. Di dalam bacaan Ratibul Attas terdapat beberapa faedah-faedah yang besar, dzikir yang agung, ratib yang tidak membutuhkan penjaga, manfaat asma'ul husna, dengan membacanya kita memperoleh apa yang diinginkan.²²

Dzikir sendiri memiliki beberapa bentuk yang biasa kita lihat, seperti dzikir qalby dengan menggunakan hati dan pikiran kita untuk menyebut nama Allah SWT, dzikir lisani dengan mengucapkan melalui lisan sehingga bisa terdengar, dzikir fi'ly dengan meninggalkan larangan serta memperbanyak amal sholeh. Aktivitas berdzikir mempunyai beberapa manfaat bagi para pengamalnya. Seperti pada aspek kognitif, dzikir mampu memberikan penafsiran yang positif pada kehidupan pribadi para pengamalnya. Aspek afektif yang bisa mengetahui perkembangan emosi serta perasaan sosial seseorang dan terakhir aspek spiritual yang bisa mempengaruhi kesadaran akan kekuasaan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT.

Dampak dari praktik dzikir Ratib al-Athos dalam menumbuhkan kesejahteraan psikologis santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an adalah fenomena yang melampaui sekadar praktik keagamaan ritualistik. Dzikir

²² Avindhy Novianti, 2022, Peran Dzikir Ratibul Attas Terhadap Religiositas Jam'iyah Nurusa'adah Putri Desa Kalisapu, Kecamatan Slawi. Kabupaten Tegal., (Surakarta: UIN Srakarta), Hal.110

bukan sekadar serangkaian kalimat atau doa yang diulang-ulang, tetapi merupakan medium spiritual yang memberikan kedamaian batin dan ketenangan jiwa.²³ Dalam konteks pesantren, dzikir bukan hanya menguatkan hubungan individu dengan Tuhan, tetapi juga memperkuat hubungan sosial di antara sesama santri. Jadi salah satu ciri seorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yaitu seseorang yang memiliki hubungan positif dengan orang lain. Dengan menjalankan praktik dzikir secara kolektif, santri merasakan kehangatan kebersamaan dan rasa persatuan dalam pengabdian kepada-Nya.

Pemahaman mendalam akan makna dzikir membawa mereka melampaui sekadar kata-kata, menuju penghayatan spiritual yang mendalam. Pada saat yang sama, dalam kehidupan yang serba dinamis dan penuh tekanan, praktik dzikir memberikan sebuah rasa ketenangan di tengah-tengah kesibukan dan kegelisahan. Santri yang terlibat secara istiqomah dalam praktik dzikir cenderung menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, dengan mengalami penurunan tingkat stres dan kecemasan, serta peningkatan rasa bahagia dan bersyukur hidup dan penerimaan diri yang baik. Jadi orang yang memiliki ciri kesejahteraan psikologis yaitu seseorang yang bisa menerima dirinya dengan positif yaitu merupakan salah satu dimensi pokok dalam kesehatan mental. Dengan demikian, dzikir Ratib al-Athos tidak hanya menjadi ritual ibadah, tetapi juga menjadi sarana yang kuat untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis individu dalam konteks kehidupan pesantren.

Praktik dzikir Ratib al-Athos juga dapat memengaruhi kualitas hubungan sosial antara santri. Diskusi dapat mencakup bagaimana kebersamaan dalam menjalankan dzikir ini memperkuat ikatan sosial, meningkatkan rasa saling percaya, dan memupuk sikap empati dan kepedulian di antara sesama santri²⁴. Selain itu, pembahasan tentang bagaimana interaksi sosial di luar

²³ Nakamura, Kajiro. dkk. 2020. *Metode Zikir dan Doa Al-Ghazali*. (Bandung: Arasy Mizan). h. 79

²⁴ Yoseph Pedhu. Pedhu.

praktik dzikir juga dapat dipengaruhi oleh nilai-nilai keagamaan yang ditanamkan melalui praktik ini.

Seseorang yang mahir dalam berinteraksi sosial akan menumbuhkan nilai-nilai saling menghormati dan melindungi. Dalam Islam, prinsip ini dikenal sebagai amar ma'ruf nahi munkar, yang merupakan salah satu tanggung jawab kita terhadap orang lain. Salah satu bentuk pelaksanaannya adalah melalui dakwah, yang berarti sebagai upaya untuk mengajak dan mengajarkan ajaran Islam dalam hal kebaikan, dengan harapan bahwa orang-orang yang melakukan dosa dapat bertobat secara bertahap dan mau mengubah perilaku mereka menuju kebaikan, serta menjaga konsistensi dalam melaksanakan amar ma'ruf nahi munkar.

Melalui praktik dzikir Ratib al-Athos, santri juga dapat mengembangkan kemandirian dan kesiapan menghadapi tantangan dalam kehidupan. Diskusi dapat mencakup bagaimana ketenangan jiwa dan kekuatan spiritual yang diperoleh melalui dzikir ini membantu santri dalam menghadapi rintangan dan ujian hidup dengan sikap yang lebih tenang, tegar, dan penuh kesabaran. Jadi seseorang bisa dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis jika dapat berfikir dengan cara tertentu seperti melawan tekanan sosial dan dapat mengevaluasi dirinya sendiri.

Praktik dzikir ini memiliki potensi untuk menjadi alat yang efektif dalam mengurangi stres dan meningkatkan kualitas tidur santri. Dengan memusatkan perhatian pada kalimat-kalimat dzikir dan melibatkan diri secara aktif dalam meditasi spiritual, santri dapat menemukan kedamaian batin dan ketenangan yang membantu mereka tidur dengan lebih nyenyak dan mendapat istirahat yang memadai.

Lebih jauh lagi, praktik dzikir Ratib al-Athos juga dapat berperan sebagai bentuk terapi bagi kesehatan mental. Dengan merenungkan makna dan pesan-pesan yang terkandung dalam dzikir, santri dapat menemukan kesabaran, kedamaian dalam pikiran mereka dan mengurangi kecemasan serta tekanan mental yang mungkin mereka alami sehingga menghasilkan ketenangan jiwa. Jadi salah satu ciri seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yaitu seseorang yang

dapat mengontrol dirinya sesuai dengan kebutuhan dan mampu mengendalikan situasi di kehidupan sehari-hari. Ini menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mental dan membantu santri untuk mengatasi tantangan dan kesulitan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari di pesantren.

Selain itu, praktik dzikir juga memungkinkan santri untuk menemukan kesadaran diri yang lebih dalam dan membantu mereka mengatasi konflik internal yang mungkin muncul. Dengan mengalihkan perhatian dari stres dan kekhawatiran dunia material ke spiritualitas dan keimanan, serta rasa ikhlas santri dapat menemukan ketenangan jiwa yang mendorong kesejahteraan mental yang berkelanjutan. Ketika melakukan zikir Ratibul Attas merasakan adanya perubahan di dalam diri seperti menghilangkan perasaan gelisah, tenang, nyaman dan merasa dilindungi oleh Allah SWT.²⁵ Hal ini menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan pribadi dan perkembangan spiritual santri, yang pada gilirannya berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.²⁶

Dengan demikian, praktik dzikir Ratib al-Athos memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas tidur dan kesehatan mental santri di Pondok Pesantren Manba'ul Qur'an. Dalam konteks yang penuh dengan tuntutan dan tekanan, praktik keagamaan ini memberikan alat yang efektif untuk mengatasi stres, melatih kesabaran dan keikhlasan mengurangi kecemasan, meningkatkan tawakkal kepada Allah dan mencapai kedamaian batin. Sebagai hasilnya, santri dapat merasakan dampak yang jelas, seperti tidur yang lebih tenang, kesehatan mental yang lebih baik, dan peningkatan keseluruhan dalam kesejahteraan holistik. Hal ini membantu untuk memperkuat pemahaman mengenai peran dzikir Ratib al Athos dalam menumbuhkan kesehatan hati dan jiwa serta membentuk pribadi yang baik serta amal perbuatan yang baik

²⁵ Avidhy Novianti, 2022, Peran Dzikir Ratibul Attas Terhadap Religiositas Jam'iyah Nurusa'adah Putri Desa Kalisapu, Kecamatan Slawi. Kabupaten Tegal, (Surakarta: UIN Srakarta), Hal.110

²⁶ Yoseph Pedhu. Pedhu.