



UPAYA MENINGKATKAN KETENANGAN JIWA SANTRI MELALUI MUJAHADAH DZIKRUL GHOFILIN DI PONDOK PESANTREN DARUL HUDA MAYAK

Emi Sururiyah Mahmudah

IAIN Ponorogo

Email: emisururiyah@gmail.com

Iswahyudi

IAIN Ponorogo

Email: iswahyudi@iainponorogo.ac.id

Abstrak

Ketenangan jiwa adalah sumber bagi kebahagiaan. Seseorang individu tidak akan mengalami perasaan yang bahagia ketika jiwanya tidak tenang atau gelisah. Hakikat perjalanan hidup yang kita jalani, semakin kita melangkah banyak masalah yang datang dan pergi. Ketika seseorang memiliki ketenangan jiwa yang baik dia akan selalu merasa bahagia karena ketenangan jiwa merupakan sumber kebahagiaan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan teknik pengambilan datanya melalui wawancara dan observasi. Tujuan dari peneliti ini yaitu Pertama, Untuk mengetahui tujuan diadakan kegiatan mujahadah Dzikirul Ghafilin di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak. Kedua, Untuk mengetahui proses pelaksanaan kegiatan mujahadah Dzikirul Ghafilin di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak. Ketiga, Untuk mengetahui aspek ketenangan jiwa yang dirasakan oleh santri setelah mengikuti kegiatan mujahadah Dzikirul Ghafilin. Hasil dari penelitian ini yaitu : Pertama, Tujuan dari diadakannya rutinnan mujahadah Dzikirul Ghafilin oleh pengurus antara lain, memberikan pengertian kepada para santri bahwa segala sesuatu adalah milik Allah dan berada dalam kekuasaan Allah dan untuk mengendalikan hawa nafsu. Jadi sebagai santri harus memiliki sifat demikian, dan di Pondok Pesantren Darul Huda santri secara tidak langsung di ajaridemikian melalui mujahadah dzikirul ghofilin. Kedua, Praktik pelaksanaan mujahadah Dzikirul Ghofilin terdapat tiga tahap, pertama tahap pemberangkatan, untuk tahap pemberangkatan ini meliputi persiapan armada, pengondisian santri dan juga persiapan tempat mujahadah. Yang kedua adalah tahap pelaksanaan, mujahadah biasanya dilaksanakan setiap malam Jum'at Kliwon yang bertempat dimakam Kiai Ageng Besari Tegal Sari yang dipimpin langsung oleh Agus AbdulAdhim. Yang ketiga adalah perpulangan, ketika perpulangan santri diatur agar berjalan sesuai dengan rapi dan teratur ketika akan menuju tempat parkir kendaraan dan untuk tahap perpulangan dimulai dari santri putri dulu, baru putra. Sembari menunggu truk mengantar santri putri biasanya diadakan salat hajat. Ketiga, Aspek ketenangan jiwa yang dirasakan oleh para santri setelah mengikuti kegiatan mujahadah Dzikirul Ghofilin ada 3, yang pertama sabar, siap, menerima kenyataan apapun

dari Allah. Kedua, optimis setiap santri harus memiliki sikap yakin terhadap segala usaha yang akan dia lakukan, karena semua sudah di atur sedemikian rupa oleh Allah. Ketiga merasa dekat dengan Allah.

Kata kunci: *Mujahadah, Dzikrul Ghofilin, dan Ketenangan Jiwa.*

Abstract

Peace of mind is the source of happiness. An individual will not experience a happy feeling when his soul is not calm or restless. The nature of the journey of life that we live, the more we step, the more problems that come and go. When a person has a good peace of mind he will always feel happy because peace of mind is a source of happiness. This study uses qualitative research methods and data collection techniques through interviews and observations. The aims of this research are first, To find out the purpose of the Dzikrul Ghafilin mujahadah activity at the Darul Huda Mayak Islamic Boarding School. Second, To find out the process of implementing Dzikrul Ghafilin's mujahadah activities at Darul Huda Mayak Islamic Boarding School. Third, To find out aspects of peace of mind that are felt by students after participating in Dzikrul Ghafilin mujahadah activities. The results of this study are: First, The purpose of holding the Dzikrul Ghafilin mujahadah routine by the administrators, among others, is to provide understanding to the students that everything belongs to God and is in God's power and to control lust. So as students, they must have these characteristics, and at the Darul Huda Islamic Boarding School students are indirectly taught this way through mujahadah dhikrul ghofilin. Second, The practice of implementing the Dzikrul Ghofilin mujahadah has three stages, the first is the departure stage, for this departure stage includes the preparation of the fleet, conditioning the students and also the preparation of the mujahadah place. The second is the implementation stage, mujahadah is usually held every Kliwon Friday night at the tomb of Kiai Ageng Besari Tegal Sari, which is led directly by Agus Abdul Adhim. The third is the return, when the return of the santri is arranged to run in a neat and orderly manner when going to the vehicle parking area and for the return stage, starting from the female students first, then the boys. While waiting for the truck to take the female students, a prayer is usually held. Third, There are 3 aspects of peace of mind that are felt by the students after participating in the Dzikrul Ghofilin mujahadah activity, the first being patient, ready to accept any reality from Allah. Second, optimistic that every santri must have a confident attitude towards all the efforts he will do, because everything has been arranged in such a way by Allah. Third, feel close to God.

Keywords: *Mujahadah, Dzikrul Ghofilin, and Peace of Soul.*

PENDAHULUAN

Finkelor mengemukakan bahwa semakin maju masyarakat, semakin banyak *kompleksitas* hidup yang di jalannya, maka semakin sukarlah orang mencapai ketenangan hidup. Kebutuhan hidup yang meningkat serta kesenjangan sosial menimbulkan ketegangan emosi yang menuntut seseorang mencari ketenangan dan penyelesaian persoalan kehidupan. Semua orang akan mencari ketenangan hidup, sehingga banyak orang yang mengalami kegelisahan dan kecemasan.¹ Keadaan yang demikian akan memaksa seseorang untuk mencari ketenangan jiwa. Ketika seseorang memiliki ketenangan jiwa yang baik dia akan selalu merasa bahagia karena ketenangan jiwa merupakan sumber kebahagiaan. Selain itu mereka juga akan selalu merasa bersyukur atas semua yang telah mereka miliki, sabar ketika menghadapi semua cobaan dan ujian yang diberikan oleh Allah dan selalu merasa Allah berada di sampingnya.

Moh. Sholeh menjelaskan bahwa ajaran Islam menganjurkan agar manusia selalu berzikir kepada Allah, karena dengan zikir hati akan menjadi tenang dan damai (*Taṭmainnul qulūb*). Dengan metode berzikir atau bermeditasi, segala persoalan-persoalan duniawi disandarkan kepada Allah dzat yang mengatasi segalanya. Begitu sempurnanya ajaran Islam, tak satupun persoalan yang terlewatkan dalam kitab al-Qur'an, sehingga urusan jiwa atau ruh, *qalb*, terapi hati serta berbagai aspek-aspek kehidupan semua tersusun dalam kesatuan yang kompleks.²

Zikir merupakan cara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT agar batin mendapatkan ketenangan dan kedamaian hidup di dunia dan akhirat. Zikir juga sebagai teknik untuk mengembangkan potensi iman yang memberi nilai positif dalam kehidupan. Sehingga zikir yang dilakukan dengan konsentrasi penuh penghayatan akan tertanam jiwa yang damai dan tenang, maka dengan demikian *Dākirīn* akan merasakan kedamaian pada jiwanya untuk senantiasa sadar akan perilaku yang sesuai dengan ajaran-ajaran Islam yang dibawa oleh Nabi SAW dan mengharapkan ridho-Nya untuk senantiasa hidup di jalan kebenaran.

Salah satu bentuk zikir adalah Dzikrul Ghafilin. Dzikrul Ghafilin adalah sebuah wirid yang diajarkan oleh KH. Hamim Jazuli atau yang lebih akrab dikenal dengan sebutan Gus Miek. Zikir ini mulanya hanya berada di lingkungan Kediri tapi lama kelamaan menyebar sampai hampir ke seluruh wilayah Jawa Timur. Di Pondok Pesantren Mayakpun juga mengamalkan zikir ini. Zikir ini biasanya diamalkan setiap malam Jum'at Kliwon di wilayah Masjid Tegal Sari atau wilayah Makam Kiai Ageng Besari dan diikuti oleh semua santri putra dan putri. Kegiatan mujahadah ini biasanya

¹ Dorothy C. Finkelor, *Bagaimana Emosi Berperan Dalam Hidup Anda, Kebencian, Kecintaan Dan Ketakutan Kita*, (Yogyakarta: Zenit Publistar, 2004.), 3-4.

² Moh. Sholeh, *Tahajud Manfaat Praktis Ditinjau Dari Ilmu Kedokteran Terapi Religius*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005). 27.

dilakukan setelah jamaah salat isya. Biasanya santri berangkat ke Tegal Sari diangkut oleh truk. Meskipun berdesak-desakan di dalam truk tapi seluruh santri sangat bersemangat untuk mengikuti kegiatan ini, mungkin untuk melepas penat ditengah padatnya kegiatan yang mereka jalani juga melepas penat dengan jalan-jalan di malam hari naik truk bersama-sama seluruh santri. Meskipun demikian ini bisa menjadi keunikan tersendiri dalam rangkaian kegiatan mujahadah ini.

Berangkat dari latar belakang inilah yang mendorong penulis untuk mengadakan penelitian yang berjudul upaya meningkatkan ketenangan jiwa santri melalui mujahadah Dzikrul Ghofilin di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Ponorogo.

Kegiatan mujahadah ini wajib dilakukan setiap malam Jum'at Kliwon karena sudah menjadi tradisi yang selalu dilakukan oleh beliau pendiri Pondok Pesantren Darul Huda, KH. Hasyim Soleh. Dulu beliau mbah Hasyim setiap malam Jumat Kliwon selalu pergi ke Tegal Sari untuk mujahadah bersama istrinya, beliau simbah nyai Hj. Hasyim Soleh. Kegiatan yang dilakukan oleh mbah Hasyim kemudian diteruskan oleh para santrinya sampai sekarang. Kegiatan ini adalah sebuah tirakat yang dilakukan oleh santri agar lebih dekat dengan tuhan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian studi kasus dengan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dipilih karena hakikat penelitian kualitatif yaitu mengamati individu dalam lingkungan, dengan melakukan interaksi, berusaha memahami bahasa dan tafsiran bahasa dari setiap individu, dengan orang yang berhubungan pada fokus penelitian. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menghasilkan data secara relevan tanpa adanya manipulasi. Tujuan penelitian kualitatif adalah memperoleh informasi dari yang bersifat umum terhadap kenyataan sosial yang berasal dari partisipan. Informasi yang diperoleh dari hasil kenyataan sosial diolah dalam bentuk analisis. Dari hasil analisis tersebut ditarik pada fokus penelitian. Setelah mendapatkan hasil dari fokus penelitian maka akan ditarik menjadi kesimpulan yang akan menjawab rumusan masalah yang diteliti.

PEMBAHASAN

A. Zikir

1. Pengertian

Anshori mengutip dari Spencer Trimingham memberikan pengertian zikir sebagai ingatan atau latihan spiritual yang bertujuan untuk menyatakan kehadiran Allah serta membayangkan wujudnya atau suatu metode yang dipergunakan untuk mencapai konsentrasi spiritual dalam menyebut nama Allah secara ritmis dan

berulang-ulang.³ Menurut Askat, zikir adalah segala sesuatu atau tindakan dalam rangka mengingat Allah SWT, mengagungkan asma-Nya dengan lafal-lafal tertentu baik yang dilafalkan dengan lisan atau hanya diucapkan dalam hati saja yang dapat dilakukan dimana saja tidak terbatas ruang dan waktu.⁴

2. Tujuan

Didalam buku *Doa Dzikir Qouli dan Fi'li* (Ucapan dan Tindakan) memberikan alasan tersendiri terkait tujuan zikir, yaitu sebagai berikut:

a. Semua Milik Allah

Jika kita niat semua ciptaan Allah dan tidak akan lupa maka kita diingatkan ini semua milik Allah. Nikmati, mau berubah itu terserah Allah. Semua titipan Allah, makin merasa kuat memiliki makin terasa sakit dihati.⁵

b. Segalanya dalam Kekuasaan Allah

Kita tidak boleh merasa dikuasai selain Allah, sepenuhnya kekuasaan Allah tidak bisa lari. Jika Allah memberi sakit, belajar ilmu Allah yang membuat tenang *"a'la biDikrillāh Taṭmainnul qulūb"*. Orang-orang yang tidak percaya pasti terlalu banyak pikir seharusnya banyak zikir.

c. Allah yang menggenggam segalanya

Allah mudah membolak-balikkan hati manusia. Jika ada orang yang mendzolimi kita, berlindunglah pada Allah, mereka semua dalam genggam Allah, syaithan juga digenggam Allah.

d. Tidak ada yang terlepas dari izin Allah

Ada izin Allah dan ada ridho Allah, setiap kejadian atas izin Allah belum tentu atas ridho Allah. Jika segala kejadian atas ridho Allah pasti atas izin Allah. Tidak ada rencana Allah dengan jangka pendek, semua sisi ada hikmahnya. Kematia hanya akan datang ketika waktunya habis.

e. Allah Maha Adil

Adalah segala sesuatu pada tempatnya, kalau tidak pada tempatnyaberarti mendzalimi. Allah maha adil berarti tidak meleset semuanya. Tidak Allah biarkan satupun dalam ketidakadilan.⁶

3. Tata Cara Zikir

Ash Shiddieqy menyatakan bahwa hendaknya seseorang yang melaksanakan amalan zikir memelihara adab-adab zikir antara lain bersikap tertib, menghadap kiblat dengan sikap khusuk, tenang dan menundukkan kepala.

³ Afif Anshori, *Zikir Demi Kedamaian Jiwa*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 17.

⁴ Askat Abu Wardah, *Wasiat Zikir dan Doa Rasulullah SAW*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2020), 6.

⁵ Shaleh Bin Ghanim As-Sadlan, *Doa Dzikir Qouli dan Fi'li* (Ucapan dan Tindakan), (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1999), 2-3.

⁶ Ibid, 3.

Tempat berzikir harus suci dan bersih, terlepas dari segala yang meragukan. Orang-orang yang berzikir harus membersihkan mulutnya sebelum mulai berzikir.⁷

B. Ketenangan Jiwa

Menurut Imam Al-Ghazali jiwa yang tenang adalah jiwa yang diwarnai dengan sifat-sifat yang menyebabkan selamat dan bahagia, diantaranya adalah sifat syukur, sabar, takut siksa, cinta Allah, rela akan hukum Allah, mengharap pahala dan memperhitungkan amal perbuatan dirinya selama hidup, dan lain-lain.⁸ Jadi ketenangan jiwa adalah keadaan jiwa seseorang yang tenang dan tentram dimana fungsi-fungsi jiwanya tidak mengalami gangguan kejiwaan sedikitpun sehingga dapat berfikir positif, bijak dalam menyikapi masalah, mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup. Adapun kriteria ketenangan jiwa menurut yang mengemukakan ciri ketenangan jiwa atau indikator ketenangan jiwa yaitu, sebagai berikut :

1. Sabar

Secara etimologi, sabar berarti teguh hati tanpa mengeluh di jumpa bencana. Menurut pengertian Islam, sabar ialah tahan menderita sesuatu yang tidak disenangi dengan ridha dan ikhlas serta berserah diri kepada Allah. Sabar itu membentuk jiwa manusia menjadi kuat dan teguh tatkala menghadapi bencana (musibah). Kebahagiaan, keuntungan, keselamatan, hanya dapat dicapai dengan usaha secara tekun terus menerus dengan penuh kesabaran, keteguhan hati, sebab sabar adalah azas untuk melakukan segala usaha, tiang untu realisasi segala cita-cita. Sabar bukan berarti menyerah tanpa syarat, tetapi sabar adalah terus berusaha dengan hati yang tetap berikhlas sampai citacita dapat berhasil dan dikala menerima cobaan dari Allah swt, wajiblah ridha dan hati yang ikhlas.⁹

2. Optimis

Sikap optimis dapat digambarkan sebagai cahaya dalam kegelapan dan memperluas wawasan berfikir. Dengan optimis, cinta akan kebaikan tumbuh di dalam diri manusia dan menumbuhkan perkembangan baru dalam pendangannya tentang kehidupan. Tidakada satu penyebab pun yang mampu mengurangi jumlah problem dalam kehidupan manusia seperti yang diperankan optimisme. Ciri-ciri kebahagiaan itu lebih tampak pada wajah-wajah orang yang optimis tidak saja dalam hal kepuasan tetapi juga seluruh

⁷ Hasby ash-shidiqy, *Pedoman Zikir dan Do'a*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1989), 52.

⁸ Al-Ghazali. *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qalbi*. Terj. Ismail Yakub. Jilid 4. (Jakarta: Tirta Mas, 1984), 123

⁹ Faishal Aushafi, *Pengaruh Zikir terhadap Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran*, (Semarang; Universitas Islam Negri Walisongo, 2017)

kehidupan baik dalam situasi positif maupun negatif. Disetiapa saat kebahagiaan menerangi jiwa orang yang optimisme.¹⁰

Orang yang memiliki sifat optimis biasanya akan memiliki tingkat kepercayaan lebih. Tingkat kepercayaan diri disini akan membantunya dalam menggapai apa yang akan dia gapai, karena dengan kepercayaan diri tinggi akan selalu percaya bahwa hasil tidak akan mengkhianati usaha, jadi dia akan percaya kalau dia berusaha pasti hasil yang akan didapatpun juga baik.

3. Merasa Dekat dengan Allah

Orang yang tentram jiwanya akan merasa dekat dekat dnegan Allah dan akan selalu merasa pengawasan Allah swt. Dengan demikian akan hati-hati dalam bertindak dan menentukan langkahnya. Ia akan berusaha untuk menjalankan apa yang diperintahkan Allah dan akan menjauhi segala yang tidak diridhai Allah. Adanya perasaan dekat dengan Allah, manusia akan merasa tentram hidupnya karena ia akan merasa terlindungi dan selalu dijaga oleh Allah sehingga ia merasa aman dan selalu mengontrol segala perbuatannya.¹¹

HASIL

A. Tujuan Diadakannya Mujahaddah Dzikrul Ghafilin di Pondok Pesantren Darul Huda

Ketenangan jiwa adalah suasana kehidupan batin manusia atau diri manusia yang terdiri dari perasaan hingga menyebabkan manusia itu tidak terburu-buru atau gelisah serta menelusuri hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi. Peneliti melakukan wawancara kepada lima santri mahasiswi untuk mendapatkan informasi tentang kegiatan mujahadah Dzikrul Ghafilin di Pondok Pesantren Daul Huda Mayak. Dari hasil wawancara yang dilakukan didapatkan informasi sebagai berikut. Santri AYP berusia dua puluh lima dan sudah bermukim di Pondok Pesantren Darul Huda selama 11 tahun. AYP mengatakan bahwa:

Tujuan pengurus mengadakan kegiatan mujahadah Dzikrul Ghafilin adalah untuk melatih santri agar bisa tirakat prihatin, mengajak santri untuk mendekatkan diri kepada Allah dan untuk selalu istiqomah dalam beribadah. Selain itu juga memberikan pengertian kepada santri bahwa segala yang ada di dunia ini adalah milik Allah.¹²

Berdasarkan pernyataan AYP dapat diketahui bahwa tujuan pengurus mengadakan kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin adalah untuk melatih santri agar bisa tirakat prihatin, mendekatkan diri kepada Allah dan untuk selalu

¹⁰ Faishal Aushafi, *Pengaruh Zikir terhadap Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran*, (Semarang; Universitas Islam Negri Walisongo, 2017)

¹¹ Hakim, Thursan,. *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*. Jakarta: Puspa Swara, 2002), 35-37.

¹² Lihat Transkrip Wawancara: 01/W/2/V/202

istiqomah dalam beribadah dan memberitahu santri bahwa segala sesuatu yang ada di dunia ini adalah milik Allah. Pernyataan AYP si perkuat oleh pernyataan yang diberikan oleh PMBF, PMBF menyatakan bahwa:

Tujuan diadakannya kegiatan mujahadah Dzikrul ghafilin adalah untuk mengingat betapa besar kekuasaan Allah dan juga meningkatkan ketenangan hati melalui kegiatan yang berdampak positif. Selain itu juga bisa membuat diri kita lebih bisa mengontrol hawa nafsu, menahan keinginan yang sekiranya itu hanya menuruti nafsu.¹³

Dari pernyataan PMBF dapat diketahui bahwa tujuan pengurus mengadakan kegiatan mujahadah Dzikrul ghofilin adalah untuk mengingat kebesaran Allah dan juga meningkatkan ketenangan jiwa melalui kegiatan yang berdampak positif juga mengontrol hawa nafsu.

Dari beberapa pernyataan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa tujuan pengurus mengadakan kegiatan mujahadah Dzikrul Ghafilin adalah untuk mengingatkan santri kalau semua hal yang ada di dunia ini adalah milik Allah. Begitu pula semua hal yang terjadi di dunia ini adalah atas kehendak Allah dan juga sudah di atur sedemikian rupa oleh Allah karena Allahitu maha Adil atas segala sesuatu yang terjadi.

B. Praktik Pelaksanaan Mujahadah dzikrul Ghofilin di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin dilakukan setiap malam Jum'at Kliwon yang bertempat di Makam Tegal Sari sebelum corona dan berada di Pondok selama corona berlangsung. Untuk pelaksanaan kegiatan ini ada tiga tahap, yaitu tahap pemberangkatan, pelaksanaan dan juga perpulangan. Selama kegiatan berlangsung sebagian santri ada yang duduk menghadap kiblat dan ada juga yang menghadap makam. Semua santri terlihat khushyuk dalam mengikuti kegiatan mujahadah ini.¹⁴

Dari beberapa pernyataan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin dilaksanakan ketika Malam Jum'at Kliwon yang bertempat di Makam KIAIN Ageng Besari, ketika rutinnan simaan Rabu Pahing, sebelum pembangunan gedung baru, sebelum ujian sekolah bagi kelas IX dan XII serta acara kondisional lainnya. Dalam praktik pelaksanaannya para santri diharapkan untuk menjaga ketenangannya agar bisa berkonsentrasi dan khushyuk dalam beribadah.

¹³ Lihat Transkrip Wawancara: 05/W/5/V/2022

¹⁴ Lihat Catatan Observasi.

C. Aspek Ketenangan Jiwa yang dirasakan Oleh Santri Setelah Mengikuti kegiatan Mujahadah Dzikrul Ghafilin

Salah satu peran agama adalah memberikan kenyamanan penganutnya dalam mengarungi samudra kehidupan, dalam ajaran Islam peran tersebut dapat diimplementasikan dalam bentuk zikir. Moh. Sholeh menjelaskan bahwa ajaran Islam menganjurkan agar manusia selalu berzikir kepada Allah, karena dengan zikir hati akan menjadi tenang dan damai (*Tatmainnul qulūb*). Dengan metode berzikir atau bermeditasi, segala persoalan-persoalan duniawi disandarkan kepada Allah dzat yang mengatasi segalanya.

Untuk mengetahui aspek ketenangan jiwa yang dirasakan oleh santri setelah mengikuti kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin, peneliti melakukan wawancara kepada 5 santri mahasiswi. Berikut pernyataan yang diberikan oleh santri AYP: Alhamdulillah, ketika kita benar-benar meyakini makam dan juga fadhilah-fadhilah dari Dzikrul Ghofilin hati menjadi tenang, tentram dan marem, karena dengan dzikrul ghofilin kita akan ingat dengan Allah Dzat yang memiliki semuanya yang ada di dunia dan akan kembali kepadanya pula. Segala urusan kita di dunia ini tak luput dari pengawasan Allah. Ketika kita tertimpa ujian kita harus ingat ada Allah yang mempunyai penyelesaian terbaik, karena Allah tidak akan memuji hambanya melebihi kemampuannya dan bersama kesulitan ada kemudahan. Allah akan mengangkat derajat kita ketika kita sudah lulus dari ujian yang diberikan oleh Allah. Ketika kita punya hajat(keinginan) ada Allah tempat berharap dan tak pernah mengecewakan kita dengan takdirnya yang pasti terbaik untuk kita. Pada intinya ketika semuanya dikembalikan kepada Allah kita akan merasa tenang.¹⁵

Dari pernyataan di atas dapat diketahui bahwa aspek ketenangan jiwa yang dirasakan oleh santri setelah mengikuti kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin adalah merasa dekat dengan Allah dan memasrahkan segala sesuatu hanya kepada Allah.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat diketahui bahwasanya tujuan diadakannya mujahadah dzikrul Ghofilin di Pondok Pesantren Darul Huda adalah untuk mengetahui bahwa segala sesuatu adalah milik Allah. Dari kegiatan ini dapat menyadarkan kita bahwasanya segala sesuatu yang ada di dunia ini adalah milik Allah dan akan kembali kepadanya. Selain itu juga kegiatan mujahadah bertujuan untuk mengendalikan hawa nafsu.

1. Mengetahui Bahwa Segala Sesuatu Milik Allah

Sebagai hamba Allah sudah seharusnya kita menyadari bahwa segala sesuatu yang ada di dunia ini adalah milik Allah. Semua yang kita miliki hanyalah titipan yang suatu saat akan diambil oleh pemiliknya, bahkan

¹⁵ Lihat Transkrip Wawancara: 01/W/2/V/2022

nyawa yang kita punya pun juga hanya titipan. Maka dari itu penting bagi kita untuk menyadari bahwa segala sesuatu yang kita miliki adalah titipan. Sebagaimana teori tujuan zikir yang terdapat dalam buku *Doa Dzikir Qouli dan Fi'li* (Ucapan dan Tindakan) yaitu semua milik Allah, Jika kita niat semua ciptaan Allah dan tidak akan lupa maka kita diingatkan ini semua milik Allah. Nikmati, mau berubah itu terserah Allah. Semua titipan Allah, makin merasa kuat memiliki makin terasa sakit dihati.¹⁶

Tujuan diadakannya mujahadah Dzikrul Ghofilin adalah sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah dan menyadarkan kita akan kepemilikan Allah, kekuasaan Allah. Didalam Dzikrul Ghofilin terdapat kalimat tahlil yaitu *Lā ilāha illalāh* yang berarti tiada Allah selain Allah. Dari kalimat ini kita belajar bahwa tiada Allah selain Allah, tiada yang bisa menandingi kekuasaan Allah, Allah berkuasa atas semua hal juga memiliki semua hal yang ada didunia maupun di akhirat.

Di dalam lingkungan pondok pesantren pun juga perlu ditanamkan pengertian kepada para santri jikalau segala sesuatu yang ada di dunia ini adalah milik Allah, agar nantinya dia tidak menjadi pribadi yang sombong karena merasa memiliki segalanya, kalau dia sadar segala sesuatu itu adalah milik Allah dan berada dalam kekuasaan Allah maka dia tidak akan pernah menyombongkan apa yang dia punya, karena dia sadar kalau semua adalah milik Allah dan hanyaditipkan kepadanya.

2. Mengendalikan Hawa Nafsu

Pada sejatinya semua manusia memiliki hawa nafsu. Seorang hamba akan dikatakan berhasil jika dia bisa mengendalikan hawa nafsunya untuk tidak melakukan larangan Allah. Dan untuk mengendalikan hawa nafsu bisa kita lakukan dengan cara berzikir. Sebagaimana yang dikatakan oleh Abu Qasim Abdul Karim Al-Qusairi: pada dasarnya mujahadah adalah menceraikan nafsu dari yang disukainya dan membawanya kepada yang tidak disukainya dalam bagian terbesar dari waktu yang di jalani, karena nafsu itu mempunyai dua sifat yaitu: pertama, suka bergelimang dalam kelezatan dan yang kedua, menjauhkan diri dari ketaatan.

Tujuan dari mujahadah Dzikrul Ghofilin adalah untuk meningkatkan ketenangan jiwa dan juga mengendalikan hawa nafsu. Dalam Dzikrul Ghofilin terdapat bacaan istighfar, yang berarti aku mohon ampun kepada Allah yang maha agung. Dari bacaan istighfar ini kita bisa mengendalikan hawa nafsu kita dengan selalu memohon ampun kepada Allah. Tujuan

¹⁶ Shaleh Bin Ghanim As-Sadlan, *Doa Dzikir Qouli dan Fi'li (Ucapan dan Tindakan)*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1999), 2-3.

sebenarnya dari kita memohon ampun kepada Allah disini adalah untuk mengingatkan kita akan dosa yang akan kita dapat kalau kita melakukan hal yang dilarang Allah.

Begitu juga di pondok Pesantren Darul Huda, para santri secara tidak langsung diajari untuk mengendalikan hawa nafsu melalui kegiatan mujahadah dzikrul ghofilin, karena didalam Dzikrul Ghofilin terdapat bacaan istighfar yang dibaca sebanyak 100 kali. Tujuan dari para santri diajarkan untuk mengendalikan nafsu adalah agar mereka tidak berbuat semau hati mereka ketika berada di pondok. Jadi mereka harus bisa membedakan mana perintah yang harus dikerjakan di pondok dan mana larangan yang tidak boleh dikerjakan di pondok.

Ketika pelaksanaan Mujahadah Dzikrul Ghofilin, berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti sesuai dengan tata cara berzikir yang disampaikan oleh Ash Shiddieqy. Menurut Ash Shiddieqy seseorang yang akan melakukan zikir alangkah baiknya memperhatikan adab-adab dalam berzikir, seperti bersikap tertib, menghadap kiblat dengan sikap khusuk, tenang dan menundukkan kepala. Tempat berzikir harus suci dan bersih, terlepas dari segala yang meragukan. Orang-orang yang berzikir harus membersihkan mulutnya sebelum mulai berzikir.¹⁷

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, ketika pelaksanaan mujahadah Dzikrul Ghofilin, semua santri sudah menerapkan adab zikir seperti yang disampaikan oleh Ash Shiddieqy, yaitu tertib, tenang, khusyuk dan menundukkan kepala. Semua sudah dipraktikkan dengan baik oleh para santri, tapi mungkin ada beberapa santri yang ramai dan langsung diingatkan oleh pengurus agar tetap menjaga ketenangan selama kegiatan berlangsung. Ada beberapa aspek ketenangan jiwa, antara lain sebagai berikut:

a. Sabar

Menurut pengertian Islam, sabar ialah tahan menderita sesuatu yang tidak disenangi dengan ridha dan ikhlas serta berserah diri kepada Allah. Sabar itu membentuk jiwa manusia menjadi kuat dan teguh tatkala menghadapi bencana (musibah), dengan mengikuti kegiatan Mujahadah Dzikrul Ghofilin bisa membuat santri lebih dekat dengan Allah dan sabar. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Subandi dalam bukunya yang berjudul Sabar: Sebuah Konsep Psikologi. Beliau mengatakan bahwa Sabar bukan berarti menyerah tanpa syarat, tetapi sabar adalah terus berusaha dengan hati yang tetap berikhlash sampai cita-cita dapat berhasil

¹⁷ Hasby ash-shidiqy, *Pedoman Zikir dan Do'a*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1989), 52.

dan dikala menerima cobaan dari Allah swt, wajiblah ridha dan hati yang ikhlas.¹⁸

Menurut beliau sabar juga memiliki beberapa kriteria salah satunya adalah mampu menerima kenyataan. Sifat sabar seperti ini juga perlu dimiliki oleh santri, karena sebagai seorang santri kita harus bisa menerima kenyataan apa saja yang telah Allah berikan kepada hidup kita. Di Pondok Pesantren Darul Huda pun juga perlu ditanamkan sifat sabar bagi para santri, agar mereka tidak mengeluh akan keadaan dan mau menerima keadaan apapun yang akan mereka lalui nantinya.

b. Optimis

Sikap optimis dapat digambarkan sebagai cahaya dalam kegelapan dan memperluas wawasan berfikir. Dengan optimis, cinta akan kebaikan tumbuh di dalam diri manusia dan menumbuhkan perkembangan baru dalam pendangannya tentang kehidupan, setelah mengikuti kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin dia merasa yakin dan percaya diri atas apapun yang akan dia lakukan, karena dia yakin kalau dia akan bisa melakukan segala sesuatu atas pertolongan Allah. Hal ini sejalan dengan teori yang Faisal Jhaufi dalam skripsinya yang berjudul Pengaruh Zikir terhadap ketenangan jiwa pedagang di pasar Johar pasca kebakaran, beliau mengatakan bahwa Orang yang memiliki sifat optimis biasanya akan memiliki tingkat kepercayaan lebih. Tingkat kepercayaan diri disini akan membantunya dalam menggapai apa yang akan dia gapai, karena dengan kepercayaan diri tinggi akan selalu percaya bahwa hasil tidak akan mengkhianati usaha, jadi dia akan percaya kalau dia berusaha pasti hasil yang akan didapatpun juga baik.

Demikian juga di Pondok Pesantren Darul Huda, para santri perlu belajar optimis agar mereka bisa selalu yakin atas segala usaha yang akan dia lakukan, jadi mereka selalu bersemangat dalam melakukan segala hal karena mereka memiliki keyakinan yang kuat atas segala kuasa Allah.

c. Merasa Dekat dengan Allah

Sebagai umat kita harus merasa dekat dengan Allah, karena Allah lah tempat kita bersandar dan berkeluh kesah. Ketika mengikuti kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin dia merasa semakin dekat dengan Allah dan merasa rendah di hadapan-Nya. Hal ini berkaitan dengan teori yang dikemukakan oleh Hakim dan Thursan dalam buku mereka yang berjudul Mengatasi Gangguan Konsentrasi, mereka mengatakan bahwa Orang yang tenang jiwanya akan merasa dekat dekat dengan Allah dan akan selalu merasa pengawasan Allah swt.

Dengan demikian akan hati-hati dalam bertindak dan menentukan langkahnya. Ia akan berusaha untuk menjalankan apa yang diperintahkan Allah dan akan menjauhi segala yang tidak diridhai Allah. Adanya perasaan dekat dengan Allah, manusia akan merasa tenang hidupnya karena ia

¹⁸ Faishal Aushafi, *Pengaruh Zikir terhadap Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran*, (Semarang; Universitas Islam Negeri Walisongo, 2017)

akan merasa terlindungi dan selalu dijaga oleh Allah sehingga ia merasa aman dan selalu mengontrol segala perbuatannya.¹⁹

Didalam Pondok Pesantren Darul Huda kita juga diajarkan untuk selalu merasa dekat dengan Allah dengan cara berzikir Dzikrul Ghafilin. Didalam Dzikrul Ghofilin terdapat bacaan tahlil yang selalu mengingatkan kita kepada Allah. Ketika kita selalu mengingat Allah secara otomatis kita akan merasa aman, nyaman karena dekat dengan Allah, maka dari itu kita perlu merasa dekat dengan Allah sebagai Allah kita.

KESIMPULAN

1. Tujuan dari diadakannya rutinan *mujahadah Dzikrul Ghafilin* antara lain: *pertama*, memberikan pengertian kepada para santri bahwa segala sesuatu adalah milik Allah dan berada dalam kekuasaan Allah. *Kedua*, untuk mengendalikan hawa nafsu. Santri harus memiliki sifat rendah hati dikarenakan segala sesuatu yang dimiliki sejatinya adalah milik Allah SWT.
2. Praktik pelaksanaan *mujahadah Dzikrul Ghofilin* terdapat tiga tahap, pertama tahap pemberangkatan, untuk tahap pemberangkatan ini meliputi persiapan armada, pengondisian santri dan juga persiapan tempat mujahadah. Yang kedua adalah tahap pelaksanaan, mujahadah biasanya dilaksanakan setiap malam Jum'at Kliwon yang bertempat dimakam Kiai Ageng Besari Tegal Sari yang dipimpin langsung oleh Agus Abdul Adhim. Yang ketiga adalah perpulangan, ketika perpulangan santri diatur agar berjalan sesuai dengan rapi dan teratur ketika akan menuju tempat parkir kendaraan dan untuk tahap perpulangan dimulai dari santri putri dulu, baru putra. Sembari menunggu truk mengantar santri putri biasanya diadakan salat hajat.
3. Aspek ketenangan jiwa yang dirasakan oleh para santri setelah mengikuti kegiatan mujahadah Dzikrul Ghofilin ada 3, yang pertama sabar, siap ,menerima kenyataan apapun dari Allah. Kedua, optimis setiap santri harus memiliki sikap yakin terhadap segala usaha yang akan dia lakukan, karena semua sudah di atur sedemikian rupa oleh Allah. Ketiga merasa dekat dengan Allah, jadi setiap santri harus merasa dekat dengan Allahnya, karena Allah lah tempat kita menyerahkan segala urusan dan tempat kita meminta dan berkeluh kesah.

¹⁹ Hakim, Thursan, . *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*. Jakarta: Puspa Swara, 2002), 35-37.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Wardah, Askat. *Wasiat Zikir dan Doa Rasulullah SAW*. Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2020.
- Al-Ghazali. *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qalbi*. Terj. Ismail Yakub. Jilid 4. Jakarta: Tirta Mas, 1984.
- Anshori, Afif. *Zikir Demi Kedamaian Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Ash-Shidiqy, Hasby. *Pedoman Zikir dan Do'a*. Jakarta: Bulan Bintang, 1989.
- Bin Ghanim As-Sadlan, Shaleh. *Doa Dzikir Qouli dan Fi'li (Ucapan dan Tindakan)*. Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1999.
- C. Finkelor, Dorothy. *Bagaimana Emosi Berperan Dalam Hidup Anda, Kebencian, Kecintaan dan Ketakutan Kita*. Yogyakarta: Zenit Publister, 2004.
- Sholeh, Moh. *Tahajud Manfaat Praktis Ditinjau Dari Ilmu Kedokteran Terapi Religius*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Thursan, Hakim. *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*. Jakarta: Puspa Swara, 2002.