

BAB III
KEGIATAN DZIKIR DAN MUJAHADAH DI PONDOK PESANTREN
DARUS SALAM JEPARA

3.1 Gambaran Umum Pondok Pesantren Darus Salam Jepara

Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan agama dengan kyai sebagai tokoh sentralnya dan masjid sebagai pusat lembaganya. Sejalan dengan itu, panggilan yang mendorong *kyai* mengajarkan pengetahuan agamanya kepada santri adalah rasa wajib berbakti kepada Allah SWT. Begitu pula halnya dorongan yang menggerakkan hati para santri dalam menuntut ilmu.¹ Kuntowijoyo mengatakan salah satu kelebihan yang dimiliki pesantren adalah semangat untuk mandiri. Ia mendefinisikan kemandirian sebagai potensi untuk mengorganisir dirinya, merealisasi sumber daya lokal dan rakyat sebagai pelaku utama dan mengambil manfaat terbesar dari usaha pembangunan. Semangat kemandirian ini ditanamkan pada diri santri, sikap ini perlu ditanamkan sejak memasuki pesantren agar santri tidak *shock* ketika menghadapi dunia luar dalam era globalisasi ini.²

Dewasa ini terjadi kecenderungan untuk memperluas fungsi pesantren tidak hanya sebagai lembaga agama, melainkan sebagai lembaga sosial. Tugas yang diembanya tidak hanya soal-soal agama, tetapi merambah ke soal-soal kemasyarakatan. Tugas sosial ini semula mungkin hanya sebagai pekerjaan sampingan. Tapi jika diperhatikan lebih seksama, pekerjaan sosial ini justru

¹ Dawam Raharjo, *op.cit*, h 82

² Kuntowijoyo, *Paradigma Islam Interpretasi Untuk Aksi*, Bandung: Mizan, 1996, h 249

akan memperbesar dan mempermudah gerak usaha pesantren.³ Tugas sosial-kemasyarakatan pesantren tidak akan mengurangi arti pokok tugas keagamaannya, karena dapat berupa penjabaran nilai-nilai hidup keagamaan bagi kemaslahatan masyarakat luas. Dengan tugas seperti ini pesantren akan jadi milik bersama, didukung dan dipelihara oleh kalangan yang lebih luas serta akan berkesempatan melihat pelaksanaan nilai hidup keagamaan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan fungsi seperti ini, pesantren diharapkan peka dan menanggapi persoalan-persoalan kemasyarakatan, seperti: menciptakan kehidupan yang sehat jasmani maupun rohani, mengatasi kemiskinan, menekan angka pengangguran dan kebodohan, dan sebagainya.⁴

Berkaitan dengan tempat penelitian penulis yaitu Pondok Pesantren Darus Salam Jepara. Penulis mengawali dari nama pondok pesantren tersebut, sebagai mana informasi yang telah penulis himpun dari pengasuh, Pondok pesantren Darus salam Jepara diambil dari dua kata yaitu, "*Daarun* dan *Salaamun*", *Daarun* yang artinya rumah atau tempat sedangkan *Salaamun* artinya keselamatan, jadi kedua kata tersebut ketika digabung mempunyai arti "rumah atau tempat keselamatan",⁵ oleh karena itu Pondok pesantren Darus salam Jepara secara khusus mempunyai harapan agar para santri yang bermukim kelak mendapatkan kebahagiaan di dunia dan akhirat, hal ini sebagai bentuk *tafa'ulan* kepada para alim, ulama' dahulu yang telah mendirikan pondok pesantren dengan susah payah, sehingga menjadi besar dan megah, mereka setiap mendirikan pondok pesantren mempunyai corak

³ M.Dawam Rahardjo, *op.cit*, h 13

⁴ *Ibid*, h 18

⁵ Wawancara dengan KH.Abul Ghofur (pengasuh pondok), tanggal 13 Nopember, 2013

khusus disalah satu bidang ilmu, karena sebagai benteng dan bekal diri. Dengan demikian pendirian Pondok pesantren Darus salam Jepara mempunyai tujuan kebahagiaan di dunia dan akhirat bagi yang menuntut ilmu. Pondok tersebut terletak di desa Kendeng Sidi Alit salah satu desa di wilayah Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara,⁶ terletak 5 km dari arah kecamatan, 21 km utara ke arah kota Jepara, dan 65 km dari arah selatan Propinsi Jawa Tengah. Pondok Pesantren Darus Salam Jepara didirikan oleh seorang *kyai* bernama Abdul Ghofur asli orang Jepara. Adapun batas wilayah desa kendeng sidi alit adalah sebagai berikut:

1. Sebelah utara : Desa Sidi Gede
2. Sebelah timur : Desa Kalpucang kulon
3. Sebelah selatan : Desa Gidangngelo
4. Sebelah barat : Desa Guwo sobokerto

Pondok pesantren Darus Salam Jepara yang keberadaanya di desa Kendeng Sidi alit kecamatan welahan, kabupaten Jepara. Tempatnya strategis dan mudah dijangkau alat transportasi sehingga mudah diketahui orang. Pondok pesantren Darus Salam Jepara berdiri diatas tanah seluas satu hektar, dengan kapasitas penghuni kurang lebih delapan puluh orang.⁷ Komplek

⁶ Kabupaten Jepara terletak di tengah timur laut Propinsi Jawa Tengah dan dilalui jalan Pantai Utara Jawa (Jalur Pantura), terletak pada garis koordinat 110.9°48,02” – 110.58°37,40” Bujur Timur dan 5.43°20,67” – 6.47°25,83” Lintang Selatan. Laut Jawa terletak disebelah utaranya, secara umum kondisi tanahnya berdataran rendah dengan ketinggian wilayah maksimum kurang lebih 1.301 meter di atas permukaan air laut. Adapun batas- batasnya antara lain: Sebelah Utara: Laut Jawa, Sebelah Timur: Kabupaten Kudus, Sebelah Selatan: Kabupaten Demak, Sebelah Barat : Laut Jawa. Secara administratif Kabupaten Jepara memiliki 16 kecamatan, 194 desa, serta memiliki luas wilayah meliputi 1.004,16 km. *Sumber : Profil Daerah Kabupaten Jepara Tahun 2008, <http://www.jeparakab.go.id/>.*

⁷ Wawancara dengan KH. Abdul Ghofur (Pengasuh Pesantren) pada tanggal 27 Nopember 2012

gedung Pondok Pesantren Darus Salam Jepara meliputi kantor, gedung utama dua lantai, bagian atas untuk kamar tidur dan bagian bawah untuk kegiatan belajar, musholla, aula, ruang berkunjung tamu, gudang penyimpanan beras, ruang dapur, dan pos keamanan.

3.2 Pelaksanaan Kegiatan Dzikir dan Mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara Sebagai Upaya Penyembuhan Stres

Pondok pesantren Darus salam mulai mengadakan kegiatan dzikir dan mujahadah pada pertengahan tahun 2008, walaupun pelaksanaannya, sudah ditetapkan setiap malam *jum'at wage* hingga sekarang, akan tetapi dalam perjalanannya pernah terjadi perubahan. Hal ini dikarenakan dari keluarga pasien dan masyarakat umum ada yang mengusulkan pelaksanaannya hari *Ahad kliwon*, ada juga senin wage, akhirnya disepakati bersama malam *Jum'at wage*.⁸ Pondok Pesantren Darus Salam Jepara mengawali kiprahnya di dunia pengobatan dan rehabilitasi pada tahun 2009, hal ini berawal dari sebuah keluarga Salatiga yang datang ke Pondok Pesantren Darus Salam Jepara untuk silaturahmi, mereka berkonsultasi terkait masalah yang telah dialami saudaranya tersebut, setelah melalui dialog, musyawarah akhirnya pengasuh menganjurkan untuk bertempat di pondok, setelah melalui usaha-usaha yang dilakukan pengasuh akhirnya pasien tersebut sembuh, dari pengalaman ini akhirnya masyarakat mulai mengenal Pondok Pesantren Darus Salam Jepara karena anugerah Tuhan yang diberikan kepada pengasuh berupa kemampuan dalam membantu menyembuhkan penyakit stres, karena pasien yang sakit

⁸ Wawancara dengan KH. Abdul Ghofur pada tanggal 13 Nopember 2012

adalah seorang tokoh agama akhirnya banyak masyarakat yang berikhtiar kesana.⁹

Dua tahun sudah pengasuh memberikan pelayanan bimbingan kepada pasien, selanjutnya satu tahun kemudian pengasuh menunaikan ibadah haji bersama isteri, setiba dari tanah suci ternyata semakin banyak lagi masyarakat yang berikhtiar untuk berobat, atau hanya sekedar untuk berkonsultasi, mereka datang dengan keluhan berbagi macam penyakit baik fisik maupun psikis, sehingga semakin bertambah pasien yang datang untuk berobat dan tinggal di pondok, hal ini terjadi pada tahun 2010.¹⁰

1) Pelaksanaan Dzikir dan Mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara

Secara umum kegiatan dzikir dan mujahadah di Pondok pesantren Darus salam Jepara terbagi menjadi tiga bagian yaitu: kegiatan dzikir dan mujahdah harian, kegiatan dzikir dan mujahdah mingguan dan kegiatan dzikir dan mujahadah bulanan, dalam penyampaian materi dzikir dan mujahadah menurut hemat penulis terbagi menjadi dua macam bagian *pertama*, materi dalam dzikir dan mujahadah, *kedua* materi dalam pengajian itu sendiri.

Pertama kegiatan harian, kegiatan ini bisa dikatakan sebagai kegiatan yang paling penting dan menunjang dalam proses pemberian bantuan karena berkaitan langsung dengan pasien yang sedang mengalami masalah kejiwaan atau pun yang mengalami masalah fisik. Pasien

⁹ Wawancara dengan Bpk KH Abdul Ghofur pada tanggal 13 Nopember 2012

¹⁰ Wawancara dengan Bpk KH Abdul Ghofur pada tanggal 21 Oktober 2012

mengawali dengan berkonsultasi, mengutarakan masalah-masalah yang sedang dialami. pengasuh pondok dalam melakukan terapi tidak hanya dengan bimbingan tetapi juga dengan psikoterapi keagamaan. melalui pendekatan dzikir dan mujahadah proses terapi dilakukan kepada pasien yang sedang mengalami stres. Materinya meliputi dzikir, shalat sunah, serta mendengarkan nasihat-nasihat agama yang dilakukakan secara terus-menerus, pengasuh mempunyai harapan dengan perantara dzikir tersebut pasien nantinya menemukan ketenangan jiwa, selanjutnya memiliki amaliah baik dan mampu menerapkan pada kehidupan sehari-hari.

Proses ini sebagai awal pintu masuk pasien untuk kembali pada tahap normal. Pasien akan merasakan nikmatnya berdzikir dalam arti dapat menjalani dzikir dengan penuh kesadaran dan keikhlasan, jenjang waktu pemberian bimbingan dan terapi agama berbeda-beda tergantung pada tingkat masalahannya, bagi pasien yang memiliki masalah ringan waktu yang diperlukan tidak terlalu lama, hanya beberapa minggu, sedangkan bagi pasien yang memiliki masalah berat waktu yang dibutuhkan mulai dari bulanan bahkan sampai tahunan. *Kedua*, kegiatan mingguan yaitu kegiatan dzikir dan mujahadah yang dilakukan satu kali dalam seminggu, pesertanya meliputi keluarga pasien dan masyarakat sekitarnya, materi yang diberikan berupa pembacaan surat *Yasin* dan *Tahlil* selain itu ada kajian kajian kitab-kitab klasik seperti *Tafsir Ibriz*. *Ketiga*, kegiatan bulanan, yaitu kegiatan yang diadakan satu bulan sekali, yang tidak menjadi fokus dalam terapi penyembuhan stres akan tetapi sebagai

penunjang dalam proses bimbingan bagi masyarakat secara umum, agar memiliki bekal dalam menjalani hidup, kegiatan ini meliputi serta pembacaan kitab klasik seperti kitab *Tafsir Jalalain*.

Pasien yang dinyatakan sudah sembuh boleh dibawa pulang keluarganya bila pasien tersebut telah benar-benar merasa tenang batinnya, tumbuh kesadaran dalam bersikap sesuai dengan pengetahuan agama yang dimilikinya dan sesuai dengan peraturan yang berlaku. Kedepan haranya pasien bisa melupakan masa lalu yang kelam dan siap menyongsong masa depan yang lebih baik. dzikir dan mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara dilaksanakan setiap kali ada kegiatan pengajian dan terapi, karena setiap ada pengajian maupun terapi akan diawali terlebih dahulu dengan dzikir dan mujahadah.¹¹

2) Metode Dzikir dan Mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara

Berdasarkan hasil wawancara dengan Abdul Ghofur selaku pengasuh pondok, metode dzikir dan mujahadah yang diterapkan dalam penyembuhan stres sebagaimana berikut *Pertama*, metode langsung pengasuh melakukan metode secara langsung (bertatap muka) dengan pasien. Pengasuh menggunakan beberapa teknik dalam komunikasi langsung seperti, dengan percakapan pribadi, yakni pengasuh berdialog langsung dengan pihak pasien. *Kedua*, dengan metode ceramah, metode ini dipakai pengasuh sebagai penunjang dalam memberi bimbingan bagi pasien masyarakat secara umum. Pengasuh menyampaikan isi-isi ceramah

¹¹ Wawancara dengan Abdul Ghofur (Pengasuh Pesantren Darus salam Jepara) pada tanggal 21 Oktober 2012

yang berkaitan dengan ajaran agama Islam, penulis melihat metode ceramah yang diterapkan pengasuh sudah cukup memadai. Hal ini terlihat dari minat yang besar dari pasien maupun masyarakat sekitar, sehingga akan memberi dampak positif pasien, harapan lain adalah agar pasien dan masyarakat mendapatkan ketenangan batin, hal ini jika materi yang disampaikan dapat diserap dan dipahami dengan baik sehingga pasien menjadi semangat dalam menjalani kehidupan, seperti ibadah pribadi dan ibadah sosial, bagi pasien yang bertempat di kompleks pondok akan menjadi semangat mengikuti bimbingan.

Selain itu pengasuh juga melakukan bimbingan dan terapi Agama dengan datang langsung kerumah pasien, biasanya kegiatan ini atas permintaan dari keluarga pasien yang tidak bertempat di Pondok, pengasuh berdialog terlebih dahulu kepada pasien. *Kedua* dengan berkonsultasi, pengasuh memberi kesempatan bagi pasien maupun masyarakat untuk berkonsultasi setelah acara dzikir dan mujahdah selesai, mereka mengutarakan masalah-masalah yang sedang dihadapi, mulai dari masalah rumah tangga, masalah pribadi, masalah ekonomi, masalah sosial, maupun masalah lain, jumlahnya tidak terbatas, pengasuh juga melayani konsultasi diluar kegiatan ceramah, hampir setiap hari ada pasien yang *sowan* mereka mengutarakan problem yang sedang dihadapi, para pasien yang *sowan* dan berkonsultasi mempunyai harapan akan mendapatkan solusi yang terbaik.

Pasien merasa lega ketika masalah yang dikonsultasikan itu mendapatkan jalan keluar. Pondok Pesantren Darus Salam Jepara memiliki

dua macam pelayanan konsultasi. *Pertama*, pasien datang ke pondok dan dipersilakan menunggu di ruang tamu umum yang sudah disediakan, proses seperti ini biasanya konsultasi kaitan dengan masalah yang sifatnya umum dan ringan. *Kedua*, pasien datang ke pondok untuk berkonsultasi terkait masalah sangat berat dan sifatnya rahasia, untuk kategori yang kedua ini pengasuh mempersilakan pasien tersebut ditempat khusus yang sudah disediakan. pengasuh memposisikan pasien sebagai parter dalam proses bimbingan sehingga pasien akan bercerita secara terbuka hal ini menurut pengasuh akan mempermudah dalam membantu mengurai masalah.¹² Adapun untuk konteks penyembuhan stres pengasuh hanya menggunakan metode langsung karena dianggap sebagai cara yang efektif.

3) Materi Dzikir dan Mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara

Pengasuh menjadikan dzikir dan mujahadah sebagai sarana untuk terapi dan dakwah, karena didalamnya bermuatan unsur doa dzikir yang dilakukan adakalanya secara *khafi*, maupun *jalli*, selain materi-materi dzikir ada pengajian seperti fiqih, akhlak dan tauhid, kegiatan ini bertujuan untuk membuka cakrawala pengetahuan pasien. Adapun rangkaian dalam acara dzikir dan mujahadah sebagaimana berikut *pertama* dzikir dan mujahadah di pimpin oleh pengasuh dengan dibantu istri serta pasien yang sudah sembuh yang berkeinginan untuk mengabdikan di pondok. *Kedua* peserta dzikir dan mujahadah ini meliputi masyarakat umum dan pasien dan keluarganya. setelah acara dzikir selesai sebagian

¹² Wawancara dengan Abdul Ghofur (Pengasuh Pondok) pada tanggal 25 April 2013

dari pasien dan masyarakat umum menyempatkan diri untuk berkonsultasi terkait masalah sosial-agama, lebih-lebih keluarga pasien yang mempunyai saudara yang mengalami stres, konsultasi tersebut tidak hanya dilakukan setelah acara dzikir dan mujahadah tetapi juga diluar acara tersebut, mereka sangat antusias mengikuti dzikir dan mujahadah dengan harapan mendapatkan pencerahan dan mendapatkan solusi. Kegiatan dzikir dan mujahadah ini diikuti berbagai kalangan usia maupun profesi, diantaranya kalangan ibu-ibu, bapak-bapak, dan juga remaja. profesi pun bermacam-macam seperti guru, swasta, petani, ibu rumah tangga.

Peserta yang mengikuti dzikir dan mujahadah berjumlah delapan puluh orang, jumlah tersebut terkadang bertambah, peserta diharapkan mengikuti pengajian sampai selesai. Semua kegiatan dzikir dan mujahadah bertempat di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara, mengenai waktunya bermacam-macam sesuai dengan jadwal nya seperti kegiatan dzikir mujahadah bulanan, kegiatan ini dilaksanakan sebulan sekali setiap malam jum'at wage atau kliwon, dengan tujuan pasien bisa mengambil manfaat, materi dzikir dan mujahadah. Menurut pengasuh, dzikir tidak hanya dilakukan secara formal tetapi bisa dilakukan setiap saat, kapan saja dan dimana saja, dengan berdzikir harapanya dapat tuntunan hidup dari Tuhannya, berikutnya dzikir dan mujahadah mingguan yaitu kegiatan dzikir dan mujahadah, kegiatan ini dilakukan seminggu sekali, setiap hari minggu peserta pengajian mingguan ini meliputi ibu-ibu di sekitar Pondok pesantren, materi yang diberikan berupa pembacaan *Yasin* dan *Tahlil*

selain itu ada kajian kitab-kitab klasik seperti *Tafsir Ibriz*. Kedua dzikir dan mujahadah harian, kegiatan terbilang paling penting karena didalamnya ada terapi bimbingan dan psikoterapi Agama untuk menunjang proses pemberian bantuan yang berkaitan langsung dengan klien yang sedang mengalami gangguan kejiwaan atau pun yang mengalami masalah fisik. Mengenai waktu pelaksanaan terapi Agama yang sifatnya harian dilakukan tiga kali dalam sehari yaitu pagi, sore, dan malam.¹³

Adapun kegiatan dzikir dan mujahadah dalam rangkaian pengajian yang bertujuan sebagai penunjang meliputi pembacaan Kitab-kitab klasik seperti: *Tafsir Jalalain*, *Tafsir Al-ibriz*, *Manaqib Jawahirul Maani*, sedangkan materi dzikir dan mujahadah sebagai inti bimbingan terapi Agama adalah: Sholawat, dan Pembacaan sebagian dari surat-surat didalam Al-Qur'an seperti: Ayat *Kursi*, Surat *Yasin*, Surat *Nasyr*, *Al-fil*, *Al-Qodr*, dan surat *At-Taubah* ayat 128, pembacaan *Asmaul Khusna*, pelaksanaan terapi Agama yang sifatnya harian dilakukan tiga kali dalam sehari yaitu pagi, sore, dan malam.¹⁴

3.3 Faktor-faktor Penyebab Stres

Penulis memandang penyebab stres di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara setidaknya dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

¹³ Wawancara dengan Abdul Ghofur (Pengasuh Pondok) pada tanggal 3 April 2013

¹⁴ Wawancara dengan Abdul Ghofur (Pengasuh Pondok) pada tanggal 3 April 2013

1. Faktor Internal

a. Keluarga

Menurut analisis penulis, bahwa keluarga merupakan salah satu pilar utama dalam kehidupan mereka yang meliputi anak, suami istri harus mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari sesama. Semua ini bisa terwujud dalam lingkungan keluarga, manakala terciptanya keharmonisan dalam keluarga. Sebaliknya apabila dalam keluarga terdapat kekacauan semisal; pertengkaran, perceraian, bahkan broken home dan tidak adanya komunikasi yang baik antara orang tua dan anak, suami dan istri, lemahnya ekonomi dan minimnya pendidikan dalam keluarga, maka keharmonisan tidak akan terwujud. Sehingga perhatian dan kasih sayang berkurang dan nantinya ada yang merasa dilerantarkan. Dengan suasana semacam ini maka akan ada beban pikiran tersendiri yang mana apabila tidak ditangani sejak dini akan berdampak negatif pada psikologis seperti stres.

b. Kematian orang yang dicintai

Penulis menganalisis, faktor tersebut menjadi salah satu penyebab seseorang mengalami stres karena ditinggal mati orang yang dicintai seperti meninggalnya salah satu dari kedua orang tua atau saudara, kerabat. Hal ini menjadi beban pikiran tersendiri yang akhirnya menyebabkan stres. Misalnya seorang anak yang ditinggal mati salah satu dari orang tuanya dari kehidupan dalam keluarga semula anak selalu mendapatkan perhatian, kasih sayang dan semua

kegiatan yang dilakukan terkontrol oleh kedua orang tua. Akan tetapi apabila ketika salah satu dari orang tua telah meninggal dunia, maka anak akan merasa sendirian, terpukul, tidak ada lagi figur yang menjadi acuan hidup, sehingga merasa hidup ini sudah tidak ada gunannya lagi.

c. Perceraian

Faktor perceraian menjadi salah satu sebab klien mengalami stres, terlebih yang terjadi adalah perceraian orang tua, pasien belum siap menerima keadaan tersebut hingga akhirnya terpikirkan secara terus menerus, hal ini dapat di analisis bahwa, perceraian yang terjadi dikeluarga akan mempengaruhi seseorang (pasien) baik lahir maupun batin.

2. Faktor Eksternal

a. Masyarakat

Faktor tersebut menjadi salah satu penyebab orang mempunyai gangguan kejiwaan, sikap masyarakat yang tidak menerimanya membuat orang tersebut merasa terisolir dalam mengenal lingkungan serta interaksi sosial. Dari sinilah seseorang akan memperoleh berbagai kendala-kendala. Menurut analisis penulis, lingkungan masyarakat merupakan tantangan sekaligus penunjang bagi seseorang dalam mengarungi kehidupan. Sebab lingkungan masyarakat yang paling banyak pengaruhnya terhadap perilaku seseorang. Semua ini tergantung masyarakat yang dijumpai oleh seseorang. Misalkan yang

dijumpai adalah masyarakat dengan lingkungan yang baik maka akan membentuk perilaku yang baik pula, akan tetapi yang dijumpai adalah masyarakat dengan lingkungan yang tidak baik, maka orang tersebut akan memperoleh pengalaman yang buruk juga, seperti kebebasan, dan kejahatan, maka seseorang akan terjerumus dalam hal-hal kemungkarannya. Oleh karena itu masyarakat menjadi salah satu faktor yang dapat menimbulkan perilaku menyimpang.

b. Ekonomi

Ekonomi merupakan salah satu dari perangkat manusia hidup di dunia, ekonomi bisa memacu semangat orang untuk hidup tapi tidak jarang ekonomi menjadi faktor penting dalam problem kehidupan manusia yang nyata. Seperti orang yang berkecukupan bukan berarti bebas dari rasa takut dan susah, karena harta dunia tidak mutlak menjanjikan kebahagiaan dan ketentraman, bahkan menjadi sumber kesengsaraan. Begitu pula dengan orang yang tidak berkecukupan, kalau tidak punya kontrol diri yang baik akan menjadi beban pikir yang serius. Orang-orang yang berduit dan berharta tidak henti-hentinya selalu berkeinginan menggebu-gebu untuk mendapatkan harta yang lebih banyak dari dibandingkan hari kemarin, walau dengan cara apa pun untuk mendapatkannya. penulis menemukan salah penyebab stres karena faktor ekonomi.

3.4 Respon Pasien Terhadap Pelaksanaan Dzikir dan Mujahadah

Berikut akan dipaparkan respon para klien dari beberapa kasus stres yang dialami. Diantara nama-nama klien tersebut antara lain :

| No. | Nama | Umur | Stresor |
|-----|------|-------|---|
| 1. | RH | 30 th | Beban pikiran masa pendidikan di MA, kurang memahami dalam pengamalan Ijazah, dan ditolak tunangan. |
| 2. | KK | 17 th | Ditinggal pacar pergi karena pacar malah suka dengan saudaranya sendiri. |
| 3. | ST | 55 th | Menderita Katarak |
| 4. | NH | 25 th | Beban pikiran menghafal al-quran |
| 5. | RS | 45 th | Santet |
| 6. | SI | 23 th | Bapak nya menikah lagi. |

Secara umum klien di Pondok pesantren Darus salam Jepara meliputi dua bagian yaitu pasien yang bertempat tinggal di Pondok dan pasien yang diluar Pondok pesantren, adapun jumlah pasien yang tinggal di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara kurang lebih tiga puluh orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak enam orang. enam pasien tersebut telah melakukan terapi bimbingan dan psikoterapi Agama yang dilakukan pengasuh Pondok melalui pendekatan dzikir dan mujahadah, terapi Agama ini ditangani langsung oleh pengasuh pondok, setelah proses terapi Agama keluarga dari pasien diberi nasihat yang sifat nya membangun yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi, selain itu pengasuh juga melakukan terapi Agama melalui hikmah yaitu dengan melakukan dzikir secara khusus. Keluarga dari

pasien dianjurkan untuk selalu mengikuti dzikir dan mujahadah, sebagai bentuk ikhtiar mendekatkan diri kepada Allah SWT, serta berserah diri kepada NYA.

Gejala-gejala yang dialami pasien ketika menghadapi stres berupa gejala fisik dan psikis. Gejala fisik seperti badan terasa lemas, debaran jantung terasa keras, adapun gejala psikis ditandai dengan perasaan bingung, cemas, tertekan, emosional, merasa tidak berdaya, mudah tersinggung, kehilangan semangat, kehilangan konsentrasi dan susah tidur.

Beberapa kasus stres yang pernah ditangani berawal dari berbagai macam permasalahan seperti permasalahan rumah tangga, permasalahan ekonomi atau pun permasalahan asmara seperti yang dialami KK,¹⁵ pada kasus permasalahan keluarga seperti yang dialami SI karena bapaknya menikah lagi sehingga klien terbebani dengan memikirkan kejadian tersebut secara terus-menerus dan akhirnya menjadi beban baginya.¹⁶ Contoh lain seperti yang dialami KK, permasalahan yang di terimanya begitu kompleks mulai dulu ketika jenjang pendidikan menengah keatas sampai ketika saat usia menjelang menikah, KK tidak mampu menerima beban seberat itu, akhirnya mengalami stres.¹⁷

Berikutnya permasalahan yang menyangkut masalah pribadi yang berkaitan dengan hal-hal ghaib, seperti yang dialami RS hal ini di latar belakang persainagan usaha yang tidak sehat.¹⁸ Contoh lain seperti yang dialami ST, ia menderita penyakit katarak, pengobatan medis sudah di lakukan

¹⁵ Wawancara dengan KK yang sudah membaik, pada tanggal 31 Maret 2013

¹⁶ Wawancara dengan keluarga SI pada tanggal 31 Maret 2013

¹⁷ Wawancara dengan keluarga RH pada tanggal 30 Pebruari 2013

¹⁸ Wawancara dengan keluarga RS pada tanggal 30 Maret 2013

di berbagai rumah sakit namun belum menemukan hasil, hingga akhirnya keluarga pasrah, setelah mendapatkan informasi dari orang-orang untuk mencoba ikhtiar di Pondok Darus salam akhirnya keluarga ST ikhtiar di Pondok.¹⁹ Usaha yang dilakukan keluarga pasien berupa tindakan yang bersifat medis (rasional), yaitu dengan datang ke rumah sakit, setelah melakukan medis belum membuahkan hasil, pasien baru ikhtiar ke tempat alternatif seperti yang ada di Pondok pesantren Darus salam Jepara.²⁰ Dengan melaksanakan dzikir dan mujahadah seseorang yang mengalami stres merasa lebih tenang, sedikit banyak berkurang beban pikirannya hal ini disebabkan individu mempunyai keinginan yang tinggi kepada Allah SWT, serta pasrah kepada NYA. Keadaan fisik yang baik adalah suatu keadaan dimana saraf-saraf yang tegang menjadi kendur, begitu pun keadaan psikis yang tenang adalah terjadinya keseimbangan antara tubuh dan pikiran, sehingga menjadi rileks. Relaksasi yang dilakukan dengan berdzikir akan menimbulkan energi baru sehingga setelah melakukan dzikir penderita stres menjadi lebih baik serta gejala-gejala stres yang dialami seseorang akan berkurang.

Manfaat dari kegiatan dzikir dan mujahadah yang ada di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara yang mencakup dzikir dan mujahadah, harapannya agar pasien yang sudah reda semakin mendekatkan diri dengan Allah, disela-sela ceramah agama pengasuh menjelaskan manusia harus tahan uji sehingga pasien atau keluarganya menyadari bahwa perjalanan hidup selalu ada ujian. Allah maha mengetahui sedang manusia sebaliknya, dengan

¹⁹ Wawancara dengan keluarga ST pada tanggal 30 Maret 2013

²⁰ Wawancara dengan keluarga ST pada tanggal 7 Oktober 2012

ujian itu derajat manusia akan ditinggikan, sekaligus sebagai proses menuju pematangan diri.²¹ Manfaat lain dari kegiatan dzikir dan mujahadah, yaitu mengenai materi yang diberikan pengasuh berisi nasihat-nasihat agama, tauladan mulia yang menjadikan seseorang bertambah kuat imannya. Iman yang sudah baik akan semakin baik sampai akhirnya terpatri didalam hati. menjadi kan seseorang lebih bersabar dalam menghadapi kehidupan, mendapatkan ketenangan jiwa, memohon ampunan kepada Allah dari segala kesalahan.²²

Dengan hati yang senantiasa berdzikir dalam setiap keadaan, seseorang akan menemukan arti hidup yang berarti. Seseorang harus menyadari bahwa tugas manusia adalah beribadah,²³ pasien juga bertambah tawakal kepada Allah, pasrah dan memahami setiap permasalahan walau sekecil apapun adalah karunia dari Allah sehingga akan pandai mensyukuri nikmat yang diberikan Tuhan, sikap bersyukur tidak mudah dilakukan, karena biasanya orang selalu merasa kurang dan selalu memandang orang-orang diatasnya oleh karena itu bersyukur adalah sebuah proses pembelajaran diri, maka dengan dzikir serta ceramah Agama yang didapat kan, seseorang akan menjadi jernih hatinya sehingga akan mudah bersyukur.²⁴

²¹ Wawancara dengan KH.Abdul Ghofur pada tanggal 23 Pebruari 2013

²² Wawancara dengan keluarga ST pada tanggal 29 Maret 2013

²³ Wawancara dengan Abdul Ghofur pada tanggal 19 Pebruari 2013

²⁴ Wawancara dengan Abdul Ghofur pada tanggal 27 Pebruari 2013