

BAB II LANDASAN TEORI

A. Teori-Teori Yang Terkait Dengan Judul

1. Pengertian Resepsi

Resepsi adalah teori yang mementingkan tanggapan pembaca terhadap sebuah karya, misalnya tanggapan umum yang mungkin berubah-ubah yang bersifat penafsiran dan penilaian terhadap karya yang terbit dalam jangka waktu tertentu.¹

Menurut Stuart Hall, riset khalayak mempunyai perhatian langsung terhadap analisis dan konteks sosial dan politik dimana isi media diproduksi (*encoding*), serta konsumsi isi media dalam konteks kehidupan sehari-hari (*decoding*). Analisis resepsi memfokuskan pada perhatian individu dalam proses komunikasi massa (*decoding*), yaitu pada proses pemaknaan dan pemahaman yang mendalam atas media dan bagaimana individu menginterpretasikan teks media dengan cara memberikan makna atas pemahamannya sesuai apa yang dilihatnya dalam kehidupan sehari-hari.²

Analisis resepsi merupakan suatu studi yang melihat khalayak sebagai partisipan aktif dalam membangun dan memaknai atas apa yang mereka baca, dengar, dan lihat. Pemanfaatan teori analisis resepsi sebagai pendukung dalam kajian terhadap khalayak sesungguhnya hendak menempatkan khalayak menginterpretasikan isi media, memberikan makna atas pemahaman dan pengalamannya sesuai apa yang dilihatnya dalam kehidupan sehari-hari. Atas dasar itu, pada penelitian ini menggunakan teori resepsi dalam menganalisa bagaimana resepsi masyarakat terhadap ayat-ayat Al-Qur'an dalam dzikir *rātīb al-haddād* di Masjid Nurul Huda Mejobo Kudus.³

2. Pengertian Dzikir

a. Dzikir

Dzikir secara etimologi berasal dari Bahasa Arab *dzakara*, artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti. Biasanya

¹ Widiyastuti, Skripsi “Resepsi Masyarakat Terhadap Pesan Dakwah Iklan Paytren”, (UIN Alauddin Makassar, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, 2018), hal. 27.

² Widiyastuti, Skripsi “Resepsi Masyarakat Terhadap Pesan Dakwah Iklan Paytren”, hal. 27.

³ Widiyastuti, Skripsi “Resepsi Masyarakat Terhadap Pesan Dakwah Iklan Paytren”, hal. 29.

perilaku dzikir diperlihatkan orang hanya dalam bentuk renungan sambil duduk dengan membaca bacaan-bacaan tertentu. Sedangkan dalam pengertian terminologi *dzikir* sering dimaknai sebagai suatu amal ucapan atau amal *qauliyah* melalui bacaan-bacaan tertentu untuk mengingat Allah. Berdzikir kepada Allah adalah suatu rangka dari rangkaian Iman dan Islam yang mendapat perhatian khusus dan istimewa dari Al-Qur'an dan sunnah.⁴

Dalam literatur lain dijelaskan bahwa dzikir berasal dari bahasa Arab, yang secara bahasa berarti menyebut, mengingat. Sedangkan secara istilah dzikir adalah menyebut nama-nama Allah dan sifat-sifat-Nya, memuji-Nya dan menyanjung-Nya, seperti mengucapkan, “*Subhânallah*” (Mahasuci Allah), “*al-Hamdulillah*” (Segala puji bagi Allah), “*Lâ ilâha illa Allah*” (Tiada Tuhan selain Allah), “*Allâhu Akbar*” (Allah Maha Besar), dan lainnya.⁵

Menurut Imam Al-Ghazali pengertian dzikir secara bahasa berarti mengingat, sedangkan secara istilah yaitu ikhtiar sungguh-sungguh untuk mengalihkan gagasan, pikiran dan perhatian manusia menuju Tuhan dan akhirat. Dzikir ini bertujuan untuk membalikkan keseluruhan karakter manusia dan mengalihkan perhatian utama seseorang dari dunia yang sudah sangat dicintai menuju akhirat yang sejauh ini belum dikenali sama sekali. Menurut al-Ghazali, perhatian manusia tertuju pada dunia, sehingga dengan mudah manusia lupa kepada Tuhannya dan setan menggoda tanpa henti selama keseluruhan proses ini. Pada aspek lainnya, selama manusia mencurahkan semua perhatian dengan cara dzikir kepada Tuhan, maka hanya akan tersisa sedikit ruang untuk godaan setan. Dzikir mempunyai awal dan akhir. Pada awalnya, dzikir menimbulkan perasaan *uns* (keintiman, keakraban dan kehangatan hubungan) serta cinta. Pada akhirnya, dzikir justru ditimbulkan oleh perasaan *uns* dan cinta. Serta bersumber pada keduanya.⁶

⁴ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, (Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2014), 11.

⁵ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, Jurnal Al-‘Adalah, Vol. 12, No. 4, Desember 2015, hal. 870. Diakses pada 9 Oktober 2020, <http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/adalah/article/view/218>

⁶ Rahmat Ilyas, *Zikir dan Ketenangan Jiwa : Telaah atas Pemikiran Al-Ghazali*, Mawa’izh: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan, Vol. 8, No. 1, 2017, hal. 94.

Ibnu Attailah Al Sakandari juga menjelaskan bahwa dzikir adalah membebaskan diri dari lalai dan alpa dengan senantiasa menjaga hati agar selalu hadir bersama al-Haq (Allah Ta'ala).⁷ Al-Qur'an menunjukkan bahwa dzikir itu bukan hanya ekspresi daya ingatan yang ditampilkan dengan membaca secara lisan sambil duduk merenung, tetapi yang lebih penting, dzikir bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif.⁸

Al-Quran menjelaskan beberapa ayat tentang pengertian dan makna dzikir, antara lain:

- 1) Dzikir berarti meningkatkan daya ingatan:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا
بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS. Ar-Ra'd [13]: 28).

Sebagaimana diketahui bahwa dengan hati yang tenang secara otomatis akan membangkitkan daya ingat.

- 2) Dzikir berarti pula ingat akan hukum-hukum Allah:

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايَ ذِي
الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ
يَعْظُمُ لِعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴿٢٨﴾

Artinya : “Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) Berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberi kepada kaum kerabat, dan Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkaran

⁷ Ibnu Attailah As-Sakandari, *Seluk Beluk Dzikrullah*, (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2018), hal. 3.

⁸ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 11.

dan permusuhan. Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran.” (QS. An-Nahl [16]: 90).

- 3) Dzikir juga berarti mengambil pelajaran atau peringatan:

يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ ۚ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا ۗ وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو

الْأَلْبَابِ ﴿٢٦٩﴾

Artinya: “Allah menganugerahkan Al Hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al Quran dan As Sunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. dan Barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari firman Allah).” (QS. Al-Baqarah [2]: 269).⁹

- 4) Dzikir bisa diartikan meneliti proses alam:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩١﴾ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ

اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي

خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا

بَطِلًا ۖ سُبْحٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩١﴾

⁹ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 12.

Artinya : “Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal, (190) “(yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan Kami, Tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha suci Engkau, Maka peliharalah Kami dari siksa neraka. (191)”. (QS. Ali Imran [3]: 190-191).

Demikian kurang lebih arti dzikir yang dijelaskan di dalam QS. Ar-Ra'd [13]: 28, QS. -Nahl [16]: 90, QS. Al-Baqarah [2]: 269, QS. Ali Imran [3]: 190-191. Dzikir dapat membentuk akselerasi mulai dari renungan, sikap, aktualisasi sampai kepada kegiatan memproses alam. Semua itu menghendaki terlibatnya dzikir tanpa boleh alpa sedikit pun, dan merupakan jaminan berakarnya ketenangan dalam diri. Kalau diri selalu terhubung dalam ikatan ketuhanan maka akan tertanamlah dalam diri seseorang sifat-sifat ketuhanan yang berupa ilmu, hikmah, dan iman.¹⁰

Kata dzikir di dalam Alquran diulang sebanyak 292 kali dalam 264 ayat, dengan berbagai ragam tema. Namun selain penganekaragaman tema al-Qur'an, dzikir merupakan sarana terbaik untuk menguatkan hati, mengokohkan iman, dan meningkatkan ketakwaan kepada Allah Swt.¹¹

Dalam ayat lain juga disebutkan bahwa seorang hamba yang beriman diharuskan untuk dzikir (mengingat Allah) sebanyak-banyaknya. Sebagaimana firman Allah:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اذْكُرُوْا اللّٰهَ ذِكْرًا كَثِيْرًا ﴿٤١﴾

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya.” (QS. Al-Ahzab: 41).

¹⁰ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 13.

¹¹ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, 870.

Ayat di atas adalah salah satu perintah supaya berdzikir sebanyak mungkin dan senantiasa mengingat Allah Swt. dalam keadaan apapun sebagai perwujudan iman.¹²

b. Macam-Macam Dzikir

Dzikir kepada Allah secara umum yang dijelaskan dalam Alquran dapat diklasifikasikan menjadi empat bentuk atau jenis, hal ini didasarkan pada aktivitas apa yang digunakan untuk mengingat Allah Swt, yaitu:¹³

- 1) Dzikir pikir (tafakkur), yakni mengingat Allah dengan cara memikirkan, menelaah, dan merenungkan ayat-ayat Allah, baik ayat *qauliyah* (Alquran) atau ayat *kauniyah* (alam semesta) ciptaan-Nya.

Sebagai makhluk yang paling baik dan unggul, maka Allah menganugerahkan berbagai potensi yang luar biasa. Salah satu dari sekian banyak potensi manusia adalah potensi intelektual yaitu kemampuan berpikir. Oleh itu Alquran memerintahkan agar manusia menjaga dan memanfaatkan potensi tersebut dengan sebaik-baiknya, untuk memahami, berpikir dan memikirkan tentang segala sesuatu, termasuk memikirkan tentang fenomena alam, merenungkan, dan menelaah Alquran, dan diri manusia sendiri. Allah Swt. berfirman:¹⁴

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفَلَكَ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ

¹² Cece Jalaludin Hasan, *Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Tazkiyatun Nafs*, Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, Vol. 7, No. 2, 2019. hal. 132. Diakses pada 8 Oktober 2020, <http://jurnal.fdk.uinsgd.ac.id/index.php/irsyad/article/view/855>

¹³ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 22.

¹⁴ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 23.

وَتَصْرِيفِ الرِّيحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ
وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿١٦٤﴾

Artinya : “Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, silih bergantinya malam dan siang, bahtera yang berlayar di laut membawa apa yang berguna bagi manusia, dan apa yang Allah turunkan dari langit berupa air, lalu dengan air itu Dia hidupkan bumi sesudah mati (kering)-nya dan Dia sebarkan di bumi itu segala jenis hewan, dan pengisaran angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi; sungguh (terdapat) tanda-tanda (keesaan dan kebesaran Allah) bagi kaum yang memikirkan.” (QS. Al-Baqarah (2): 164).

- 2) Dzikir lisan atau ucapan, yakni dzikir kepada Allah yang dilakukan dengan cara menyebut dan mengingat Allah dengan perkataan lisan atau membaca bacaan dzikir tertentu dan dapat didengar telinga orang yang bersangkutan atau orang lain.

Menyebut dan mengingat Allah dengan lisan dapat dibedakan menjadi dua macam, yakni dzikir yang dilakukan dengan suara pelan (*sirr*) atau berbisik (*hams*) dan dzikir yang dilakukan dengan suara yang keras dan bersama-sama (*jahr*), seperti membaca *istighasah* atau doa bersama. Berkenaan dengan hal ini Allah Swt. berfirman:¹⁵

وَاذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلاً ﴿٨﴾

Artinya : “Sebutlah nama Tuhanmu, dan beribadatlah kepada-Nya dengan penuh ketekunan.” (QS. Al-Muzzammil (73): 8).

- 3) Dzikir hati atau *qalbu*, yakni aktivitas mengingat Allah yang dilakukan dengan hati atau *qalbu* saja, artinya sebutan itu dilakukan dengan ingatan hati. Atau bisa juga

¹⁵ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 27.

didefinisikan dengan melaksanakan dzikir dengan lidah dan hati, maksudnya lidah melafalkan bacaan dzikir tertentu dengan suara yang pelan dan hati mengingat dengan meresapi maknanya.

Sesungguhnya hati merupakan bagian paling penting dalam tubuh kita, sebab hati-lah yang menjadi barometer baik dan tidaknya seseorang. Hati atau qalbu akan rusak manakala tidak diisi dengan energi dan makanan, dan sumber energi yang dibutuhkan hati tiada lain adalah dzikrullah. Allah Swt. berfirman:¹⁶

وَأذْكُر رَّبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ
الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ
الْغَافِلِينَ ﴿٢٠٥﴾

Artinya : “Dan sebutlah (nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, di waktu pagi dan petang, dan janganlah kamu Termasuk orang-orang yang lalai.” (QS. Al-A’raf (7): 205).

- 4) Dzikir dengan amal perbuatan, yakni segala amal dan perbuatan yang dapat mengantarkan kita untuk dapat mengingat Allah.

Dzikir ini diwujudkan dalam bentuk kesediaan kita untuk menjadikan Allah sebagai sumber utama dan motivasi dari setiap aktivitas dan tindakan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Demikian pula tujuan akhir yang hendak dicapai tidak lain adalah ridha Allah semata. Allah Swt. berfirman:

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ
وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٩٥﴾

¹⁶ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 28-29.

Artinya : “Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik.” (QS. Al-Baqarah (2): 195).

Para ulama’ juga membagi dzikir menjadi tiga macam: dzikir lisan, dzikir hati, dan dzikir badan. Dzikir lisan yaitu dzikir yang dilakukan dengan bersuara. Dzikir hati yaitu dzikir yang dilakukan dengan membatin (bersuara dalam hati). Dzikir badan yaitu dzikir yang dilakukan dengan menyerahkan seluruh tubuh kepada Allah Swt. dengan cara menjalankan perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya.¹⁷

Dzikir bisa dilakukan dimana pun, kapan pun, dan dalam kondisi apapun. Namun ada beberapa waktu utama untuk melakukannya, yaitu setelah shalat fardhu, setiap pagi dan sore hari, ketika matahari tergelincir dan sepertiga malam. Adapun cara berdzikir menurut para ulama’ sufi dan syariat: (1) harus suci lahir batin, (2) khusyu’ dan berusaha memahami setiap bacaannya, (3) bersuara sederhana, (4) menghadap kiblat, (5) menunjukkan hati untuk berniat dzikir karena Allah Swt.¹⁸

Dzikir juga harus dilakukan saat seseorang merasa telah jauh dan merasa lupa pada Allah, tertekan, cemas, mengendalikan hawa nafsunya, bahkan dalam keadaan nyeri. Sebagaimana terdapat dalam Firman Allah SWT; Q.S. Al Ahzab (33): 41: “*Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, dzikir yang sebanyak-banyaknya*”. “*Dan ingatlah kepada Tuhan jika kamu lupa*” (Q.S. Al-Kahfi (18): 24). Serta hadis yang diriwayatkan dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah bersabda, Allah telah berfirman, “*Aku bersama hamba-Ku selama dia berdzikir kepada-Ku dan*

¹⁷ Cece Jalaludin Hasan, *Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Tazkiyatun Nafs*, 132.

¹⁸ Cece Jalaludin Hasan, *Bimbingan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Tazkiyatun Nafs*, 132.

kedua bibirnya bergerak menyebut-Ku” (HR. Ibnu Majah, Ibnu Hibban, Ahmad, dan Hakim).¹⁹

c. Macam-Macam Bacaan Dzikir

Mengingat Allah adalah kunci keselamatan dan kesejahteraan dalam hidup kita di dunia dan akhirat, sebaliknya lalai dari mengingat Allah (meninggalkan *dzikrullah*), bukan hanya munculnya sumber malapetaka dalam hidup kita, tetapi juga penyebab utama lahirnya kecelakaan dan kebinasaan bagi hidup kita di dunia dan terlebih lagi di akhirat kelak.²⁰

Terkait dengan bacaan dzikir yang sering diamalkan Rasulullah Saw. dan telah masyhur di kalangan para ulama serta paling banyak diamalkan umat Islam di seluruh belahan dunia, diantaranya adalah:

- 1) *Al-Baqiyyatu Ash-Shalihah*, artinya amalan-amalan baik yang masih tinggal. Terdiri atas lima bacaan dzikir, yakni bacaan *tasbih, tahmid, takbir, tahlil, dan hauqalah*. Pada umumnya bacaan dzikir tersebut dibaca setelah menyelesaikan atau mengiringi ibadah shalat wajib maupun shalat sunnah. Keutamaan lain dari bacaan ini adalah barang siapa yang senantiasa membacanya, maka Allah akan memberikan kedudukan yang sangat luhur dan mulia, dan tidak ada yang lebih baik dan mulia daripadanya selain orang yang lebih banyak dalam membacanya.²¹
- 2) *Istighfar*, dapat dimaknai dengan menundukkan hati, jiwa, dan pikiran kepada Allah seraya memohon ampunan terhadap-Nya dari segala dosa dan salah yang telah kita lakukan dengan sengaja maupun disebabkan oleh lupa.²²
- 3) *Isti'adzah atau Isti'adzah Billah*, memiliki makna meminta atau memohon perlindungan Allah dari segala

¹⁹ Dwi Astutia, dkk., *Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Sc*, Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan, Vol. 10, No. 2, 2019, hal. 308. Diakses pada 8 Oktober 2020, <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/687>

²⁰ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 65.

²¹ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 67.

²² Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 85.

hal yang tidak menyenangkan hati, dan meminta perlindungan kepada Allah dari segala sesuatu yang tidak baik, dan dari segala hal yang merintanginya serta menghalangi kita pada jalan ketaatan kepada Allah Swt.²³

- 4) *Basmalah*, ialah bacaan dzikir yang sangat baik dan yang sangat dianjurkan untuk diamalkan setiap saat. Dan lebih baik jika pada saat dan memulai suatu pekerjaan. Dengan demikian, apapun yang kita kerjakan berada dalam pengawasan dan perlindungan Allah Swt.²⁴
- 5) *Hasbalah*, ialah bacaan dzikir yang menunjukkan pengakuan bahwa sesungguhnya tidak ada tempat untuk bergantung dan berlindung selain hanya kepada Allah Swt. bacaan ini menunjukkan kita yakin dengan sepenuh hati bahwa Allah-lah sebaik-baik penolong dan pelindung.²⁵
- 6) Dzikir dengan membaca ayat-ayat Alquran, untuk mengingat Allah juga dapat kita lakukan dengan mengkaji, membaca, dan memikirkan ayat-ayat Allah. Seperti yang sering kita baca yakni surat Al-Fatihah, Al-Ikhlash, Al-Falaq, An-Naas, Surat Al-Kahfi, Surat Yaasiin, Ayat Kursi.²⁶
- 7) Dzikir dengan *Asma'ul Husna*. *Asma'ul Husna* yakni nama-nama yang Agung yang berjumlah Sembilan puluh Sembilan (99), di mana dari setiap nama adalah sesuai dengan sifat Allah Swt. bacaan *Asma'ul Husna* ini termasuk dzikir yang mudah dan ringan untuk dibaca serta mudah dicerna akal budi kita.²⁷

d. Urgensi Dzikir

Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam QS. Ar-Ra'd [13]: 28, bahwa dzikir adalah sangat penting bagi hati. Karena dengan dzikir dapat mengikis sifat kotor dalam hati dan juga berpotensi tinggi sebagai penenang hati. Sehingga

²³ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 92.

²⁴ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 98.

²⁵ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 105.

²⁶ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 107.

²⁷ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 139.

menjadikan hati bersih dan suci. Jika hati suci, maka pikiran akan menjadi jernih. Jika pikiran jernih, maka perbuatan manusia akan indah dan selalu mengutamakan berperilaku baik.²⁸

Diceritakan dari Abu Muslim al-Aghar, ia berkata: Saya bersaksi atas Abu Hurairah dan Abu Sa'ib bahwa mereka menyaksikan Rasulullah SAW. bersabda:²⁹

عن ابي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال ما اجتمع قوم في بيت من بيوت الله يتلون كتاب الله ويتدا رسونه فيما بينهم إلا نزلت عليهم السكينة وغشيتهم الرحمة وحفتهم الملائكة وذكرهم الله فيمن عنده.
(رواه مسلم وابو داود)

Artinya: “Dari Abu Hurairah ra. Berkata bahwa Rasulullah Saw. Bersabda, “*Tidaklah suatu kaum berkumpul di salah satu rumah dari rumah-rumah Allah, mereka membaca kitab Allah dan saling mengajarkannya di antara mereka, melainkan diturunkan kepada mereka as-sakinah (ketenangan), rahmat menyirami mereka, para malaikat mengerumuni mereka, dan Allah Swt menyebut-nyebut mereka di kalangan (malaikat) yang ada di sisi-Nya.*” (HR. Muslim dan Abu Dawud).

Berdzikir adalah ibadah sunnah dan sangat mulia. Dzikir adalah peringkat doa yang paling tinggi, yang di dalamnya tersimpan berbagai keutamaan dan manfaat yang besar bagi hidup dan kehidupan kita. Bahkan kualitas diri kita di hadapan Allah sangat dipengaruhi oleh kuantitas dan kualitas dzikir kita kepada-Nya. Selain sebagai ibadah yang sangat mulia dan utama, mengingat Allah juga ibadah yang memiliki nilai yang sangat besar dan berlipat ganda. Bahkan

²⁸ Syamsuri Ali, *Pengobatan Alternatif Dalam Perspektif Hukum Islam*, 870.

²⁹ Shahih Muslim, *Kitab Dzikir Doa Taubat dan Istighfar*, no 2699; Abu Dawud, no. 3643; Tirmidzi, no. 2646; Ibnu Majah, no 225. Diakses pada 5 Maret 2021, <https://almanhaj.or.id/3001-keutamaan-dan-bentuk-majlis-dzikir.html>

Nabi Saw. pernah menyatakan bahwa berdzikir kepada Allah itu lebih baik dan lebih utama nilai kebajikannya, dibandingkan dengan para mujahid (orang-orang yang berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwanya).³⁰ Dikemukakan dalam sebuah hadis dijelaskan:

عن أبي الدرداء رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه: ألا أنبئكم بخير أعمالكم وأزكاها عند مليككم ، وأرفعها في درجاتكم ، وخير لكم من إنفاق الذهب والورق ، وخير لكم من أن تلقوا عدوكم ، فتضربوا أعناقهم ، ويضربوا أعناقكم ؟ ! ، قالوا : بلى ، قال : ذكر الله

Artinya: “Diriwayatkan At-Tirmidzi dari Abu Darda ra. dan Ibnu Majah ra., katanya; pernah Rasulullah Saw. bersabda: Tidakkah kalian ingin aku ceritakan tentang amal-amal kalian yang paling baik, yang paling suci menurut raja kalian, yang akan meluhurkan derajat kalian, yang lebih baik daripada kalian menyambut musuh lalu kalian memenggal leher mereka dan mereka memenggal leher kalian? Mereka menjawab, Baiklah ya Rasulullah. Rasulullah bersabda: Dzikir kepada Allah.” (HR. At-Tirmidzi).³¹

e. Dzikir Perspektif Mufassir

Dalam rangkaian Tafsir Ibnu Katsir, kata dzikir diartikan dengan ingat. Yakni orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah Swt. hati menjadi tenang dan cenderung mengingat Allah Swt. sebagai pelindung dan penolong hamba-Nya.³²

³⁰ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, 15-16.

³¹ Syaikh Salim bin ‘Ied Al-Hilali, *Bahjah An-Nazhirin Syarh Riyadh Ash-Shalihin*. Cetakan pertama, Tahun 1430 H.. Penerbit Dar Ibnul Jauzi. 2:462. Di akses pada 18 Januari 2021. <https://rumaysho.com/17236-dzikir-lebih-utama-dari-infak-dengan-emas-dan-perak.html>

³² Muhammad Nasib al-Rifa’i, *Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir*, terj. Syihabuddin, (Jakarta: Gema Insani Press, 1999), hal. 92.

Menurut pendapat al-Maraghi dzikir diartikan dengan mengingat, yakni orang-orang yang menuju kepada Allah Swt., maka Allah akan membukakan hati dan melapangkan dada mereka. Mereka pasti memperoleh keberuntungan yang baik dan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Karena, dalam dzikir Allah Swt. melimpahkan cahaya iman yang melenyapkan segala kegelisahan dan kesedihan.³³

At-Thabari juga mengemukakan bahwa dzikir ialah perintah kepada orang-orang yang percaya dan yakin akan adanya Allah Swt. sehingga senantiasa mengingat Allah Swt. melalui lidah dengan perkataan dan seluruh anggota badan dengan perbuatan. Hal itu membuat seseorang tidak pernah lepas dari mengingat Allah baik keadaan sehat maupun sakit.³⁴

Quraish Shihab berpendapat bahwa dzikir secara umum dapat diartikan memelihara sesuatu, karena tidak melupakan sesuatu berarti memeliharanya atau terpelihara dalam benaknya. Dengan berdzikir, sesuatu itu direnungkan dan dimantapkan pemeliharannya. Renungan itu bisa dilanjut dengan mengucapkannya lewat lidah dan bisa dilakukan tanpa keterlibatan lidah. Karena itu pula ketika Rasul Saw. dan orang-orang yang dekat kepada Allah Swt. diperintahkan untuk berdzikir, mengingat Allah atau *asma* 'Nya. Karena itu, tidaklah keliru seseorang yang mengatakan bahwa dzikir adalah kondisi kejiwaan yang menjadikan seseorang memelihara sesuatu yang telah diperoleh sebelumnya.³⁵

3. *Rātīb al-Ḥaddād*

a. Sejarah *Rātīb al-Ḥaddād*

Rātīb al-Ḥaddād diambil dari nama penyusunnya, yakni al-Habib Abdullah bin Alwi bin Muhammad al-Haddad (1055-1132). Beliau adalah seorang pembaharu Islam (*Mujaddid*) yang terkenal. Dari doa-doa dan dzikir-dzikir karangan beliau, *Rātīb al-Ḥaddād* lah yang paling masyhur. Ratib al-Haddad

³³ Ahmad Mustafa al-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi*, terj. Anshari Umar Sitanggal, (Semarang: Thaha Putra, 1988), hal. 172.

³⁴ Abu Ja'far al-Thabari, *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an* (Cet. I; t.t: Muassasah al-Risalah, 2000), hal. 423.

³⁵ Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an tentang Dzikir dan Do'a*, (Tangerang: Lentera Hati, 2018), hal. 3-4

disusun berdasarkan inspirasi pada malam lailatul qadar 27 Ramadhan 1071 H (bersamaan 26 Mei 1661).³⁶ Ratib ini disusun atas dasar menunaikan permintaan salah seorang murid beliau yaitu, ‘Amir dari keluarga Bani Sa’d yang tinggal di sebuah kampung di Shibam, Hadhramaut. Tujuan ‘Amir memohon permintaan tersebut adalah untuk mengadakan suatu wirid dan dzikir sebagai amalan penduduk kampungnya agar mereka dapat bertahan dan menyelamatkan diri dari ajaran sesat yang sedang melanda Hadhramaut kala itu.³⁷

Pertama kalinya Ratib ini dibaca yaitu di kampung ‘Amir sendiri, ialah kota Shibam setelah mendapat izin dan Ijazah dari Al-Imam Abdullah Al-Haddad. Setelah itu, Ratib ini dibaca di Masjid Al-Imam Al-Haddad di Al-Hawi, Tarim pada tahun 1072 H (bersamaan dengan tahun 1661 M). Pada kebiasaannya, ratib ini dibaca berjamaah bersama doa dan lafalnya, setelah sholat Isya. Pada bulan Ramadhan, dibaca sebelum sholat Isya. Mengikuti Imam Al-Haddad di kawasan-kawasan di mana Ratib ini diamalkan, dengan izin Allah kawasan tersebut selamat dari pengaruh sesat ketika itu.³⁸

Makna kata ratib diambil dari kata *Rotaba Yartubu Rotban Rutuuban* atau *Tarottaba Yatarottabu Tarottuban*, yang berarti tetap atau tidak bergerak. Jadi kata Ratib menurut bahasa artinya kokoh atau yang tetap. Sedangkan menurut istilah, Ratib diambil dari kata *Tartiibul Harsi Lil Himaayah* (penjagaan secara rutin untuk melindungi sesuatu atau seseorang).³⁹

Menurut ‘Alawi Al-Haddad yang dimaksud dengan “Ratib” ialah himpunan sejumlah ayat-ayat al-

³⁶ Lutfia Istiqomah, “Praktik Pembacaan Al-Qur’an melalui Al-Ma’tsurat, Ratib al-Haddad, dan Ratib al-‘Atas di Pesantren Yatim Cahaya Madinah” skripsi, Universitas Islam Negeri Jakarta, 2020, 38.

³⁷ Shabri Shaleh Anwar, *Ratib Al-Haddad*, (Riau: Qudwah Press, 2018), hal. 1. Diakses pada 25 Januari 2021, <https://books.google.co.id/books?id=3KKLDwAAQBAJ&pg=PA1&dq=sejarah+ratib+al+haddad>

³⁸ Shabri Shaleh Anwar, *Ratib Al-Haddad*, hal. 2.

³⁹ Mamay Maesaroh, *Intensitas Dzikir Ratib Al-Haddad dan Kecerdasan Spiritual Santri*, Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, Vol. 7, No. 1, 2019, hal. 65. Diakses pada 09 Oktober 2020, <http://jurnal.fdk.uinsgd.ac.id/index.php/irsyad/article/view/885>

Qur'an dan untaian kalimat-kalimat dzikir yang lazim diwiridkan atau diucapkan berulang-ulang sebagai salah satu bentuk ibadah mendekatkan diri kepada Allah Swt. Setiap ayat, doa, dan nama Allah yang disebutkan di dalam ratib ini diambil dari bacaan al-Quran dan Hadis Rasul Saw. bilangan bacaan di setiap doa dibuat sebanyak tiga kali, karena itu adalah bilangan ganjil (wafir). Semua ini berdasarkan arahan dari al-Habib Abdullah bin Alwi al-Haddad sendiri. Sebagian besar kaum muslimin, khususnya di Indonesia berkeyakinan betapa besar manfaat mengamalkan *Rātib al-Haddād*, untuk kemantapan iman dan akidah tauhid maupun kemaslahatan hidup di dunia dan akhirat. Ada beberapa "Ratib" yang disusun oleh beberapa ulama ash-shalihin. Namun, ratib yang disusun oleh Imam Al-Haddad adalah yang termasyhur diamalkan oleh kaum muslim dan muslimat di berbagai negeri, di masjid-masjid, di suaru-sarau, si kampung-kampung dan di tempat permukiman lainnya.⁴⁰

b. Manfaat Membaca *Rātib al-Haddād*

Dzikir *Rātib al-Haddād* memberikan manfaat bagi lahir maupun batin. Seorang yang istiqomah dalam mengamalkan dzikir *Rātib al-Haddād*, maka dengan izin Allah Swt. seorang tersebut akan membawa manfaat untuk hidupnya. Dari segi batin, dzikir dapat menenangkan hati dan jiwa orang yang sedang mengalami goncangan dan menetralisasi pikiran yang sedang mengalami kepenatan, mendekatkan diri kepada Allah Swt. membuat kepribadian tampak mengesankan, memulihkan dan menghidupkan hati, menjaga perkataan dari gosib dan fitnah dan menghilangkan sifat munafik. Dengan memperbanyak dzikir, awan ketakutan, kegalauan, kekhawatiran dan kecemasan, kesedihan dan kegundahan akan sirna.⁴¹

Selain masalah kejiwaan, dzikir juga memberikan manfaat bagi fisik/jasmani seseorang. Di

⁴⁰ Mamay Maesaroh, *Intensitas Dzikir Ratib Al-Haddad dan Kecerdasan Spiritual Santri*, 66.

⁴¹ Heri Sunarto, "Urgensi Kegiatan Ratib al-Haddad Dalam Meningkatkan Keimanan Santri Pondok Pesantren KH. Syamsuddin Durisawo Ponorogo" skripsi, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Ponorogo, 2015, 28.

dalam tubuh manusia terdapat syaraf yang mengendalikan hormon, yang tergantung dari kondisi psikologis, jika kondisi psikis baik maka syaraf akan baik, begitu juga sebaliknya dan itu akan mempengaruhi hormon, yang pada akhirnya tubuh terjangkit penyakit. Untuk menyeimbangkan tubuh dan kesehatan tubuh, maka perlu menginspirasi diri untuk selalu menumbuhkan rasa tenang, rasa sabar, dan semangat yang tinggi serta selalu mendekati diri kepada Allah melalui ajaran-ajaran Islam, yang paling utama adalah melakukan dzikir setiap hari.⁴²

c. Mental dan Ketenangan Jiwa

1) Pengertian Mental

Mental adalah paduan secara menyeluruh antara berbagai fungsi-fungsi psikologis dengan kemampuan menghadapi krisis-krisis psikologis yang menimpa manusia yang dapat mempengaruhi emosi dan kondisi mental.⁴³

Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari keluhan dan gangguan mental baik berupa neurosis maupun psikosis (penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial). Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa. Mental yang sehat tidak akan mudah terganggu oleh Stressor (Penyebab terjadinya stres) orang yang memiliki mental sehat berarti mampu menahan diri dari tekanan-tekanan yang datang dari dirinya sendiri dan lingkungannya.⁴⁴

2) Pengertian Ketenangan Jiwa

Ketenangan berasal dari kata “tenang” dan kemudian diberi imbuhan ke-an, ketenangan secara etimologi berarti menatap, tidak gusar, yaitu suasana jiwa yang berada dalam keseimbangan sehingga menyebabkan seseorang tidak terburu-buru atau

⁴² Heri Sunarto, “Urgensi Kegiatan Ratib al-Haddad Dalam Meningkatkan Keimanan Santri Pondok Pesantren KH. Syamsuddin Durisawo Ponorogo”, 29.

⁴³ Dwi Fitriani, “Komunikasi Da’i Dalam Membangun Mental Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Barat Bekasi” skripsi, Jurusan Komunikasi dan Penyiaran Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017, 40.

⁴⁴ Abdul Hamid, *Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama*, Jurnal Kesehatan Tadulako, Vol. 3, No. 1, Januari 2017, hal. 3. Diakses pada 16 November 2020.

gelisah. Tenang juga berarti diam, tidak berubah-ubah, tidak gelisah, tidak susah, tidak gugup dan cemas betapa pun keadaan gawat, tidak tergesa-gesa.⁴⁵

Kata jiwa dalam bahasa Inggris disebut *psyche* yang berarti jiwa, nyawa atau alat untuk berfikir. Sedangkan dalam bahasa Arab jiwa sering disebut dengan “*al nafs*” Oleh Imam al-Ghazali dimaknai bahwa jiwa adalah segala hakekat kejiwannya, itulah pribadi dan zat kejiwaannya.⁴⁶

Sedangkan manusia yang memiliki gangguan jiwa menurut Zakiyah Darajat, mulai dari tingkat yang paling ringan sampai tingkat yang paling parah sehingga mengarah pada depresi dan kegilaan. Hal itu dapat dilihat dari beberapa segi yaitu:⁴⁷

- a) Dari segi perasaan diantara gangguan perasaan yang disebabkan karena ketenangan mental adalah rasa cemas, gelisah, bimbang dan ragu.
- b) Dari segi pikiran, gejala itu dapat dilihat berupa sering lupa, tidak dapat berkonsentrasi, kemampuan berpikir melawan, dan merasa pikirannya buntu.
- c) Dari segi perilaku dan kelakuan, gejala yang nampak adalah adanya penyimpangan-penyimpangan yang dilakukan sehingga menyebabkan dirinya dan orang lain menderita seperti tindak kriminal, agresif (menyerang), deskruktif (merusak) dan lain-lain.

Bukti bahwa ayat-ayat suci Al-Qur’an adalah suatu keajaiban untuk ketenangan jiwa manusia yaitu QS. Ali Imran [3]: 164, berbunyi:

⁴⁵ Burhanuddin, *Zikir Dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan Dan Kegagalan Jiwa)*, Mimbar: Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani, Vol. 6, No. 1, 2020, hal. 20. Diakses pada 16 November 2020.

⁴⁶ Burhanuddin, *Zikir Dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan Dan Kegagalan Jiwa)*, hal. 20.

⁴⁷ Burhanuddin, *Zikir Dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan Dan Kegagalan Jiwa)*, 21.

لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا
 مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيزَكِّيهِمْ
 وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا مِن قَبْلُ

لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ﴿١٦٤﴾

Artinya: “Sungguh Allah telah memberi karunia kepada orang-orang yang beriman ketika Allah mengutus diantara mereka seorang Rasul dari golongan mereka sendiri, yang membacakan kepada mereka ayat-ayat Allah, membersihkan (jiwa) mereka, dan mengajarkan kepada mereka Al kitab dan Al hikmah. dan Sesungguhnya sebelum (kedatangan Nabi) itu, mereka adalah benar-benar dalam kesesatan yang nyata.” (QS. Ali Imran [3]: 164).

Tafsir ayat di atas menjelaskan bahwa Allah benar-benar memberi keuntungan dan nikmat kepada semua orang mukmin umumnya dan kepada orang-orang yang beriman bersama-sama Rasulullah khususnya, karena Allah mengutus seorang rasul dari kalangan mereka sendiri, sehingga mereka mudah memahami tutur katanya dan dapat menyaksikan tingkah lakunya untuk diikuti dan dicontoh amal-amal perbuatannya. Nabi Muhammad langsung membacakan ayat-ayat kebesaran Allah menyucikan mereka dalam amal dan iktikad, dan mengajarkan kepada mereka al-Kitab dan al-Hikmah. Adapun yang dimaksud al-Kitab adalah suatu kompendium semua pengetahuan yang diwahyukan (*revealed knowledge*), sedangkan al-Hikmah adalah mencakup semua pengetahuan perolehan (*acquired knowledge*). Jika dihubungkan dengan keberadaan kalam dan falsafah, maka kalam lebih berat ke al-Kitab sedangkan falsafah lebih

berat ke al-Hikmah, meskipun kedua-duanya mengagungkan satu dengan lainnya dengan tingkat keserasian tertentu yang tinggi. Keduanya bertemu dalam kesamaan iman dan kedalaman rasa keagamaan.⁴⁸

3) Cara Membangun Mental Yang Baik

Untuk memperoleh dan ketenangan dan ketenteraman jiwa yang hakiki, Islam sejak awal mengajak manusia kepada iman dan mentauhidkan Allah. Tujuannya tidak lain agar mereka terbebas dari etika dan tradisi jahiliyyah yang mewarnai pikiran mereka dengan kebodohan dan kurafat. Metode ini benar-benar memiliki pengaruh yang sangat besar dalam mengubah kepribadian bangsa Arab waktu itu, sehingga mereka menjadi jiwa yang tidak lagi mengkhawatirkan hal-hal dahulu sangat mereka cemas seperti rasa takut mati, takut miskin, takut terkena musibah, maupun takut kepada sesama manusia. Dengan keimanan dan tauhid mereka benar-benar merasakan keamanan jiwa. Hal ini sebagaimana firman Allah QS. Al- An'aam [6]: 82).⁴⁹

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ
أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُّهْتَدُونَ

Artinya: “Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka Itulah yang mendapat keamanan dan mereka itu adalah orang-orang yang mendapat petunjuk.” QS. Al- An'aam [6]: 82).

Ada beberapa cara yang harus dilakukan untuk membangun mental yang baik, di antaranya yakni senantiasa mengingat Allah Swt., selalu berpikir positif, harga diri sendiri. Mental akan lemah jika tidak diisi dengan hal-hal yang positif.

⁴⁸ Tafsir Kemenag, QS. Ali Imran ayat 164.

⁴⁹ Ikhwan Fuad, *Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an dan Hadits*, Jurnal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi, Vol. 1, No. 1 Juni 2016, hal. 40.

Baik dilahirkan dari sendiri maupun lingkungan sekeliling kita.⁵⁰

d. Hubungan Dzikir dengan Mental dan Ketenangan Jiwa

Berikut ini manfaat dzikir yang berhubungan dengan kesehatan mental dan jiwa.⁵¹

- a. Menghilangkan segala kerisauan dan kegelisahan serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan;
- b. Mendatangkan wibawa dan ketenangan bagi pelakunya;
- c. Mengilhamkan kebenaran dan sikap istiqamah dalam setiap urusan;
- d. Dzikir adalah makanan rohani sebagaimana nutrisi bagi tubuh manusia, dzikir juga merupakan perangkat yang membuat kalbu bersih dari karat yang berupa lalai dan mengikuti hawa nafsu;
- e. Dzikir juga menjadi penyebab turunnya *sakinah* (ketenangan), penyebab adanya naungan para malaikat, serta penyebab datangnya limpahan rahmat.
- f. Menghalangi lisan seorang hamba melakukan *ghibah*, berkata dusta, dan melakukan perbuatan buruk lainnya;
- g. Orang yang berdzikir akan diteguhkan kalbunya, dikuatkan tekadnya. Selain itu kalbunya akan dekat pada akhirat dan dijauhkan dari dunia;
- h. Memudahkan pelaksanaan amal saleh, mempermudah urusan yang pelik, membuka pintu yang terkunci, serta meringankan kesulitan;
- i. Memberi rasa aman kepada mereka yang takut.

e. Teori Tindakan Sosial Max Weber

Max Weber adalah seseorang sosiolog yang lahir di kota Efrurt, Jerman pada 21 April 1864. Dalam kehidupannya, terlebih karya-karya Weber terdapat ketegangan antara pikiran birokratis, sebagaimana ayahnya. Namun juga dengan religiusitas ibunya. Ketegangan yang tak terpecahkan tersebut merasuk ke

⁵⁰ Dwi Fitriani, “Komunikasi Da’i Dalam Membangun Mental Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Barat Bekasi”, 41-42.

⁵¹ Rudy Haryanto, *Dzikir: Psikoterapi dalam Perspektif Islam*, Jurnal Al-Ihkam, Vol. 9, No. 2, Desember 2014, hal. 353-354. Di akses pada 12 Oktober 2020.

dalam karya Weber dan kehidupan pribadinya. Selain menulis buku dan dosen, Weber juga membantu mendirikan *German Sociological Society* di tahun 1910, konsultan, dan peneliti. Tokoh-tokoh yang mempengaruhi Max Weber adalah Karl Marx, Imanuel Kant, Nietzsche, dan Wilhelm Dilthey. Banyak teori-teori yang disumbangkan Weber bagi sosiologi, seperti teori etika protestan dan kapitalisme, rasionalisasi, tindakan sosial, birokrasi, sosiologi agama.⁵²

Pusat pemikiran Max Weber terletak pada dua segi utama, yaitu: agama yang mempengaruhi pandangan hidup manusia dan perubahan sosial ekonomi yang mempengaruhi agama. Namun, Weber dengan sudut pandangnya tertentu jauh lebih mementingkan yang pertama yakni pengaruh agama dan peranannya terhadap etika ekonomi.⁵³

Teori tindakan sosial Max Weber berorientasi pada motif dan tujuan pelaku. Dengan menggunakan teori ini dapat dipahami bahwa perilaku setiap individu maupun kelompok, masing-masing memiliki motif dan tujuan yang berbeda dalam suatu tindakan yang dilakukan. Dengan memahami motif dan tujuan suatu individu atau kelompok, sama halnya kita telah menghargai alasan-alasan mereka dalam melakukan suatu tindakan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Weber, cara terbaik untuk memahami berbagai kelompok adalah dengan menghargai bentuk-bentuk tipikal tindakan yang menjadi ciri khasnya. Sehingga kita dapat memahami alasan-alasan mengapa warga masyarakat tersebut bertindak.⁵⁴

Weber melakukan klarifikasi dari empat tipe tindakan yang dibedakan dalam konteks motif para pelakunya yaitu: tindakan tradisional, tindakan afektif, rasionalitas instrumental dan rasionalitas nilai. Adapun

⁵² Diah Retno Dewi Hastuti, dkk., *Ringkasan Kumpulan Madzhab Teori Sosial*, (Makassar, Pustaka Taman Ilmu, 2018), hal. 19-20.

⁵³ Diah Retno Dewi Hastuti, dkk., *Ringkasan Kumpulan Madzhab Teori Sosial*, hal. 20.

⁵⁴ Alis Mukhlis Dan Nor Kholis, *Analisis Tindakan Sosial Max Weber Dalam Tradisi Pembacaan Kitab Mukhtashar Al-Bukhari*, Jurnal Living Hadits, Vol. 1, No. 2, Oktober 2016, Hal. 248.

penjabaran mengenai empat klarifikasi tipe tindakan, yaitu sebagai berikut:

- a. Tindakan Tradisional, yaitu tindakan yang ditentukan oleh kebiasaan-kebiasaan yang sudah mengakar secara turun-temurun.
- b. Tindakan Afektif, yaitu tindakan yang ditentukan oleh kondisi dan orientasi emosional si pelaku.
- c. Rasionalitas Instrumental, yaitu tindakan yang ditujukan pada pencapaian tujuan-tujuan yang secara rasional diperhitungkan dan diupayakan sendiri oleh pelaku.
- d. Rasionalitas Nilai, yaitu tindakan rasional berdasarkan nilai, yang dilakukan untuk alasan-alasan dan tujuan-tujuan yang ada kaitannya dengan nilai-nilai yang diyakini secara personal tanpa memperhitungkan prospek-prospek apakah berhasil atau gagal tindakan tersebut.⁵⁵

Teori tindakan sosial oleh Max Weber sebagai acuan dasar dalam menganalisis latar belakang pembahasan fenomena praktik pembacaan dzikir ratib al-haddad dan pengaruhnya bagi mental dan ketenangan jiwa. Selain itu juga untuk memahami motivasi dan tujuan dari para pelaku yang mengikuti kegiatan rutin ini sehingga masih tetap terjaga dan melestarikannya.

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian tentang dzikir sudah banyak dilakukan di antaranya; Pertama, penelitian saudara Yu'inul Muna. Dalam skripsinya berjudul "*Dzikir dan Do'a dalam Al-Qur'an sebagai Psikoterapi Di Majelis Dzikir Wa Ta'lim Al Khoiriyah Desa Jepang Mejobo Kudus*". Dalam penelitian ini membahas tentang bacaan Dzikir dan Do'a yang dilaksanakan di Majelis Dzikir Wa Ta'lim Al Khoiriyah Desa Jepang Mejobo Kudus yakni Asma'ul Husna dan Fida' (pembacaan hadiah surat al-ikhlas 100.000x) untuk para ahli kubur. Dan juga membahas tentang bagaimana keterkaitan antara Dzikir dan Do'a sebagai media psikoterapi para anggota Majelis

⁵⁵ Alis Mukhlis Dan Nor Kholis, *Analisis Tindakan Sosial Max Weber Dalam Tradisi Pembacaan Kitab Mukhtashar Al-Bukhari*, hal. 249.

tersebut.⁵⁶ Persamaan penelitian ini dengan yang lain adalah mengkaji dzikir dan dikaitkan dengan psikologi seseorang, sedangkan perbedaan dari penelitian ini adalah konteks yang dikaji adalah dzikir Asmaul Husna dan Fida’.

Kedua, penelitian saudara Heri Sunarto. Dalam skripsinya berjudul “*Urgensi Kegiatan Ratib Al-Haddad Dalam Meningkatkan Keimanan Santri Pondok Pesantren KH. Syamsuddin Durisawo Ponorogo*”. Penelitian ini membahas tentang kronologi diadakannya membaca dzikir Ratib Al-Haddad di Pondok Pesantren KH. Syamsuddin Durisawo Ponorogo. Karena menilik akhlaq dan moral yang merosot di kalangan anak muda, khususnya para santri yang menimba ilmu agama di pesantren tersebut.⁵⁷ Persamaan penelitian ini dengan penelitian Mamay Maesaroh, Ilham Maulana, dan Sri Utami adalah sama-sama mengkaji dzikir *Ratib al-Haddad*, sedangkan perbedaannya dilihat dari tujuan atau manfaat dalam pembacaan dzikir tersebut.

Ketiga, penelitian saudari Mamay Maesaroh. Dalam jurnalnya yang berjudul “*Intensitas Dzikir Ratib Al-Haddad dan Kecerdasan Spiritual Santri*”. Dalam penelitiannya membahas mengenai intensitas dzikir ratib al-haddad, kecerdasan spiritual santri, dan pengaruh intensitas dzikir ratib al-haddad terhadap kecerdasan spiritual santri Pondok Pesantren Mathla’unnajah Ujungjaya Sumedang. Pembacaan dzikir Ratib al-Haddad ini merupakan salah satu amanat dari pendiri Pondok Pesantren yaitu KH. Abdurrahim Musa (alm) sejak tahun 1992. Para santri diwajibkan untuk senantiasa mendawamkan dzikir tersebut.⁵⁸ Persamaan dari penelitian ini juga membahas tentang *Ratib al-Haddad*, namun perbedaannya dikaitkan dengan spiritual para santri.

Keempat, saudara Ilham Maulana. Dalam skripsinya yang berjudul “*Makna Pembacaan Ayat-Ayat Al-Qur’an Dalam Rutinan Ratib Al-Haddad*”. Dalam penelitiannya membahas tentang bagaimana proses pembacaan dzikir Ratib Al-Haddad di Ponpes Tarbiyatul Islam Al-Falah Salatiga. Serta persepsi asatidz dan para santri memaknai pembacaan dzikir Ratib Al-Haddad sebagai rutinitas

⁵⁶ Yu’nul Muna (2018) dalam skripsinya yang berjudul “*“Dzikir dan Do’a dalam Al-Qur’an sebagai Psikoterapi Di Majelis Dzikir Wa Ta’lim Al Khoiriyah Desa Jepang Mejobo Kudus”*”.

⁵⁷ Heri Sunarto dalam skripsinya berjudul “*Urgensi Kegiatan Ratib Al-Haddad Dalam Meningkatkan Keimanan Santri Pondok Pesantren KH. Syamsuddin Durisawo Ponorogo*”.

⁵⁸ Maesaroh. dalam jurnalnya yang berjudul “*Intensitas Dzikir Ratib Al-Haddad dan Kecerdasan Spiritual Santri*”.

di pondok.⁵⁹ Persamaan penelitian ini yaitu sama-sama meneliti *Ratib al-Haddad*, perbedaannya yakni mengenai persepsi tentang makna ayat-ayat yang dibaca dalam dzikir tersebut.

Kelima, saudari Sri Utami. Dalam skripsinya berjudul “*Pengaruh Dzikir Ratib Al-Haddad Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Korban Gempa di Majelis Dzikir al-Ghifary Bengkulu*”. Dalam penelitiannya membahas sejauh mana pengaruh dzikir Ratib al-Haddad yang telah diterapkan terhadap kesehatan mental jamaah majlis dzikir Al-Ghifariy Bengkulu serta mengetahui dan memahami metode dzikir yang telah diterapkan dalam peningkatan kesehatan mental.⁶⁰ Persamaan dalam penelitian ini yaitu membahas dzikir Ratib Al-Haddad, perbedaannya dilihat dari pengaruh pembacaan dzikir tersebut terhadap mental masyarakat korban gempa.

Dari beberapa penelitian di atas, maka penelitian ini akan mengembangkan dari penelitian yang sudah ada sebelumnya dengan menitik beratkan kepada resepsi dari kajian dzikir dan implikasi terhadap masyarakat sesuai dengan QS. Ar-Ra’d ayat 28 dengan judul “*Resepsi Masyarakat Terhadap Ayat-Ayat Al-Quran dalam Dzikir Ratib Al-Haddad Majelis Nurul Huda Desa Mejobo Kecamatan Mejobo Kudus (Studi Living Qur’an)*”.

⁵⁹ Maulana. dalam skripsinya yang berjudul “*Makna Pembacaan Ayat-Ayat Al-Qur’an Dalam Rutinan Ratib Al-Haddad*”.

⁶⁰ Sri Utami. Dalam skripsinya berjudul “*Pengaruh Dzikir Ratib Al-Haddad Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Korban Gempa di Majelis Dzikir al-Ghifary Bengkulu*”.

C. Kerangka Berpikir



Peneliti melakukan penelitian di Jam'iyah Nurul Huda Mejobo Kudus dengan melakukan kajian Living Qur'an, yakni penelitian yang berkaitan dengan al-Qur'an menurut aspek dan fungsinya sebagai objek studi yang riil dipahami dan dialami masyarakat muslim tertentu dalam hal ini di suatu majelis keagamaan, dimana para anggota tidak hanya membaca dzikir yang berupa potongan ayat-ayat al-Qur'an namun juga meresapi kandungan makna dari bacaan tersebut. Sebagaimana pada QS. Ar-Ra'd [13]: 28 yaitu seseorang akan merasa tenang hatinya apabila dalam keadaan mengingat Allah SWT (berdzikir).