

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era modern atau era 4.0 ini, banyak sekali kemudahan yang ditawarkan kepada kita semua dalam menyelesaikan masalah-masalah persoalan hidup yang kita peroleh. Mulai dari kemudahan dalam teknologi informatika, berkomunikasi, ekomoni, dan masih banyak lagi. Segala sesuatu mulai dari kemudahan sampai kesulitan, ketentraman sampai kegelisahan yang dialami manusia semua terjadi atas kehendak Allah SWT. Karena itu, tidak ada jalan lain selain mengharap petunjuk dan pertolongan dari Allah SWT. Dengan cara selalu mendekatkan diri kepada Nya.

Ada banyak sekali cara mendekatkan diri kepd Allah SWT. Antara lain yaitu sholat, dzikir, membaca al-Qur'an, sedekah, baik itu ibadah mahdah maupun ghairu mahdah, baik ibadah wajib maupun ibadah sunnah. Nah, dalam kasus ini kita akan mendalami tentang dzikir, yaitu dzikir ratib al-Aydrus. Seperti firman Allah yang memerintahkan hambanya untuk berdzikir dalam yang berbunyi :


يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

Artinya : (Hai orang-orang yang beriman! Berzikirlah dengan menyebut nama Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya).¹

Ada banyak dzikir yang dapat kita amalkan dan sebagian besar menggunakan ayat-ayat Al-Qur'an seperti dzikir yang sudah berbentuk ratib, pada umumnya ratib disusun menjadi dzikir yang mengesakan Allah SWT, mensucikan Allah SWT, memohon ampun kepada Allah dan do'a-do'a pilihan. Ada berbagai macam ratib diantaranya adalah Ratib al-Aydrus, Ratib al-Atthos, ratib al-Haddad, namun yang akan dijadikan penelitian dalam tulisan ini adalah ratib al-Aydrus. Ratib al-Aydrus sendiri merupakan sebuah kumpulan doa, wirid dan dzikir yang disusun oleh al-Habib al-Imam Abdullah bin Abu Bakar al-Aydrus al-Akbar yang lahir di Tarim, Hadramaut, Yaman pada 10 Dzulhijah 811-865 H/1391-

¹ *Syamil Qur'an Cordova Al-Qur'an Dan Terjemahnya* (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009). 423

1445 M.² Apakah ada peran Ratib ini dengan Kesejahteraan Psikologis atau *Psychological Well Being* masyarakat Desa Rengging Pecangaan Jepara.

Berdasarkan pengamatan peneliti, Majelis dzikir Rohmatul Ummah yang baru di dirikan pada 17 Agustus 2020 atau 27 Dzul Hijjah 1441 ini membacakan dzikir ratib al-Aydrus ketika *Burdahan*(nama kegiatan majlis yang biasa disebut oleh anggota majlis) yang dilaksanakan setiap malam senin kliwon yang dimulai dari pembacaan Surat Yasiin, kemudian Ratib al-Aydrus sendiri, lalu Qashidah Burdah yang di pimpin oleh Al Habib Baghir bin Abdullah Al Aydrus diiringi dengan rebana dari Majelis Rohmatul Ummah sendiri dan sedikit Maudhoh Khasanah dari beliau Habib Baghir³

Psychological well being adalah kondisi individu yang ditandai dengan rasa bahagia, kepuasan, tingkat stres yang rendah, kesehatan fisik dan mental, dan kualitas hidup yang baik .⁴ *Psychological Well Being* merupakan konsep yang berkaitan dengan bagaimana perasaan individu tentang aktivitas kehidupan sehari-hari mereka dalam hal menilai diri mereka sendiri dan kualitas pengalaman hidup mereka. Menilai pengalaman akan membuat seseorang menyerah pada keadaan dan menurunnya *Psychological well being* mereka sehingga berusaha memperbaiki hidupnya dan akan meningkatkan *Psychological well being*. Ini berarti seberapa baik atau buruknya individu secara psikologis, tergantung pada seberapa efektif individu tersebut dapat mengelola sumber yang ada di sekitarnya baik itu internal ataupun eksternal untuk memaksimalkan tingkat fungsional.

Salah satu pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seseorang adalah sejauh mana spiritualitas keagamaan dilakukan, yang dapat dilihat dari kualitas dan kuantitas keyakinan spiritualitas itu sendiri. Beberapa teori menjelaskan hubungan antara agama dan kesehatan psikologis, yang berarti bahwa keterlibatan keagamaan memiliki hubungan dengan salah satu dimensi psikologis. Kebahagiaan adalah hubungan positif dengan orang lain, semakin

² Zaid Husin Al-Hamid, *Menyingkap Rahasia Dzikir Dan Do'a Dalam Ratib Al-Aydrus* (Cahaya Ilmu, 2018). 11

³ Roaitu Ahada (Pendiri sekaligus salah satu pengasuh Majelis Ratib Wal Burdah Rohmatul Ummah) tgl 18 November 2021

⁴ Arni dan Noor Rochmah Ida Ayu Trisno Putri Nur Rahmawati, *Minfulness, Stres, Dan Kesejahteraan Psikologis Para Pekerja*, Cetakan Pe (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2020). 12

baik komitmen keagamaan maka semakin baik derajat hubungan dengan lingkungan karena dengan kegiatan keagamaan yang berbeda dapat meningkatkan rasa solidaritas kelompok dan mempererat ikatan keluarga untuk meningkatkan mental yang benar.⁵

Konsep PWB (*Psychological Well Being*) di perkenalkan oleh Bernice Neugarten pada tahun 1961, PWB diartikan sebagai kondisi psikologis yang dicapai pada saat seseorang berada pada usia lanjut.⁶ Konsep *wellness* dan *well-being* menggambarkan suatu keadaan "sehat" secara lebih komprehensif dari perspektif multidimensional. Istilah *wellness* dan *well-being* mempunyai makna yang lebih luas yang mencakup mental *health* sekaligus mental *hygiene*, dan dikembangkan secara holistik untuk mendepkripsikan konsep keutuhan internal dan eksternal dari kepribadian yang sehat.⁷

Mereka yang mencapai *wellness* ditandai dengan kekuatan spiritualitas, pengaturan diri yang tinggi, pekerjaan dan pencapaian yang berarti bagi diri mereka sendiri dan orang lain, persahabatan yang kuat, dan kekuatan cinta yang diwujudkan dalam ikatan pernikahan. Cinta dipupuk dalam perkawinan atau hubungan emosional yang intim melalui kepercayaan, kasih sayang, dan kerja sama. Karakteristik serupa ditunjukkan oleh mereka yang mencapai *wellness* atau kegembiraan dalam melakukan pekerjaan, harga diri, semangat hidup, mencapai pengalaman terbaik, dan mengetahui dan menyadari tujuan dari apa yang mereka lakukan.⁸

Berdasarkan uraian diatas, terlihat bahwa kegiatan pembacaan dzikir Ratib al-Aydrus di majlis Rohmatul Ummah ini adalah fenomena yang menarik untuk di teliti. Oleh karena itu, untuk mengetahui gambaran kegiatan pelaksanaan dan peran Dzikir Ratib al-Aydrus, maka akan dilakukan penelitian yang berjudul *Peran Ratib al-Aydrus terhadap Kesejahteraan Psikologis (Psychological well being) pada masyarakat yang mengikuti Dzikir*

⁵Annisa Fitriani, "PERAN RELIGIUSITAS DALAM MENINGKATKAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING" Jurnal Al-AdYaN. Vol.XI. No.1 (Januari-Juni 2016) 1

⁶ (http://evapalupi.blogspot.com/2008_03_01_archive.html, diakses pada tanggal 22 November 2021)

⁷ Dede□; dan Herdi Rahmat Hidayat, *BIMBINGAN KONSELING*, Edisi Kedu (Bandung: PT Remaja Rusdakarya Offset, 2014). 92

⁸ ede ; dan Herdi Rahmat Hidayat, *BIMBINGAN KONSELING*, 92-93

Ratib Al Aydrus di Majelis Rohmatul Ummah Desa Rengging Pecangaan Jepara.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan Latar Belakang diatas, fokus pada penelitian ini akan dipusatkan pada permasalahan agar tidak melebar ke pembahasan yang lain. Yaitu menitik beratkan pada pelaksanaan dzikir ratib al-Aydrus, faktor yang mempengaruhi anggota jamaah mengikuti dzikir ratib al-Aydrus, dan peran dzikir Ratib al-Aydrus terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) di Majelis Rohmatul Ummah Desa Rengging Pecangaan Jepara.

C. Rumusan Masalah

Dari permasalahan di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pelaksanaan kegiatan dzikir Ratib al-Aydrus di Majelis Rohmatul Ummah Desa Rengging Pecangaan Jepara?
2. Faktor apa saja yang mempengaruhi jamaah untuk mengikuti kegiatan dzikir Ratib al-Aydrus di Desa Rengging Pecangaan Jepara?
3. Bagaimana peran dzikir ratib al-Aydrus terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada masyarakat yang mengikuti dzikir Ratib Al Aydrus di Majelis Rohmatul Ummah Desa Rengging Pecangaan Jepara.?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang dan rumusan masalah yang diangkat sebelumnya, maka tujuan yang ingin dicapai peneliti adalah :

1. Untuk mengetahui pelaksanaan kegiatan dzikir Ratib al-Aydrus di Majelis Rohmatul Ummah Desa Rengging Pecangaan Jepara.
2. Untuk mengetahui Faktor apa saja yang mempengaruhi jamaah untuk mengikuti kegiatan dzikir Ratib al-Aydrus di Desa Rengging Pecangaan Jepara.
3. Untuk mengetahui peran Ratib al-Aydrus terhadap kesejahteraan psikologis (*Psychological well being*) pada masyarakat yang mengikuti dzikir Ratib al-Aydrus di Majelis Rohmatul Ummah Desa Rengging Pecangaan Jepara.

E. Manfaat Penelitian

Adapun mengenai manfaat yang di harapkan peneliti dan ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan mampu menambah manfaat khasanah ilmu yang berkaitan dengan Ratib al-Aydrus dan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological well being*)
 - b. Memperluas pengetahuan tentang Peran Ratib al-Aydrus terhadap Kesejahteraan Psikologis (*Psychological well being*) dan dapat dijadikan bahan acuan referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang mempunyai obyek penelitian yang sama.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Jamaah

penelitian berharap dapat Menambah khazanah keilmuan khususnya pada hal yang berkaitan dengan peran Ratib al-Aydrus terhadap Kesejahteraan Psikologis (*Psychological well being*)
 - b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini untuk Fakultas Ushuluddin pada umumnya, dan terkhusus Prodi Tasawuf Psikoterapi, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan bagi para peneliti yang berminat pada Kesejahteraan Psikologis (*Psychological well being*)
 - c. Sebagai salah satu syarat menyelesaikan tugas akhir dari Fakultas Ushuluddin Progam Studi Tasawuf Psikoterapi di IAIN Kudus.

F. Sistematika Penulisan

Agar mempermudah dalam penulisan, maka dalam penelitian ini peneliti membaginya menjadi 3 bagian, yaitu:

1. Bagian Muka

Pada bagian ini terdiri dari bagian cover, halaman judul, pernyataan, motto, persembahan, nota persetujuan pembimbing, pengesahan, lalu halaman kata pengantar, abstrak dan daftar isi.
2. Bagian Isi, terdiri dari :

BAB I : Pendahuluan

Bab ini berisi pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, fokus penelitian masalah,

- tujuan penelitian, kegunaan atau manfaat penelitian, dan sistem penulisan.
- BAB II : Kajian Teori
Kajian teori membahas tentang teori-teori yang terkait dengan judul antara lain tentang Peran Ratib al-Aydrus terhadap Kesejahteraan Psikologis (*Psychological well being*) pada masyarakat yang mengikuti Dzikir RatibAl Aydrus di Majelis Rohmatul Ummah Desa Rengging Pecangaan Jepara.
- BAB III : Metode Penelitian
Metode penelitian ini berisikan tentang jenis dan pendekatan penelitian, waktu dan tempat penelitian, subjek dan objek penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, pengujian validasi data, dan teknik analisis data.
- BAB IV : Hasil Penelitian dan Pembahasan
Hasil analisis dan pembahasan adalah membahas tentang hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan metode penelitian yang telah dipilih, sehingga data yang dikumpulkan dapat di sajikan dengan tingkat kemurnian yang tinggi. Berdasarkan Penelitian yang telah dilakukan.
- BAB V : Penutup
Penutup berisi kesimpulan dari data yang telah ditemukan oleh peneliti melalui penelitian yang telah dilakukan.
3. Bagian Akhir :
Bagian akhir akan peneliti isi dengan daftar pustaka, yaitu buku atau jurnal yang mendukung dalam penelitian ini serta lampiran-lampiran.