

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Objek Penelitian

Pesantren Fafirru Ilallah didirikan oleh Ustad Nur Kamid beserta kakak beliau Ustad Imam Jasri alm. dirintis sejak tahun 1998 dan diresmikan pada tahun 2000. Pondok pesantren Fafirru Ilallah di Desa Sadang Rt 05/Rw 01 kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. Awal mula berdirinya Pondok Fafirru Ilallah ini bermula kakak beradik ustadz imam jasri alm dan adik beliau Nur Kamid yang telah boyong dari mondok.¹

Kyai Nur Kamid merupakan alumni dari Pondok Pesantren Nurullah yang terletak di Dukuh Klaran Desa Madiredo Kecamatan Pujon Kabupaten Malang, beliau ingin mendirikan sebuah pondok untuk mengamalkan ilmu yang didapat dari mondok dengan pengajaran ilmu salafiyah. Sanadnya atau guru beliau adalah Syekh KH. Sirojudin Ilyas Al Arif Billah yang sekarang tinggal di Jakarta.²

Dipondok Fafirru Ilallah terdapat berbagai bangunan seperti tempat tidur santri, Musholla atau aula yang dijadikan sebagai sarana untuk ibadah dan kegiatan pesantren, madrasah dan sebagainya. Pondok Fafirru Ilallah didirikan dengan tujuan untuk kemaslahatan umat, tempat untuk belajar pendidikan agama, memperdalam ilmu agama, mewujudkan ukhuwah Islamiah dan masih mempunyai banyak tujuan lain.³

Kedua kakak beradik ini merupakan salah satu yang sangat disegani di Desa Sadang, karena karomah atau kelebihan yang didapatkannya sehingga dapat menyembuhkan berbagai penyakit fisik maupun psikis, sehingga banyak orang yang datang untuk berobat kepada beliau. Selain datang untuk berobat, dan menimba ilmu agama,

¹ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, hari Jum'at, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

² Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

³ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

banyak orang yang datang untuk berbagai kepentingan seperti contoh mencari solusi dalam permasalahan di kehidupan.⁴

Awal mulanya pondok ini dikelola bersama, namun pada tahun 2014 ustadz Imam Jasri dipanggil oleh Allah SWT, setelah wafatnya usatad Imam Jasri, pondok ini hanya dipimpin oleh Ustadz Nur Kamid. Di Pondok ini terdapat struktur organisasi sebab dikelola secara bersama-sama oleh santri dan masyarakat sekitar. agar berjalan dengan baik maka ustadz atau pemimpin dalam pondok akan lebih dulu melakukan berbagai macam pekerjaan Pondok jika ada kegiatan, jika dirasa membutuhkan bantuan maka ustadz akan meminta tolong kepada santrinya.⁵

Pondok pesantren Fafirru Ilallah termasuk dengan pondok pesantren masyarakat dimana hal ini dapat dilihat dari beberapa bangunan pesantren, Masjid, madrasah, Kyai, Santri, dan kegiatan pondok yang lebih banyak pada tradisi kemasyarakatan. Santri didalamnya merupakan santri kalong, dimana santri di Pondok ini tidak tinggal di Pondok dan hanya mengikuti kegiatan pondok pada waktu-waktu tertentu dan akan kembali lagi kerumah setelah kegiatan selesai. Santri di pondok Fafirru Ilallah ini terdiri dari anak-anak, remaja hingga lansia dengan pengajaran ilmu yang berbeda. Meski kebanyakan santri merupakan santri kalong, namun terdapat beberapa santri yang menetap di pondok.⁶

Kegiatan santri pada anak dimulai dari TPQ dan madrasah diniyah yang dilakukan pada sore hari setelah shalat ashar dan diampu oleh beberapa ustad dan ustadzah, jika santri sudah wisuda maka akan dilanjutkan pengajaran dengan mengaji kitab kuning yang dilakukan pada siang hari jam 2 sampai selesai. Setelah shalat maggrib santri anak hingga remaja akan diajari mengaji membaca Al- Qur'an.⁷

⁴ Observasi di Pondok Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus sejak tahun 2007

⁵ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

⁶ Observasi di Pondok Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus, 25 Agustus 2020

⁷ Observasi di Pondok Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus, 20 September 2020

Pengasuh pesantren di Fafirru Ilallah tidak mempunyai data jumlah santri namun santri diperkirakan sekitar ratusan. Begitu juga dengan jama'ah dzikir, jama'ah dzikir yang rutin untuk mengikuti kegiatan di Pesantren ada 50 orang, diantaranya terdapat 20 santri yang mempunyai gangguan psikologis seperti mengalami stress, kecemasan 2 diantaranya mengalami depresi. Peneliti mengambil sampel 6 orang untuk wawancara terkait manfaat yang didapatkan ketika bedzikir.

Proses penyembuhan gangguan jiwa di Pesantren Fafirru Ilallah berbeda-beda tergantung kejiwaan seseorang. Jika gangguan jiwa yang ada kaitannya dengan jin maka tahapan penyembuhannya menggunakan ruqyah dan dimandikan dilaut pada tengah malam. Jika kejiwaannya disebabkan karena banyak permasalahan seperti melamun atau fikirannya kosong atau karena kebanyakan ilmu tahapan penyembuhannya juga berbeda-beda. Selama pandemi umumnya pasien yang datang itu dengan dengan gangguan kejiwaan tahap ringan seperti kecemasan dan ketakutan. Untuk pasien yang sudah terpapar oleh covid-19, tahapannya penyembuhannya yaitu menggunakan minyak kayu putih yang sudah dikasih do'a dan diminumkan orang yang sakit.⁸

Tahapan awal untuk pasien yang mengalami gangguan kejiwaan ditangani terlebih dahulu oleh kyai Nur Kamid sesuai dengan gangguan kejiwaan yang dialami oleh pasien. Pasien diterapi dalam waktu 2x (dua kali) dalam waktu 1(satu) minggu ada yang lebih, tergantung berat ringannya gangguan kejiwaan.⁹

Dalam proses penyembuhan pasien disuruh untuk berdzikir dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Meyakini bahwa Allah adalah penyembuh dari segala macam penyakit. Selain penanganan dari Kyai aspek terpenting dalam proses penyembuhan yaitu dari diri pasien itu sendiri artinya pasien itu yakin bisa sembuh.¹⁰

⁸ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 16 Mei 2021 wawancara 2, transkrip

⁹ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

¹⁰ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

Pondok Fafirru Ilallah terdapat berbagi kegiatan pengajian rutin seperti manakiban, tahlilan, diba'an, rotiban, istigosah, makwali (ziarah kemakam wali). Pondok Fafirru Ilallah merupakan pondok yang didalamnya terdapat pengamalan dzikir tarekat qadriah wa naqsabandiyah. Santri yang mengikuti dzikir ini dimulai dari orang dewasa hingga manula. Sebelum mengikuti kegiatan dzikir maka santri akan dibaiat terlebih dahulu oleh Mursyid.¹¹

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Dzikir di Pondok Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus

Dalam sebuah kehidupan manusia seringkali dihadapkan dengan sebuah permasalahan, selain permasalahan yang terjadi antar kelompok, ada juga permasalahan dari dalam diri sendiri, dari sekian banyak masalah yang ada pada kehidupan manusia, cara penyelesaian masalah mereka berbeda-beda meskipun permasalahannya sama. Saat ini manusia tengah dihadapkan dengan pandemi covid, pandemi covid ini telah berdampak besar bagi berbagai sektor kehidupan, sehingga menjadikan manusia mengalami gangguan pada kejiwaan salah satunya yaitu stress, cemas dan sebagainya.

Covid menurut dari bebagai ulama disebut dengan penyakit thaun, penyakit thaun sudah ada semenjak pada zaman Nabi Muhammad SAW. Dimana pada zaman itu umat muslim diuji dengan adanya wabah penyakit menular sehingga Nabi Muhammad memerintahkan umatnya untuk tidak memasuki tempat yang terdapat pada wabah penyakit menular tersebut, jika sudah terlanjur berada dalam tempat tersebut maka tidak boleh keluar dan tetap berdiam diri ditempat tersebut.¹²

Covid sering kali dikaitkan dengan usia bumi yang sudah tua atau zaman yang rusak, hal itu ditandai dengan

¹¹ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

¹² Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

maraknya hp yang sudah mulai mengabaikan nilai-nilai kegamaan, hal tersebut baru disadari oleh kyai dimana pada saat masih belajar di Pondok, Guru beliau pernah mengatakan bahwa akan ada zaman yang dapat dijadikan ciri kalau dunia sudah tua.¹³

Zaman itu ditandai dengan adanya orang-orang yang tertawa maupun tersenyum sendiri, jika dikaitkan dengan zaman sekarang dapat dilihat ketika seseorang melihat HP, mereka akan tertawa maupun tersenyum sendiri hanya dengan melihat layar di HP. Jika dilihat hampir semua kalangan menggunakan HP, bahkan hampir tidak bisa lepas dari kehidupan manusia.¹⁴

Pandemi sering disebut dengan pembangkitan Islam yang kedua yang ditandai dengan adanya penyakit yang semakin bertambah banyak. Dalam ajaran agama Islam, covid bisa dihilangkan dan bisa disembuhkan apabila semua orang di bumi ini bisa berdo'a dengan do'a yang sama. Hal itu tentulah hal yang sangat mustahil untuk dilakukan sebab, manusia di bumi ini mempunyai keragaman agama sehingga do'a setiap agama itu berbeda-beda sehingga sulit untuk dilakukan.¹⁵

Dalam islam sendiri berdo'a bersama seperti saat malam rebo wekasan dimana malam tersebut diturunkannya sebuah bala' atau musibah, umat muslim diajak berdo'a masih ada yang mau atau masih melakukan berbagai aktifitas biasa seperti tidak terjadi apa-apa. Minimnya kesadaran umat Islam terhadap kejadian yang saat ini terjadi, sehingga menyulitkan untuk bekerja sama dalam memerangi pandemi. Padahal untuk dapat mempersempit upaya penyebaran covid maka sebaiknya umat Islam dianjurkan untuk berdzikir dan berdo'a bersama.¹⁶

¹³ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

¹⁴ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

¹⁵ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

¹⁶ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, hari Jum'at, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

Pondok Fafirruu Ilallah mempunyai visi dan misi untuk mentarikhkan masyarakat dan masyarakat ikut tariqah, sebab untuk dapat melaksanakan dzikir dengan baik adalah mempunyai guru atau ada sanadnya. Ilmu tanpa guru berarti gurunya syaitan, mencari guru dzikir dimaksudkan agar besok di hari kiamat ada yang mempertanggung jawabkan.¹⁷

Untuk dapat mengikuti tarekat Qadriah Wa Naqsabandiah di Pondok Pesantren Fafirruu Ilallah harus mengikuti pembaiatan. Setelah ada pembaiatan sebenarnya ada tahapan suluk yaitu dimandikan di pocongan seperti orang meninggal selama beberapa hari, namun karena ada kontroversi antara masyarakat sekitar tentang pelaksanaan suluk tersebut membuat masyarakat jika mendengar tarekat justru malah ketakutan dan sering disalahkan sebagai aliran sesat.¹⁸

Sebab itu kyai mempunyai inisiatif untuk tidak melakukan suluk seperti yang dilakukan pada Tarekat Qadriah Wa Naqsabandiyah pada umumnya, tujuannya adalah agar masyarakat sekitar mengikuti tarekat dan dapat berdzikir supaya dzikir yang dilakukan mempunyai guru, meski tidak ada suluk pembaiatan tetap dilakukan. Masyarakat diharapkan agar tidak takut dengan tarekat sehingga dapat berfikir positif bahwa mengikuti tarekat bukanlah sesuatu yang perlu ditakuti dan pengamalan dzikir dalam tarekat bukan hal yang sulit dan pelaksanaannya mudah untuk dilakukan.¹⁹

Dzikir di Pondok Fairruu Ilallah dapat dilakukan secara mandiri maupun berjamaah. Dzikir secara berjama'ah dilaksanakan setiap hari minggu malam senin, sedangkan dzikir mandiri dilakukan setelah melaksanakan

¹⁷ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, hari Jum'at, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

¹⁸ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, hari Jum'at, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

¹⁹ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, hari Jum'at, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

sholat fardhu. Namun dzikir mandiri dapat dilakukan kapanpun tidak harus saat selesai sholat fardhu.²⁰

Dzikir yang digunakan pada Tarekat ini dibedakan menjadi dua jenis yaitu dzikir jahar dan dzikir khafi. Dzikir jahar merupakan dzikir yang cara pelaksanaannya menggunakan lisan dengan mengucapkan mengucapkan kalimat *laa ilaaha illallah* Allah sebanyak 165 kali setelah shoalat fardhu, Sedangkan dzikir khafi dzikir atau yang disebut dengan dzikir imudzat, merupakan dzikir yang dilakkukan dengan samar atau tersembunyi, dzikir adalah melafadkan kalimat *Allahu* lebih mengedepankan perasaan.²¹

Menurut Syekh Abdul Qadir Al Jaelani dzikir khafi mempunyai sebuah keistimewaan yaitu dapat mengabulkan do'a orang yang melakukan dzikir khafi. Saat berdzikir khafi tidak ada satupun yang mengetahuinya, dzikir khafi hanya diketahui oleh Allah, bahkan malaikat sekalipun tidak dapat mengetahuinya.²² Dzikir khafi secara umum disebut dzikir dari dalam hati.

Di Pondok Fafirru Ilallah terdapat dua dzikir yaitu dzikir yang terdapat pada tarekat Qadriah dan tarekat Naqsabandiah, keduanya sama-sama dilakukan hanya cara berdzikirnya mempunyai perbedaan. Cara berdzikir tarekat qadriah yaitu diawali dengan membaca istigfar 3x.

اسْتَغْفِرُ اللّٰهَ الْعَفُوْرَ الرَّحِيْمَ

Membaca sholawat 3x.

اللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّآلِهِ وَسَلَّمَ

Memejamkan mata dan berkontrasi, menundukkan wajah, lalu memulai dzikir dengan menarik kalimat *Laa*

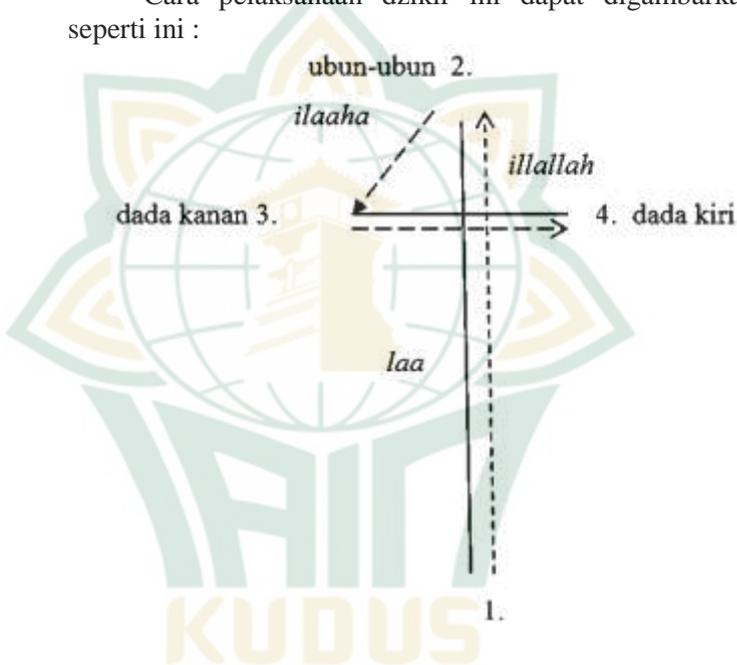
²⁰ Observasi di Pondok Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus, 4 Desember 2020

²¹ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, hari Jum'at, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

²² Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirru Ilallah, wawancara penulis, hari Jum'at, tanggal 26 Maret 2021 wawancara 1, transkrip

dari pusar ke ubun-ubun kemudian diarahkan kedada kanan dengan mengucapkan kalimat *Ilaaha* dan *Illallah* diakhirkan atau ditekankan ke dada kiri atau jantung seolah menekan sesuatu yang ingin keluar ditekan dengan kencang kedalam jantung. Dzikir tarekat Qadriah dilakukan sebanyak 165 kali setelah usai shalat fardhu, jika setiap shalat diamalkan maka dalam satu hari dzikir ini berjumlah 825 dalam satu hari.²³

Cara pelaksanaan dzikir ini dapat digambarkan seperti ini :



Sedangkan cara melakukan dzikir pada tarekat Naqsabandiyah adalah dengan menggunakan detak jantung yang diawali dengan hadarah seperti.....

إِلَىٰ حَضْرَةِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَعَلَىٰ آلِهِ
وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، شَيْئُ اللَّهِ هُمْ أَلْفَا تَحَةً ...

²³ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, wawancara penulis, tanggal 27 Maret 2021 wawancara 2, transkrip

ثُمَّ إِلَىٰ أَرْوَاحِ أَهْلِ السِّلْسِلَةِ الْمَشَائِخِ بَدِ الْقَادِرِ الْجِيَالِيْنَ
 وَسَيِّدِنَا الشَّيْخِ جُنَيْدِ الْبَغْدَادِيِّ شَيْئٌ لِلَّهِ لَهُمُ الْفَاتِحَةُ ...
 ثُمَّ أَرْوَاحِ آبَائِنَا وَأُمَّهَاتِنَا وَكُلِّ كَافَّةِ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ
 وَالْمُؤْمِنَاتِ الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ شَيْئٌ لِلَّهِ لَهُمُ الْفَاتِحَةُ ...
 ثُمَّ جَمِيعِ الْأَسْتَاذِيْنَ وَمَشَائِخِنَا خُصُوصًا ...

Membaca istigfar sebanyak lima kali

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ رَبِّي مِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ

Membaca surat Al Ikhlas sebanyak tiga kali

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ﴿١﴾ اللَّهُ الصَّمَدُ ﴿٢﴾ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ
 ﴿٣﴾ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ﴿٤﴾^{٢٤}

Membaca

أَهْمَّ صَلَّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا
 صَلَّيْتَ عَلَى سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيمَ
 وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ. كَمَا
 بَارَكْتَ عَلَى سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيمَ
 فِي الْعَالَمِينَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ.^{٢٥}

²⁴ Al-Qur'an, Al-Ikhlas Ayat 1-4, Al-Qur'an Dan Terjemahannya (Bandung : Departemen Agama RI, Yayasan Peyelenggara Penerjemah/Penafsir Al-Qur'an, 2009), 604

²⁵ Moh Rifa'i, *Risalah Tuntunan Shalat Lengkap* (Semarang : PT Karya Toha Putra, 2018), 45-46

Cara pelaksanaannya yaitu dengan kepala menunduk miring kekiri dengan mata terpejam, mulut tertutup, lidah dilipat keatas kemudian mulai berdzikir dengan kalimat الله dari dalam hati kemudian membuka tujuh latifah yang ada dalam tubuh diantaranya yaitu latifah qolbi, latifah ruh, latifah sirri, latifah khafi, latifah akhfa, latifah nafs, dan latifah kullu.²⁶

Selama pada masa pandemi berbagai kegiatan di Pondok Fafirruu Ilallah termasuk dzikir secara berjama'ah tetap dilakukan, ketika orang datang ke Masjid untuk shoalat maupun beribadah ke Masjid pasti sudah dalam keadaan suci sebab sudah mandi dan berwud'u terlebih dahulu sebelum memasuki Masjid. Dengan tujuan yang baik seperti melaksanakan sholat, bertaubat meminta ampunan, maupun berdzikir mengingat Allah SWT dengan tujuan untuk beribadah. Jika Masjid ditutup sehingga tidak ada orang yang beribadah maka dunia akan cepat kiamat.²⁷

Hal ini menjadikan perbedaan pendapat antara pemerintah dengan para ulama, antara upaya pemerintah dalam mencegah penularan virus untuk menjaga jarak dan menjahui kerumunan dengan para ulama yang ingin melakukan ibadah berjama'ah di Masjid. Untuk mengatasi konflik tersebut di Pondok Fafirruu Ilallah tetap mengadakan acara keagamaan secara berjama'ah dengan menggunakan protokol kesehatan seperti mencuci tangan terlebih dahulu sebelum memasuki Pondok, menggunakan masker dan menjaga jarak antara jama'ah satu dengan yang lain.²⁸

²⁶ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

²⁷ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

²⁸ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

2. Manfaat Dzikir Bagi Ketenangan Jiwa santri di Pondok Fafirru Ilallah

Dari hasil wawancara peneliti pada kyai dan jama'ah dzikir di Pondok Fafirru Ilallah, peneliti menemukan data sebagai berikut :

Sering mengamalkan dzikir membuat kehidupan terasa lebih indah, sebelum mengikuti kegiatan dzikir masih sering berbuat kemaksiatan, merasa dunia itu penuh dengan kesedihan, saat pandemi berlangsung terutama, serasa tidak ada tempat hiburan lagi diluar rumah sebab tidak boleh berkumpul. Ketika mengikuti dzikir terasa lebih tenang, sudah tidak ingin memikirkan untuk bersenang-senang diluar rumah, dengan mengamalkan dzikir setiap sholat dirumah terasa indah karena bisa mempunyai banyak waktu untuk bisa berkumpul dengan keluarga.²⁹

Dalam penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa ketika seseorang sedang jauh dari Allah, dunia terasa suram dan sering berbuat hal yang tidak baik. Saat mengamalkan dzikir maka menjadikan seseorang menjadi pribadi yang bertafakur, sehingga memunculkan kesabaran sebab mempunyai keyakinan bahwa tidak semua yang berada diluar rumah itu bisa menjadikan kesenangan, dengan adanya pembatasan sosial yang melarang untuk keluar rumah dapat menjadikan lebih dekat dengan keluarga.

Saat mengamalkan dzikir mengamalkan dzikir hidup terasa lebih dekat dengan Allah, dulunya merasa dekat namun tidak sedekat sekarang. Bedanya dulu hanya sekedar melaksanakan syariat saja, sekarang dalam melaksanakan kegiatan apapun merasa seperti diawasi oleh Allah, dimana-mana selalu ada Allah, ketika menghadapi pandemi merasa lebih tenang meski awalnya merasa cemas, meski sudah berdampak pada berbagai aspek terutama pada pendidikan yang bikin stress karena harus belajar dirumah,

²⁹ Kak Oing, Wawancara Penulis, Pada 7 April 2021, Wawanacara 1, Transkrip

namun harus tetap semangat dan dijalani dengan sabar nanti pasti ada jalan keluarnya.³⁰

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa ketika mengamalkan sebuah dzikir mampu menjadikan diri lebih dekat dengan Allah, dan saat diuji dengan sedikit musibah menjadikan diri menjadi pribadi yang sabar dan tawakal.

Sebelum dibaiai, sering mengalami depresi sehingga pikiran sedikit saja mesti sakit seperti asam lambung naik, sesak nafas, magh sering kambuh, pusing. Ketika berobat kedokter, diindikasikan sakit karena stress karena bosan minum obat terus akhirnya melakukan pengobatan di Pondok Fafirru Ilallah, setelah itu dibaiai mbah yai dan dianjurkan untuk berdzikir, setelah mengamalkan dzikir sudah tidak pernah depresi lagi, karena setiap kali stress sedikit aja mengamalkan dzikir ini hati menjadi lebih tenang, pikiran hanya tertuju pada Allah, sehingga permasalahan dalam kehidupan tidak lagi dianggap beban. Dan sekarang sudah tidak sakit-sakitan lagi, apalagi dalam pandemi berbagai permasalahan sering muncul seperti dalam hal pekerjaan yang sering terkendala sebab kebijakan baru yang dilakukan pemerintah, sering menjadi stress.³¹

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa berdzikir dapat menyembuhkan seseorang dari gangguan kejiwaan seperti depresi. Terkadang dalam menghadapi sebuah permasalahan antara orang yang atau dengan yang lain itu berbeda sehingga tingkat gangguan kejiwaan seseorang itu berbeda, saat mengalami stress berdampak juga pada fisik seseorang, pentingnya dzikir dimasa pandemi sangat penting agar tubuh tidak mudah terserang oleh virus ketika stress, sebab stress menimbulkan sistem imun tubuh mengalami penurunan.

Pernah mengalami depresi karena ada permasalahan dalam keluarga sehingga ada gangguan jin didalam tubuh, waktu datang ke Kyai diruqyah dan disarankan untuk datang setiap hari untuk diterapi, dalam proses terapi

³⁰ Kak Taufik, Wawancara Penulis, Tanggal 3 April 2021, Wawancara 1, Transkrip

³¹ Mbak Fitri, Wawancara Penulis, 1 April 2021, Wawancara 1, Transkrip

disarankan untuk berdzikir sebisanya. Setelah beberapa hari diterapi sudah ada sedikit perubahan, namun karena sering kefikiran masalah dalam keluarga maka masih sering kambuh. Saat sembuh tidak pernah meninggalkan dzikir karena merasa saat dzikir ini selain memberi ketenangan juga sebagai benteng agar tidak mudah diganggu oleh jin dan syaitan.³²

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa gangguan kejiwaan apabila tidak segera ditangani akan menjadikan bala tentara jin menguasai tubuh manusia sehingga bisa menjadikan kerasukan oleh jin, pentingnya berdzikir adalah untuk membentengi diri dari gangguan jin. Berkeyakinan dari diri sendiri sendiri juga sangat penting untuk dilakukan agar bisa sembuh, jika tidak ada keyakinan dan usaha dari dalam diri sendiri maka akan susah untuk sembuh.

Mengikuti jama'ah dzikir karena ada keinginan dari diri sendiri kalau usia sudah lanjut usia agar mempunyai bekal diakhirat kelak. Sebelum adanya pandemi atau sebelumnya setiap kali menghadapi permasalahan tidak terlalu difikirkan, pasrah tentang apapun yang terjadi karena mempunyai Allah jadi tidak perlu takut.³³

Dari kesimpulan diatas dapat disimpulkan bahwa, ketika ada keyakinan bahwa mengikuti dzikir dapat menjadikan bekal untuk mati, apa yang kita bawa didunia bukanlah harta benda namun amal ibadah. Dengan memperbanyak amalan ibadah terutama berdzikir dapat menjadikan diri seseorang menjadi tenang ketika menghadapi berbagai masalah dalam kehidupan.

Salah satu pengobatan sufi dalam penyembuhan penyakit jiwa yaitu dengan berifat jujur, ikhlas, takwa, mengkonsumsi makanan dan minuman yang halal, dan selalu mengingat Allah SWT (dzikir).³⁴

Manfaat dalam berdzikir tidak hanya untuk sebagai ketenangan jiwa, dzikir merupakan obat untuk

³² Mbak Ista, wawancara penulis, 23 Februari 2021, wawancara 1, transkrip

³³ Ibu Supi, wawancara penulis, 24 Februari 2021, wawancara 1, transkrip

³⁴ Khamimudin, *fiqh kesehatan* (Yogyakarta : Pustaka Pesantren, 2013),

menghilangkan penyakit hati seperti iri, dengki, sombong, dan takabur. Dzikir juga dapat mengobati hati, akal, pikiran maupun fisik. Jadi seseorang dalam menghadapi beberapa konflik dalam kehidupan jiwanya menjadi kuat dan tidak mengalami keguncangan. Seseorang bisa mengalami depresi sampai pada tingkat kegilaan bisa saja karena saat menghadapi permasalahan kehidupan tidak pernah terkena siraman rohani, sehingga menjadikan hati, akal, dan pikiran menjadi rusak.³⁵

Sedangkan manfaat dzikir diakhirat kelak, akan memerikan syafaat besok dihari kiamat. Saat tubuh dibakar di dalam api neraka maka tubuh yang sudah diisi dengan dzikir tersebut tidak akan merasakan panas. Lafadz Allah yang ada dalam tubuh yang didapatkan ketika mengamalkan dzikir akan diangkat dari neraka, ketika bagian tubuh tersebut diangkat maka bagian tubuh yang lain akan ikut terangkat. Kalimat *Laa Ilaaha Illallah* adalah bentengnya Allah, siapa yang selalu berdzikir akan selamat dari panasnya api neraka.³⁶

Berdzikir *Laa Ilaaha Illallah* akan menjadikan 4000 dosa besar dihapus 7 langit sab 7 lebih berat mengucapkan *Laa Ilaaha Illallah*. Allah akan selalu mengingat hambanya, yaitu ketika seorang hamba bibirnya selalu bergerak menyebut nama-Nya atau berdzikir. Dengan berdzikir Allah akan senantiasa memuliakan hambanya, memberikan pertolongan, selalu dilindungi dari marabahaya, diberi kekuatan dalam menghadapi ujian.³⁷ Terlepas dari itu seorang hamba tidak boleh mengharapakan sebuah pahala, dzikir sebaiknya dilakukan karena semata-mata untuk Allah.

Dzikir secara rutin dapat menjadikan seseorang menjadi tafakur atau selalu memikirkan akan kekuasaan Allah SWT. Seperti halnya seseorang ketika dapat melihat Allah, artinya didalam tubuh manusia, terdapat kekuasaan

³⁵ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

³⁶ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

³⁷ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

Allah, telinga jika dilihat dengan sesama membentut lafadz Allah, telapak tangan jika digabungkan terdapat angka arab yang berjumlah 99 yang artinya 99 nama Allah dan lain sebagainya.³⁸

Meskipun dzikir mempunyai dampak yang positif, dzikir sebaiknya dilakukan dengan cara yang sewajarnya atau dzikir yang dilakukan sesuai dengan porsinya, maksudnya tidak perlu dilakukan dengan melewati batas sampai tidak bisa mengontrol akal pikiran. Sehingga dapat mengakibatkan struk ilmu. Dalam bahasa Jawa sering disebut dengan kabotan ilmu atau kelebihan ilmu sehingga menjadikan gila.³⁹

C. Analisis Data Penelitian

1. Analisis Dzikir di Pesantren Fafirruu Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus

Dalam analisis data peneliti akan mengkaji antara teori dengan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan, sehingga dapat diperoleh sebuah pemahaman antara kajian pustaka dengan realita data.

a. Analisis kebijakan dalam pelaksanaan dzikir di Pesantren Fafirruu Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus di masa pandemi

Setelah diberlakukannya sistem *lockdown* di Indonesia terutama fatwa nomor 14 tahun 2020 tentang penyelenggaraan ibadah di masa pandemi covid-19 yang menghimbau umat beragama untuk melakukan ibadah dirumah kini pemerintah mengeluarkan kebijakan baru yang disebut dengan new normal, dalam kebijakan baru ini aktifitas yang dilakukan oleh masyarakat akan berjalan seperti biasa tetapi dengan menggunakan aturan tetap dengan menerapkan protokol kesehatan seperti 3M,

³⁸ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

³⁹ Kyai Nur Kamid Selaku Mursyid Dan Pengasuh Pondok Fafirruu Ilallah, Wawancara Penulis, Tanggal 26 Maret 2021 Wawancara 1, Transkrip

mencuci tangan, menggunakan masker dan menjaga jarak.⁴⁰

Dengan dikeluarkannya kebijakan new normal, berbagai kegiatan keagamaan yang awalnya tidak diperbolehkan kini sudah diperbolehkan. Di Pesantren Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus kegiatan keagamaan yang dilakukan secara berjam'ah sudah berjalan seperti biasanya namun tetap dengan menerapkan protokol kesehatan. Sebelum memasuki Pesantren para jama'ah di himbau untuk mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak antara jama'ah yang satu dengan yang lain.

b. Analisis pelaksanaan dzikir di Pesantren Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus

Suluk secara bahasa berasal dari bahasa Arab *salaka, yasluku, salik*. Kata salik dalam bahasa Indonesia berubah menjadi suluk yang artinya jalan menuju kesempurnaan batin dalam ajaran tasawuf. Untuk dapat melaksanakan dzikir secara intensif supaya dapat memeperkuat keteguhan hati untuk kedekatan diri pada Allah dalam ajaran tarekat dilalui dengan suluk.⁴¹

Untuk mengikuti tarekat pelaksanaan suluk tidak diwajibkan tetapi sangat dianjurkan. Pelaksanaan suluk dilakukan oleh pengikut tarekat qadriah cabang Khalidiyah sedangkan pengikut tarekat Qadriah Wa Naqsabandiyah cabang Mazhariyah yang ada di Indonesia tidak melakukannya. Pelaksanaan suluk disetiap daerah berbeda-beda, pelaksanaan suluk biasanya dilakukan

⁴⁰ Zihaan Fahiza Daan Siti Nur Zalikha, "Kebijakan Pemerintah Dalam Kegiatan Shalat Berjama'ah Di Masa Pandemi Covid-19, *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat* 1, No.1 (2021):52

⁴¹ Armyan Hasibuan, Motivasi Suluk 5 Hari Dan Ketekunan Beribadah Pengamal Tarekat Naqsabandiyah Syekh H. MHD. Ihsan Harahap(Studi Analisis Pada Murid Usia Minus 40 Tahun), *Jurnal Ilmu Social Dan Keislaman* 1, No.2 (2015):126

selama 40 hari tidak diperbolehkan untuk berbicara kecuali dengan mursyidnya, makan dan minum sedikit, dan seluruh waktu dilakukan untuk berdzikir.⁴²

Tidak adanya pelaksanaan suluk seperti dimandikan kemudian dilakukan pemoongan di Pondok Pesantren Fafirru Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus tidak menjadikan halangan untuk tetap ikut tarekat, terutama jika tujuannya baik untuk semata-mata beribadah dan mendekatkan diri karena Allah, dengan istiqomah mengingat-Nya dan menyebut nama-Nya setiap saat dengan berdzikir.

Dzikir yang diartikan dengan menyebut nama Allah dan diamalkan secara rutin disebut dengan wirid. Amalan wirid termasuk dalam amlan murni (mahdhah) yaitu sebuah ibadah yang berhubungan langsung dengan Allah.⁴³ Dzikir yang dilakukan di Pondok Fafirru Ilallah termasuk dalam wirid sebab dilakukan dengan rutin dan terdapat jumlah bilangan sebanyak 165 kali atau dzikir tarekat Qadriah.

Tarekat Qadriah Wa Naqsabandiyah merupakan penggabungan dari tarekat Qadriah dan tarekat Naqsabandiyah yang didalamnya terdapat tradisi manaqiban dan di'baan. Penggabungan kedua tarekat sebab kedua ajaran didalamnya dianggap saling melengkapi seperti adanya dzikir khafi dan dzikir jahar.⁴⁴ Pondok Fafirru Ilallah terdapat kegiatan pengajian rutin seperti manakiban, tahlilan, diba'an, rotiban, istigosah, makwali (ziarah kemakam wali) seperti tradisi yang terdapat pada Tarekat Qadriah Wa Naqsabandiah.

⁴² Martin Van Bruinessen, *Tarekat Naqsabandiyah Di Indonesia*, (Yogyakarta: Penerbit Mizan 1992), 88

⁴³ Farida Husin, "Dzikir Dalam Islam", *Jurnal Ilmu Pengetahuan Teknologi Dan Seni* 81, No.2 (2019) :6

⁴⁴ Ma'mum Mu'min, "Sejarah Tarekat Qadriah Wa Naqsabandiyah Piji Kudus" *Fikrah* 2, No.1 (2014):364

Dzikir yang digunakan di Pesantren Fafirru Ilallah menggunakan dzikir yang terdapat pada tarekat Qadriah Wa Naqsabandiah yang cara berdzikirnya menggunakan dzikir khafi dan dzikir jahar. Dzikir tersebut dibagi menjadi dua yaitu dzikir *ismu zat dan dzikir nafi isbat*. Dzikir *ismu zat* yaitu mengucapkan zat Allah yang hakiki dengan mengucapkan *Allah Allah* dzikir ini terdapat pada terakat Qadriah, sedangkan dzikir *nafi isbat* adalah mengucapkan *Laa Ilaaha Illallah* yang terapat pada dzikir Naqsabandiyah yang masing-masing dilakukan di Pesantren Fafirru Ilallah.⁴⁵

Dzikir diawali dengan dzikir yang terdapat pada terakat Qadriah terlebih dahulu, para jama'ah akan di pimpin oleh mursyid, sebelum dzikir dilakukan mursyid dan jama'ah secara bersama-sama membaca istigfar 3x, membaca Sholawat Nabi 3x dan mulai berdzikir yang dilakukan dari pusar, ubun-ubun, dada kanan, dan di akhirkkan ke dada kiri.

Saat membaca istigfar memohon ampunan kepada Allah atas dosa-dosa yang diperbuat, dilanjutkan dengan membaca sholawat Nabi sebagai hadiah dari bentuk rasa cinta kepada Nabi Muhammad SAW dari beliau sampai kepada Allah.⁴⁶

Memejamkan mata agar dzikir menjadi khushyuk, menundukkan wajah, lalu memulai berdzikir dengan kalimat *Laa Ilaaha Illallah* sebanyak 165 dengan menggunakan tiga putaran. Pertama mengucapkan kalimat *Laa* yang bermula dari pusar ke ubun-ubun, kemudian mengucapkan kalimat *Ilaaha* dari ubun-ubun diarahkan kedada kanan dan yang terakhir mengucapkan kalimat

⁴⁵ Nurhayati, "Jejak Tarekat Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyati L-Aliyah Karya Syekh Abdallah Dihlawi", *Jumantara* 8, No.1 (2017):191

⁴⁶ Nurhayati, "Jejak Tarekat Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyati L-Aliyah Karya Syekh Abdallah Dihlawi", *Jumantara* 8, No.1 (2017):193

Ilallah dengan mengakhirkan atau menekankan ke dada kiri atau jantung seolah menekan sesuatu yang ingin keluar ditekan dengan kencang kedalam jantung.

Dzikir dimulai dengan pengaturan nafas, mengucapkan *Laa Ilaaha Ilallah* dengan menggambar jalan (garis) melalui tubuh. Bunyi *Laa* permulaan digambar dari pusar terus sampai ke ubun-ubun. Bunyi *Ilaaha* dimulai dan turun melewati dada sampai ke jantung, dan kearah jantung ini bunyi terakhir *Allah* dihujamkan sekuat tenaga dengan membayangkan jantung itu mendenyutkan nama Allah dan membara, memusnahkan segala kotoran.⁴⁷

Pengucapan dzikir *laa ilaaha illallah* menggunakan dzikir jahar atau dengan dengan pelantunan suara dengan tekanan yang keras, hal tersebut dimaksudkan agar gema suara yang keras dapat mencapai rongga batin sehingga memancarkan cahaya didalam jiwa.⁴⁸

Bilangan 165 dalam dzikir yang terdapat pada tarekat Qadriah, didasarkan pada Hadits Nabi Rasulullah SAW yang memerintahkan membaca tahlil sebanyak tiga puluh tiga kali selama lima kali yang jika dijumlahkan menjadi 165. Menurut perhitungan huruf sunda kalimat *Laa* adalah 31, *Ilaaha* adalah 36, *Illa* adalah 32, dan *Allaah* adalah 66 sehingga kalau dijumlah menjadi 165.⁴⁹

Laa Ilaaha Illallah mempunyai kandungan makna dan hikmah didalamnya. Tiada Tuhan selain Allah, tiada yang disembah selain Allah, tiada yang

⁴⁷ Nurhayati, "Jejak Tarekat Naqshabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqshabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqshabandiyati L-Aliyah Karya Syekh Abdallah Dihlawi", *Jumantara* 8, no.1 (2017):193

⁴⁸ Muhammad Alif Dilyan Yulindra, "Refleksi Makna Latifah Dalam Dzikir Thariqah Qadriah Wa Naqshabandiyah Pada Pondok Pesantren"6, no.1 (2020) :99

⁴⁹ Muhammad Alif Dilyan Yulindra, Refleksi Makna Latifah Dalam Dzikir Thariqah Qadriah Wa Naqshabandiyah Pada Pondok Pesantren, 6, No.1 (2020) :101

dicari selain Allah, tiada wujud secara hakekat selain Allah sehingga dapat disimpulkan bahwa sebuah tindakan dan amalan apapun dilakukan hanya untuk Allah.⁵⁰

Setelah melakukan dzikir yang terdapat pada tarekat Qadriah kemudian disambung dengan dzikir yang terdapat pada tarekat Naqsabandiyah yang diawali dengan membaca istigfar memohon ampunan kepada Allah atas dosa-dosa yang diperbuat, dilanjutkan dengan membaca shalawat Nabi, membaca surah Al-Ikhlas, dan hadarah.

Pelaksanaan dzikir pada tarekat Naqsandiyah yaitu dengan kepala menunduk miring kekiri dengan mata terpejam, mulut tertutup, lidah dilipat keatas kemudian mulai berdzikir dengan kalimat dari dalam الله hatikemudian membuka tujuh titik lathifah.

Saat membaca istigfar memohon ampunan kepada Allah atas dosa-dosa yang diperbuat, dilanjutkan dengan membaca sholawat Nabi sebagai hadiah dari bentuk rasa cinta kepada Nabi Muhammad SAW, kemudian membaca surah Al-Ikhlas, dan menghadirkan sosok guru dalam tarekat yang sudah meninggal dunia melalui hadarah, dengan memintakan ampunan kepada Allah.⁵¹

Saat berdzikir lidah bertemu dengan langit-langit hal itu mempunyai makna bahwa tidak perlu merisaukan hal yang sudah maupun belum terjadi sebab semua sudah Allah atur, manusia diharapkan untuk bertawajuh kepada hati sehingga hati akan bertawajuh kepada Allah, Allah berada ketika lidah bertemu dengan langit-langit atau ketika berdzikir.⁵²

⁵⁰ Rojaya, "La Ilaha Illa Allah Sebagai Afdhalu Dziki Tinjauan Mutidimensi", *Jurnal Iai Mubarakiyah Suryalaya 2*, No.2 (2018): 66

⁵¹ Nurhayati, "Jejak Tarekat Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Abdallah Dihlawi", *Jumantara 8*, No.1 (2017):193

⁵² Nurhayati, "Jejak Tarekat Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah

Saat mengisi titik tubuh dengan dzikir ini maka tubuh akan bergetar dengan nama Tuhan. Titik latifah yang terdapat pada tubuh mempunyai letak yang berbeda namun mempunyai peran dalam psikologis dan tehnik meditasi yang sama dalam penyembuhan psikis. Sebab pelaksanaan keduanya yang harus fokus pada sesuatu, dengan menghilangkan fikiran berat yang menjadikan stress⁵³

Dzikir pada tarekat Naqshabandiyah yang dilakukan di Pondok Fafirruu Ilallah dengan melibatkan tujuh titik dalam tubuh disebut dengan dzikir latha'if atau latifah. Dzikir ini memusatkan segala kesadaran dan membayangkan nama Allah bergetar dan memancarkan panas. Diawali dengan titik qalb (hati), ruh (jiwa), sirri (nurani terdalam), khafi (kedalaman tersembunyi), akhfa (kedalaman paling tersembunyi), nafs (akal budi), kull (jasad).⁵⁴

Lathifah qalbu merupakan induk dari lathifah lainnya, terletak pada dua jari dibawah susu kiri disebut juga dengan hati sanubari manusia. Dari lathifah ini merupakan bentuk kedekatan antara hamba kepada Tuhannya.⁵⁵

Dimulai dari lathifah qalbu, dilakukan dengan menundukan kepala, makna lathifah qalbu merupakan tempatnya Nur (cahaya), lathifah itu terletak dibawah dua jari susu kiri, latifah ini merupakan sifatnya syaitan dan iblis yang bersisi

Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqshabandiyati L-Aliyah Karya Syekh Abdallah Dihlawi", *Jumantara* 8, No.1 (2017):198

⁵³ Martin Van Bruinessen, *Tarekat Naqshabandiyah Di Indonesia*, (Yogyakarta: Penerbit Mizan 1992), 81

⁵⁴ Martin Van Bruinessen, *Tarekat Naqshabandiyah Di Indonesia*, (Yogyakarta: Penerbit Mizan 1992), 81

⁵⁵ Nurhayati, "Jejak Tarekat Naqshabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqshabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqshabandiyati L-Aliyah Karya Syekh Abdallah Dihlawi", *Jumantara* 8, No.1 (2017):194

dengan keburukan seperti musyrik, kufur dan sebagainya.⁵⁶

Dapat diartikan bahwa untuk memulau dzikir lathifah dimulai dari lathifah qalb, sebab didalamnya merupakan sumber dari sanubari manusia. Kedekatan salik kepada Allah didapatkan dari berdzikir, jika lathifah qalb ini diisi maka akan terpancar cahaya sehingga hatinya selalu bersama Allah, sehingga panca indra selalu mendengar dan melihat Allah.⁵⁷

Lathifah ruh terletak dibawah susu kanan dua jari kearah kanan berhubungan dengan paru-paru. Terletak pada dua jari dibawah susu kanan kadar dua jari. *Latifah ruh*, disini merupakan letaknya sifat binatang jinak seperti halnya menuruti hawa nafsu, kemudian dari itu maka dilanjutkan pada lathifah sirri.⁵⁸

Latifah sirri terletak pada susu kiri kadar dua jari diatas susu kiri, pada *Latifah sirri*, disini letaknya sifat binatang buas yang berupa sifat zalim, pemaarah dan pendendam. Berpindah pada Lathifah khafi yang terletak pada dua jari diatas susu kanan, titik ini merupakan letaknya sifat syaitoniah yaitu pendengki dan penghianat.⁵⁹

Setelah itu maka berpindahlah kepada lathifah akhfa terletak di tengah dada, pada titik *Latifah akhfa*, teradapat sifat takabur, riya, ujub, sima', berpindah pada lathifah nafs yang terletak

⁵⁶ Dadang Ahmad Fajar dkk, Memebentuk Ketahan Mental Berbasis Tasawuf Mealui Dzikir Lathifah Sebagai Metode Terapi Spiritual Terhadap Efek Pandemi, diakses pada 27 Januari .2021 <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30668>

⁵⁷ Nurhayati, "Jejak Tarekat Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyah Di Inonesia Dalam Naskah Risalata L. Badi'iyah Fi Thariqati N Naqsabandiyati L-Aliyah Karya Syekh Abdallah Dihlawi", *Jumantara* 8, No.1 (2017):195

⁵⁸ Dadang Ahmad Fajar dkk, Memebentuk Ketahan Mental Berbasis Tasawuf Melalui Dzikir Lathifah Sebagai Metode Terapi Spiritual Terhadap Efek Pandemi, 9

⁵⁹ Dadang Ahmad Fajar dkk, Memebentuk Ketahan Mental Berbasis Tasawuf Mealui Dzikir Lathifah Sebagai Metode Terapi Spiritual Terhadap Efek Pandemi, diakses pada 27 Januari .2021 <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30668>

tepat ditengah keping, *Latifah nafs*, disini merupakan letaknya sifat amarah, terdapat pada tepat diantaranya dua keping.⁶⁰

Lathifah yang terakhir adalah lathifah kullu, lathifah ini terletak diseluruh tubuh dan mengatur seluruh aliran darah, pusatnya terletak pada ubun-ubun kepala *Latifah kullu* disini letaknya sifat sebuah kelalaian terletak pada tepat ditengah ubun-ubun kepala. Secara fisik *lathifah kullu* adalah otak manusia⁶¹

2. Analisis Manfaat Yang Dirasakan Jama'ah Yang Mengikuti Dzikir Di Pondok Fafirruu Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus

Dzikir mampu memberikan manfaat jika adanya *self healing*, jika dalam diri sendiri yakin bisa sembuh maka bisa sembuh begitu dengan sebaliknya. Maka berfikir positif memang perlu untuk dilakukan dalam proses penyembuhan.

Dzikir dapat memberikan ketenangan dalam jiwa, ketika seseorang dekat dengan Allah saat dalam kondisi menghadapi permasalahan yang rumit dalam kehidupan tidak dianggap sebuah beban pikiran sebab semua permasalahan datangnya dari Allah dan hanya bersifat sementara, orang yang jauh dari Allah, hidupnya tidak mengalami ketenangan, merasa cemas dan was-was saat dihadapkan dalam kondisi batin yang tidak menentu.⁶²

Dzikir yang yang dilakukan di pesantren Fafirruu Ilallah secara rutin dapat memberikan ketenangan jiwa, jika dalam menghadapi permasalahan kehidupan seperti pandemi yang sedang berlangsung seperti ini, sehingga banyak orang yang mengalami gangguan psikologis.

⁶⁰ Dadang Ahmad Fajar dkk, Memebentuk Ketahan Mental Berbasis Tasawuf Mealaui Dzikir Lathifah Sebagai Metode Terapi Spiritual Terhadap Efek Pandemi, diakses pada 27 Januari .2021<http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30668>

⁶¹ Dadang Ahmad Fajar dkk, Memebentuk Ketahan Mental Berbasis Tasawuf Mealaui Dzikir Lathifah Sebagai Metode Terapi Spiritual Terhadap Efek Pandemi, diakses pada 27 Januari .2021<http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30668>

⁶² Rojaya, "La Ilaha Illa Allah Sebagai Afdhalu Dzिकri Tinjauan Mutidimensi", *Jurnal Iai Mubarakiyah Suryalaya 2*, no.2 (2018): 76

Gangguan tersebut seperti kecemasan, kepanikan, ketakutan, dan kejenuhan sebagai efek kemunculan covid-19 dan diperlakukannya peraturan dari pemerintah.

Ketika seseorang sedang jauh dari Allah, dunia terasa suram dan sering berbuat hal yang tidak baik. Saat mengamalkan dzikir maka menjadikan seseorang menjadi pribadi yang bertafakur, sehingga memunculkan kesabaran sebab mempunyai keyakinan bahwa tidak semua yang berada diluar rumah itu bisa menjadikan kesenangan, dengan adanya pembatasan sosial yang melarang untuk keluar rumah dapat menjadikan lebih dekat dengan keluarga.

Ketika mengamalkan sebuah dzikir mampu menjadikan diri lebih dekat dengan Allah, dan saat diuji dengan sedikit musibah menjadikan diri menjadi pribadi yang sabar dan tawakal.

Gangguan kejiwaan apabila tidak segera ditangani akan menjadikan bala tentara jin menguasai tubuh manusia sehingga bisa menjadikan kerasukan oleh jin, pentingnya berdzikir adalah untuk membentengi diri dari gangguan jin. Berkeyakinan dari diri sendiri sendiri juga sangat penting untuk dilakukan agar bisa sembuh, jika tidak ada keyakinan dan usaha dari dalam diri sendiri maka akan susah untuk sembuh.

Ketika ada keyakinan bahwa mengikuti dzikir dapat menjadikan bekal untuk mati, apa yang kita bawa didunia bukanlah harta benda namun amal ibadah. Dengan memperbanyak amalan ibadah terutama berdzikir dapat menjadikan diri seseorang menjadi tenang ketika menghadapi berbagai masalah dalam kehidupan.

Dzikir khafi dan dzikir jahar apabila disatukan akan mempunyai manfaat yang luar biasa, saat dzikir diucapkan dan ditanamkan dalam hati secara otomatis akan terhindar dari penyakit hati, godaan syaitan dan nafsu. Jika dzikir yang dilakukan dengan pengucapan kemudian diingat akan mendapatkan ketentraman dalam hati.⁶³

⁶³ Ade Sualeman, Akhamd Satori, Hendra Gunawan, "Etika Politik Sufi Studi Kasus Analisis Nilai Dan Etika Politik Tariqah Qadriah Wa Naqsabandiyah

Dalam kasus gangguan jiwa karena adanya ikut campur jin maupun syaitan, dzikir sangat memberikan manfaat dalam proses penyembuhan, jika dzikir diamalkan secara terus menerus maka fikiran selalu tertuju pada Allah, sehingga fikiran tidak lagi kosong sehingga mudah sekali syaitan dan jin masuk kedalam tubuh seseorang.

Saat mengucapkan kalimat *Laa* dari bawah pusar lalu menahan dan menariknya ke otak, maka sudah melalui tiga titik lathifah yaitu lathifah akhfa, latifah nafsi, dan latifah qalb. Dilanjut dengan mengucapkan kalimat *Ilaaha* dengan menundukkan kepala sebelah kanan melalui dua titik lathifah yaitu lathifah ruh dan lathifah khafi. Kemudian mengucapkan *Illaallah* dengan menundukkan kepala sebelah kiri melalui dua lathifah lagi yaitu lathifah qalbi dan lathifah khafi. Dzikir jahar merupakan salah satu metode agar metode suara yang dikeluarkan dapat mencapai pada rongga batin, sehingga jiwanya dipenuhi dengan cahaya.⁶⁴

Dzikir khafi melibatkan tujuh titik lathifah dalam tubuh yaitu lathifah qalb, lathifah ruh, lathifah sirri, lathifah khafi, lathifah akhfa, lathifah nafs, lathifah kullu dimana pada titik ini merupakan titik yang didalamnya terdapat sifat buruk manusia, jika titik ini diisi dengan dzikirullah maka dapat membersihkan sifat buruk tersebut.⁶⁵

Segala macam kemaksiatan maupun sifat yang selalu mengajak pada kesenangan duniawi, dengan menghambur-hamburkan uang untuk pergi jalan-jalan termasuk juga dalam sifat tercela. Ketika berdzikir seseorang akan memahami bahwa, kesenangan yang hakiki adalah ketika mampu mensyukuri atas nikmat yang Allah berikan.

Suryalaya Tasikmalaya”, *Jurnal Ilmu Politik Dan Ilmu Pemerintahan* 6 , no. 2, (2020), 186

⁶⁴ Muhammad Alif Dilyan Yulindra, Refleksi Makna Latifah Dalam Dzikir Thariqah Qadriah Wa Naqsabandiyah Pada Pondok Pesantren, 6, no.1 (2020) :101

⁶⁵ Dadang Ahmad Fajar dkk, Memebentuk Ketahanan Mental Berbasis Tasawuf Mealui Dzikir Lathifah Sebagai Metode Terapi Spiritual Terhadap Efek Pandemi, diakses pada 27 Januari .2021 <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30668>

Dalam proses pertumbuhan manusia, terdapat tiga organ tubuh yang mengambil peran yang sangat penting bagi manusia yaitu hati, jantung, dan otak. Sangat penting bagi manusia untuk menjaga tiga organ ini dengan pembinaan yang baik agar menjadikan jiwa menjadi berkualitas sehingga dapat tercapainya kebahagiaan didunia maupun diakhirat.⁶⁶

Jika dilihat dari dzikir Qadriah Wa Naqsabandiyah yang dilakukan di Pondok Fafirruu Ilallah, dzikir tersebut mampu memberikan sebuah peran yang sangat positif pada organ penting dalam tubuh manusia tersebut, terutama pada jantung. Jika dalam satu hari jantung diisi dengan dzikirullah maka dapat memberikan terapi bagi jiwa.

Menurut Al-Ghazali qalb diartikan dengan jiwa, jiwa ini yang membedakan antara manusia dengan makhluk lain. Qalb mempunyai dua makna yaitu makna secara fisik dan makna secara batin. Secara fisik qalb disebut dengan organ jantung yang terletak pada dada sebelah kiri, jantung berfungsi sebagai sumber ruh dan kehidupan.⁶⁷

Sedangkan secara batin qalb mempunyai arti sebagai latifah (elemen dasar) latifah memiliki dimensi ruhani dan ketuhanan meski tidak berwujud latifah sangat berhubungan erat dengan jantung. Jantung merupakan organ tubuh yang berguna untuk, memompa darah dan mengalirkannya keseluruh tubuh, jantung juga bertugas untuk mengalirkan darah ke otak untuk memberi nutrisi pada fungsi fisiologis otak.⁶⁸

Qalb dengan otak mempunyai kesamaan dalam fungsinya, yaitu sebagai mengatur, dan mengendalikan baik buruknya kehidupan. Qalb berperan sebagai spiritualitas otak dan merupakan media untuk beriman kepada Allah SWT, sedangkan otak bertanggung jawab

⁶⁶ Muhammad Nasruddin, "Tinjauan Kritis Neurosains Terhadap Konsep Qalb Menurut Al Ghazali", *Jurnal Uinsgd* 4, no 2, (2020) :71

⁶⁷ Muhammad Nasruddin, "Tinjauan Kritis Neurosains Terhadap Konsep Qalb Menurut Al Ghazali", *Jurnal Uinsgd* 4, no 2, (2020) :85

⁶⁸ . Muhammad Nasruddin, "Tinjauan Kritis Neurosains Terhadap Konsep Qalb Menurut Al Ghazali", *Jurnal Uinsgd* 4, no 2, (2020) :85

atas spiritualitas sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa otak dan qalb merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. Dalam neurosains, qalb diproses dalam lobus temporal atau tempatnya God Spot.⁶⁹

Jiwa merupakan sesuatu yang sifatnya berlawanan dengan fisik, jika fisik sifatnya dapat diraba dan dilihat dengan panca indra, jiwa merupakan sesuatu yang sifatnya dapat mengetahui namun tidak dapat diraba, jiwa dapat mempengaruhi fisik atau badan. Keberadaan jiwa dapat dilihat dari adanya rasa sakit, nikmat, senang, sedih, ridha, marah, putus asa, benci, ingat, lalai, ingkar, dan sebagainya. Jiwa yang tenang menciptakan manusia mempunyai sifat yang terpuji.⁷⁰

Untuk dapat menciptakan jiwa yang tenang dapat dilakukan dengan berbagai cara salah satunya yaitu dengan *dzikrullah*. Menurut Ibnu Al Qayyim, dzikir mempunyai seratus manfaat, lima diantaranya adalah sebagai obat yang dapat memberikan ketenangan bagi hati, mengusir setan dan melindungi diri dari godaan setan, menghapus dosa dan menyelamatkan diri dari adzab yang Allah berikan, mendatangkan pahala dan ampunan, dzikir merupakan tamannya syurga dunia dan akhirat.⁷¹

Dalam terapi sufistik terdapat berbagai jenis terapi salah satu diantaranya adalah terapi dzikir. Pengobatan melalui psikoterapi Islam di Pondok Fafirruu Ilallah Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus, didalamnya terdapat berbagai jenis psikoterapi Islam salah satunya yaitu dzikir. Dzikir yang dilakukan merupakan dzikir yang terdapat pada tarekat Qadriah Wa Naqsabandiyah dimana dalam tarekat ini pelaksanaan dzikir melibatkan tujuh titik yang sangat berperan penting dalam organ tubuh manusia yang mengamalkanya.

⁶⁹ Muhammad Nasruddin, “Tinjauan Kritis Neurosains Terhadap Konsep Qalb Menurut Al Ghazali”, *Jurnal Uinsgd* 4, no 2, (2020) :85

⁷⁰ Makmudi Dkk, “Pendidikan Jiwa Perspektif Ibn Qayyim Al-Jauziyyah”, *Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 1 (2018): 49

⁷¹ Makmudi Dkk, “Pendidikan Jiwa Perspektif Ibn Qayyim Al-Jauziyyah”, *Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 1 (2018): 49

Psikoterapi merupakan sebuah upaya penyembuhan dan perawatan melalui aspek emosi dan spiritual dengan menggunakan dengan ajaran yang terdapat dalam agama Islam. Dalam psikoterapi Islam terdapat dua bentuk yaitu berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah.⁷²

Dalam konsep psikoterapi Al- Qur'an terdapat berbagai pengobatan yang dapat digunakan sebagai penyembuhan contohnya seperti madu, zaitun, buah tin, air zam-zam. Sedangkan psikoterapi berdasarkan dalam sunah Nabi dapat berupa ucapan, tingkah laku, maupun akhlak Nabi Muhammad SAW yang beliau contohkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti menjaga kesehatan fisik dan psikis dengan dengan berakhlak mulia.⁷³

Ketika mengamalkan dzikir akan menjadikan seseorang menjadi pribadi yang mempunyai akhlak yang santun, sebab ucapannya selalu mengatakan yang baik tidak menyinggung perasaan orang lain.

Menurut pasiak dalam psikoterapi yang berkaitan dengan otak terdapat tiga unsur yaitu makna hidup, ritual, dan spiritual.⁷⁴ Pelaksanaan dzikir yang dilakukan di Pondok Fafirruu Ilallah jika terkait dengan teori Pasiak mencakup ketiga unsur tersebut. Makna hidup merupakan sebuah konektivitas dengan Tuhan, ketika seseorang kehilangan makna hidup ,akan memunculkan adanya penderitaan.

Menurut Victor E, Frankl tentang makna hidup yang terkonsep dalam logoterapi, makna hidup merupakan keadaan yang menunjukkan sejauh mana seseorang mengalami kemudian menghayati tentang pentingnya keberadaan hidup melihat dari sudut pandang dari diri sendiri. Makna hidup tidak dapat diciptakan

⁷² Ashadi Cahyadi, psikoterapi dalam pandangan islam, El-Akfar 5, no.2 (20016):109

⁷³ Meisil B Wulur, *Psikoterapi Islam*,(Yogyakarta:Budi Utomo, 2012), 1

⁷⁴ Atika Ulfia Adlina Dan Ummi Nadhifah, "Sufi Healing Dan Neurosains Spiritual Bagi Pasien Skizofrenia Diyayasan Jalamh Sehat Desa Bulung Kulon Kudus", *Jurnal Esoterik* 5, no. 1, (2019), 169

namun dapat ditemukan dari proses memaknai dari sebuah peristiwa.⁷⁵

Dalam pandemi sekarang ini makna hidup sangat berperan penting, menemukan sebuah makna hidup dalam pandemi saat ini memang bukanlah sesuatu yang mudah namun dengan memaknai hidup akan mendorong seseorang untuk tetap berfikir positif. Pandemi mengakibatkan sebagian orang mengalami kecemasan dan depresi.

Saat seseorang terinfeksi maupun yang mempunyai resiko tertular dapat dengan memaknai hidup seperti menghargai kehidupan dengan melakukan hal yang dapat berguna bagi diri sendiri maupun orang lain, lebih menghargai orang lain, menumbuhkan rasa persatuan dalam menghadapi covid, dan peduli dengan kesehatan sehingga dapat menciptakan ketenangan dan lebih siap dan menjadi lebih kuat jika menghadapi permasalahan dimasa yang akan datang.

Dzikir yang dilaksanakan secara terus menerus akan menjadikan sebuah ritual keagamaan yang akan mempunyai dampak positif bagi sistem kekebalan tubuh, hal tersebut terjadi sebab ritual yang dilakukan secara rutin akan dapat mengintegrasikan antara emosi (afeksi), rasio (kognisi), dan aksi (motorik) perpaduan antara ketiga unsur tersebut berhubungan langsung dengan sistem syaraf otonom.⁷⁶

Dzikir dapat menghambat kerja sistem syaraf simpatis yang dapat mengatur kecepatan pada denyut jantung, nadi, pernafasan, dan metabolisme. Dzikir dapat menghambat reseptor beta dalam kerja system syaraf simpatis, dzikir dapat membuat alur gelombang otak menjadi dalam keadaan alfa.⁷⁷

⁷⁵ Sumanto, "kajian psikologis kebermaknaan hidup", *bulletin psikologi* 14, no.2, (2006):119

⁷⁶ Atika Ulfia Adlina Dan Ummi Nadhifah, "Sufi Healing Dan Neurosains Spiritual Bagi Pasien Skizofrenia Diyayasan Jalamah Sehat Desa Bulung Kulon Kudus", *Jurnal Esoterik* 5, no. 1, (2019), 170

⁷⁷ Tri Niswati Utami, "Tinjauan Literatur Mekanisme Dzikir Terhadap Kesehatan:Respon Imunitas", *Jurnal Jumanik* 2, no1, (2017):106

Dzikir yang dilakukan dengan khusyuk atau fokus dapat memberikan penyembuhan bagi kecemasan, ketakutan, bahkan dari keluhan fisik seperti sakit kepala, nyeri pada dada bahkan penyakit yang sulit untuk disembuhkan sekalipun. Khusyuk dalam berdzikir akan memberikan respon relaksasi sehingga dapat memberikan ketenangan.

Pengalaman spiritual, berhubungan dengan pengalaman seseorang dengan Tuhannya tergantung pada tingkatan keimanan. Dalam kehidupan sehari-hari pengalaman spiritual dapat berbentuk seperti merasakan kedekatan dengan Tuhan, menemukan Tuhan dibalik semua peristiwa yang terjadi dalam kehidupan, merasakan penyatuan dengan Tuhan.⁷⁸

Dzikir yang dilakukan secara terus menerus akan menjadikan seseorang menjadi pribadi yang tafakur, tafakur merupakan memikirkan segala bentuk kekuasaan dari Allah SWT. Tafakur melibatkan tiga aspek yaitu aspek kognisi, afeksi dan spiritual.⁷⁹ Sebuah musibah atau peristiwa yang terjadi dalam kehidupan manusia merupakan campur tangan dari Allah, manusia diharapkan mampu mengambil pesan dari sebuah peristiwa tersebut.

Allah menurunkan sebuah wabah penyakit tidak lain hanya ingin hambanya agar betafakur dengan meminta perlindungan kepada Allah SWT, berikhtiar, bertawakal, dan yakin bahwa segala penyembuhan datangnya dari Allah, Allah menurunkan penyakit beserta dengan obatnya.⁸⁰

Bertafakur merupakan salah satu cara untuk dapat mengembangkan potensi akal manusia, akal tidak hanya diartikan sebagai otak yang berfungsi sebagai organ

⁷⁸ Atika Ulfia Adlina Dan Ummi Nadhifah, "Sufi Healing Dan Neurosains Spiritual Bagi Pasien Skizofrenia Diyayasan Jalamlah Sehat Desa Bulung Kulon Kudus", *Jurnal Esoterik* 5, no. 1, (2019), 170

⁷⁹ Nancy Indah Mawarni dkk, "Dinamika Psikologis Tafakur Pada Anggota Thariqah Qadriyah Wa Naqsabandiyah Di Pondok Pesantren Futuhiyyah Mranggen, Demak", *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* 3, no. 2 (2006):60

⁸⁰ Muhammad Anas Ma'arif Dan Muhammad Husnur Rofik, "Dzikir Dan Fikir Sebagai Konsep Pendidikan Karakter: Telaah Pemikiran KH. Munawwar Kholil Al-Jawi", *Tadrib* 5, no.1 (2019): 9

tubuh manusia, tetapi akal diartikan dengan jiwa manusia. Dapat disimpulkan bahwa makhluk hidup mempunyai otak tapi belum pasti mempunyai akal. Namun akal dan otak merupakan hal yang sama, sebab mempunyai fungsi untuk berfikir.⁸¹

Dalam susunan syaraf pusat atau secara umum disebut dengan otak terdapat adanya Got Spot, God Spot merupakan hubungan pribadi yang terjadi antara manusia dengan Tuhannya. Sehingga God Spot yang disebut dengan spiritualitas, God spot dapat menghubungkan syaraf- syaraf yang ada dalam lobus temporal, dan bekerja aktif dalam setiap diri manusia, sehingga manusia pekerjaan apapun terjadi sebab adanya ikut campur dari tangan Tuhan. Got Spot menunjukkan bahwa manusia secara fitrahnya sudah mengenal Tuhan sehingga manusia sudah tentu membutuhkan agama dalam kehidupannya.⁸²

Berdzikir dapat menyembuhkan seseorang dari gangguan kejiwaan seperti depresi. Terkadang dalam menghadapi sebuah permasalahan antara orang yang atau dengan yang lain itu berbeda sehingga tingkat gangguan kejiwaan seseorang itu berbeda, saat mengalami stress berdampak juga pada fisik seseorang, pentingnya dzikir dimasa pandemi sangat penting agar tubuh tidak mudah terserang oleh virus ketika stress, sebab stress menimbulkan sistem imun tubuh mengalami penurunan.

Dalam kesehatan jiwa, dzikir mengandung psikoterapeutik sebab mengandung adanya unsur spiritual sehingga dapat membangkitkan rasa percaya diri. Saat berdzikir seseorang akan berfikiran positif, sehingga jika diuji dengan sebuah wabah penyakit, percaya diri itu akan muncul dengan berfikiran kalau semua penyakit itu bisa disembuhkan dengan izin Allah.

Dzikir sangat penting untuk diamalkan secara rutin, mempunyai kepercayaan bahwa Allah yang

⁸¹ Muhammad Anas Ma'arif Dan Muhammad Husnur Rofik, "Dzikir Dan Fikir Sebagai Konsep Pendidikan Karakter: Telaah Pemikiran KH. Munawwar Kholil Al-Jawi", *Tadrib* 5, no.1 (2019): 9

⁸² Syifa Al Qulub, "Tinjauan Kritis Neurosains Terhadap Konsep Qalb Menurut Al Ghazali", *Jurnal Uinsgd* 4, No2 (2020):76

menurunkan segala macam penyakit, namun Allah juga yang menurunkan obatnya jadi tidak perlu risau, Allah senantiasa ada untuk orang yang selalu menyebut dan mengingat-Nya.

Dalam psikoterapi, dzikir berhubungan dengan meditasi sebab saat melakukan dzikir dengan khusyuk semua masalah yang menjadikan beban pikiran dihilangkan, yang ada dalam fikiran hanya Allah SWT. dzikir diyakini banyak orang sebagai terapi alternatif dalam mengatasi sebuah persoalan yang dapat mengakibatkan gangguan pada psikologis yang dapat memicu adanya penyakit psikomatis. Setelah melakukan meditasi otak akan lebih banyak menghasilkan gelombang Alpa sehingga menciptakan kondisi yang tenang dan rileks.⁸³

Dzikir efektif dilakukan disaat pandemi, selain untuk mencegah sakit yang diakibatkan oleh jiwa namun juga sebagai obat. Seperti contoh ketika dzikir itu dapat mencegah penyakit kejiwaan dengan cara memperoleh ketenangan jiwa agar tidak mengalami keguncangan. Orang yang hidupnya selalu dekat dengan Allah maka ketika menghadapi ujian dalam kehidupan akan tetap tenang.

Dari hasil penelitian, 90% orang yang mengalami gangguan kejiwaan di Pondok Pesantren Fafirruu Ilallah dapat disembuhkan dengan dzikir selain karomah kyai yang bisa menyembuhkan pasien, tetapi juga karena adanya dorongan dari diri sendiri yang ingin sembuh. Dzikir dapat memberikan pengaruh dalam ketenangan jiwa, hal itu dilihat dari banyak santri atau pasien ketika menghadapi permasalahan dalam kehidupan dengan kesabaran, keikhlasan, dan menyerahkan semua kepada Allah SWT.

⁸³ Ashadi Cahyadi, "Psikoterapi Dalam Pandangan Islam", *El Akfar* 5, no.32, (2016)