

BAB II

KERANGKA TEORITIK

2.1 Konsep Dakwah

2.1.1. Pengertian Dakwah

Islam adalah agama dakwah dan di sebar luaskan kepada umat manusia melalui kegiatan dakwah, tidak melalui kekerasan atau kekuatan senjata. Islam tidak membenarkan kepada pemeluknya untuk melakukan pemaksaan kepada umat manusia agar mereka mau memeluk agama Islam dan sekaligus tidak membenarkan orang lain untuk menghalang-halangi kegiatan dakwah Islam. Sebab masuknya hidayah kepada hati setiap manusia dari Allah SWT (Amin, 1995 : 187).

Kata dakwah sebagai suatu istilah yang telah memiliki pengertian secara khusus, berasal dari kata dalam bahasa arab. (da'aa, yad'u, da'watan) yang berarti seruan, panggilan, ajakan. Sedang menurut terminologi, para ahli memberikan definisi tentang dakwah sebagai berikut :

- a. Menurut Amrullah Achmad dalam bukunya Dakwah Islam dan Perubahan sosial menyatakan: "Pada hakekatnya dakwah Islam merupakan aktualisasi imani (Teologis) yang dimanifestasikan dalam suatu kegiatan manusia yang beriman dalam bidang kemasyarakatan yang dilaksanakan secara teratur untuk mempengaruhi cara merasa, berfikir, bersikap, dan bertindak

manusia pada dataran kenyataan individual dan sosio kultural dalam rangka mengusahakan terwujudnya ajaran Islam dalam semua segi kehidupan dengan menggunakan cara tertentu (Ahmad, 1993 : 2)

- b. Menurut Ibnu Katsir dakwah adalah sebagaimana Allah berfirman kepada rasulnya agar menyampaikan kepada manusia bahwa jumlah jalan kehidupannya, dakwah mengajak kesaksian bahwa tidak ada Tuhan kecuali Allah SWT dan tidak ada serikat bagi-Nya mengajak menuju jalan Allah dengan kesaksian itu atas dasar keyakinan keterangan dan bakti (Rahmad, 1994 : 113-114).

Dari kedua definisi yang telah di kemukakan oleh beberapa ahli sebagaimana tersebut diatas, meskipun secara redaksionalnya terdapat perbedaan namun justru dengan perbedaan tersebut akan saling melengkapi yang pada prinsipnya menurut penulis tanpa bermaksud merubah definisi bahwa dakwah Islam merupakan proses transformasi nilai-nilai Islam yang bertumpu pada pelaksanaan kegiatan *amar ma'ruf nahi mungkar* dan istilah untuk mewujudkan terbentuknya tatanan kehidupan manusia yang Islami.

2.1.2. Unsur Dakwah

Unsur-unsur dakwah adalah segala aspek yang ada sangkut pautnya dengan proses pelaksanaan dakwah, dan sekaligus menyangkut tentang kelangsungannya, agar dapat dilaksanakan dengan

sebaik-baiknya, intensif dan efisien serta agar tidak terlalu banyak hambatan yang dihadapi.

Unsur dakwah yang dimaksud disini adalah menyangkut unsur-unsur yang pokok, dimana secara minimal harus ada didalam pelaksanaan dakwah yang meliputi :

2.1.2.1. Da'i (Subyek Dakwah)

Da'i adalah orang yang menganjurkan atau mengajak manusia untuk beramar ma'ruf nahi munkar karena tugas yang sangat mulia dan berat itu. Seorang da'i dituntut untuk menguasai berbagai hal . Syekh ali Mahfudz sebagaimana dikutip Aminudin Sanwar (1986 : 3) memberikan beberapa hal yang harus dimiliki oleh seorang da'i seperti:

- 2.1.2.1.1. Mengetahui secukupnya tentang Al-Qur'an, As-Sunnah, hukum rahasia tasyri'i, penghidupan Rasulullah dan jejak langkah Khalifaur Rasyidin.
- 2.1.2.1.2. Mengamalkan ilmunya sehingga tidak bertentangan perkataan dan perbuatannya lahir dan batin
- 2.1.2.1.3. Penyantun dan lapang dada
- 2.1.2.1.4. Berani, tidak takut kepada siapapun dalam menyatakan, membela dan memperjuangkan yang baik
- 2.1.2.1.5. Perwira dan tidak mengharap apa yang ada pada orang lain.
- 2.1.2.1.6. Qona' ahlak dalam harta benda dunia, puas dengan apa yang ada dan tidak tama'.
- 2.1.2.1.7. Mempunyai keterangan, hujjah yang menjadi alat kelengkapan dalam berdakwah.
- 2.1.2.1.8. Memiliki ilmu pengetahuan menjadi alat kelengkapan dalam berdakwah.

- 2.1.2.1.9. Mempunyai kepercayaan yang kuat kepada janji Allah SWT, optimis akan kemenangan betapapun sulitnya persoalan yang dihadapi dan hambatan-hambatan yang merintang dakwah.
- 2.1.2.1.10. Tawadhu' atau rendah hati.
- 2.1.2.1.11. Tidak Kikir atau tidak segan mengajarkan kebaikan
- 2.1.2.1.12. Sopan dan berbuat mulia
- 2.1.2.1.13. Keras kemauan dan kuat jiwa tidak berkecil hati menghadapi persoalan- persoalan yang berat.
- 2.1.2.1.14. Sabar dan tahan uji dalam melaksanakan dakwahnya.
- 2.1.2.1.15. Ta'at amanah kepada Allah.

Di samping itu seorang da'i diuntut mempunyai kepribadian yang sesuai dengan ajaran Islam dan dapat diterima oleh masyarakat umum.

2.1.2.2. Obyek Dakwah

Suatu kegiatan dakwah tidak akan disebut dakwah apabila tidak ada obyek yang dijadikan sasaran kegiatan tersebut. Obyek dakwah atau mad'u adalah " seluruh umat manusia tanpa terkecuali, baik pria maupun wanita, beragama maupun belum beragama, pemimpin maupun rakyat biasa (Abdullah, 1986 : 40). Dengan kata lain obyek dakwah adalah penerima atau sasaran dakwah.

Menurut Anwar Masy'ari dalam kegiatan dakwah seorang da'I akan menemui kesulitan karena perbedaan yang ada pada mad'u, maka untuk mencapai kegiatan dakwah yang sukses perlu hal-hal sebagai berikut :

- 2.1.2.2.1. Mengajak orang yang belum Islam untuk menerima Islam.
- 2.1.2.2.2. Amar ma'ruf, perbaikan dan pembinaan masyarakat.
- 2.1.2.2.3. Nahi Munkar, maksudnya mendorong umat manusia untuk menolak dan meninggalkan hal-hal yang mungkar Untuk itu da'i harus mengetahui situasi daerah yang dituju, agar pembicaraan dan perbuatannya berhasil dan bermanfaat.

2.1.2.3. Materi Dakwah

Materi dakwah adalah semua ajaran Islam secara tidak dipotong-potong. Ajaran Islam yang telah tertuang dalam Al-Qur'an dan sunnah Rasul Muhammad SAW. Sedang pengembangannya kemudian akan mencakup seluruh kultur Islam yang murni yang dari kedua sumber pokok ajaran Islam itu (Habib, 1982 : 94).

Menurut Asmuni Syukir (1983 : 60), Materi Dakwah di klasifikasikan dalam 3 hal pokok yaitu :

- 2.1.2.3.1. Masalah Keimanan (aqidah), yaitu materi yang menyangkut sistem keilmuan atau kepercayaan terhadap Allah SWT dan ini menjadi landasan yang fundamental bagi seluruh aktifitas seorang muslim.
- 2.1.2.3.2. Masalah Keislaman (syar'i'ah), yaitu serangkaian ajaran yang menyangkut aktifitas manusia muslim di dalam semua aspek hidup dan kehidupannya. Mana yang halal dan mana yang haram, mana yang mubah dan sebagainya. Dan ini menyangkut hubungan manusia dengan Allah dan hubungan manusia dengan sesama (*habluminallah, habluminannas*).
- 2.1.2.3.3 Masalah budi Pekerti (akhlaqul karimah), yaitu, menyangkut tata cara berhubungan baik secara vertikal dengan Allah SWT, maupun secara

horizontal dengan sesama manusia dan seluruh makhluk-makhluk Allah.

2.1.2.4. Metode Dakwah

Metode dakwah adalah apa yang ditempuh oleh subyek di dalam melaksanakan tugasnya (berdakwah) sudah barang tentu di dalam berdakwah diperlukan cara-cara tertentu agar dapat mencapai tujuan dengan baik. Pokok-pokok metode dakwah menurut Syamsuri Shiddiq dalam Rosyad (1977 : 72) ada tiga yaitu : Hikmah (kebijaksanaan), Mau'izhah hasanah (nasehat), Mujadalah billahi hiya ahsan (bertukar pikiran).

Metode dan strategi pengembangan dakwah dapat dikembangkan dari prinsip berikut :

- a). Di sesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat.
- b). Di sesuaikan dengan kadar intelektual masyarakat (*Khatii bu annasa ala qadri uqulihim*)
- c). Mencakup ajaran Islam secara kaffah dan universal, yakni aspek ajaran tentang hidup dan kehidupan.
- d). Merespon dan menyentuh tantangan dan kebutuhan asasi (*dahrin*) dan kebutuhan sekunder (*tahsiri*)
- e). Di sesuaikan dengan program umum syari'at Islam (*maqhashid Asy- Syar'i al-Khamsah*) yakni; *hafidz ad-din, hafidz an-nafs, hifdz al-aql, hifdz an-nasl* dan *hifdz al-mal*.¹⁹

Adapun dalam penerapan metode dakwah dapat dilakukan dalam bentuk sebagai berikut: (Anshori, 1989 : 174-175)

- 2.1.2.4.1. Tabligh, yaitu : Menyampaikan ajaran Islam kepada orang lain baik perorangan atau dalam kelompok.
- 2.1.2.4.2. Pendidikan yaitu : Mendidik/memberikan pelajaran agama di lembaga-lembaga pendidikan baik informal, di dalam rumah tangga yang dilakukan orang tua, pendidikan formal yang dilakukan oleh guru-guru di tingkat TK, SD, SLTP/SLTA atau perguruan tinggi dan juga pendidikan non formal yang terdapat di masyarakat oleh tokoh-tokoh masyarakat.
- 2.1.2.4.3. Kegiatan sosial yaitu : Menyangkut kegiatan kesejahteraan dalam kehidupan masyarakat, seperti kegiatan zakat, ibadah, qurban, menolong anak yatim, khitan dan sebagainya.
- 2.1.2.4.4. Uswatun Hasanah yaitu : Berupa memberikan keteladanan dalam perbuatan-perbuatan yang baik dengan demikian masyarakat nantinya bisa meniru.
- 2.1.2.4.5. Dakwah bil hal yaitu : Dakwah melalui kegiatan-kegiatan pembangunan yang bermanfaat dan berdaya guna untuk kepentingan umum.

Dalam penerapan metode dakwah tersebut diatas di dalam operasionalnya hendaklah selalu mempertimbangkan kemampuan yang ada pada diri subyek, kemudian di sesuaikan dengan kebutuhan dari obyek dan juga perlu dipertimbangkan dengan situasi yang disekitarnya.

2.1.2.5. Media Dakwah

Untuk menyampaikan dakwah islamiyah, diperlukan sebuah media, untuk mengimplementasikan

tujuan dakwah. Dimana dengan media tersebut jalur komunikasi yang di pakai seorang da'i terhadap mad'unya akan bisa berjalan lancar.

Media dakwah adalah pengantaran atau alat penghubung, alat yang digunakan untuk menghubungkan ide dengan umat, suatu elemen yang vital yang merupakan urat nadi dalam totalitas dakwah.

Dr. Abdul Karim Zaidan (1987 : 9) membagi media dakwah ini menjadi 2 macam :

- 2.1.2.5.1. Media Eksteren Dakwah Yaitu : Media yang mempunyai hubungan langsung dengan penggunaan kesempatan yang lebih menguntungkan dalam melaksanakan dakwah
- 2.1.2.5.2. Media Interen Dakwah Yaitu : Media yang berhubungan langsung dengan tugas-tugas yang berhubungan dengan penyampaian dakwah.

2.2 Konsep Tentang Intensitas Dzikir *Burdah*

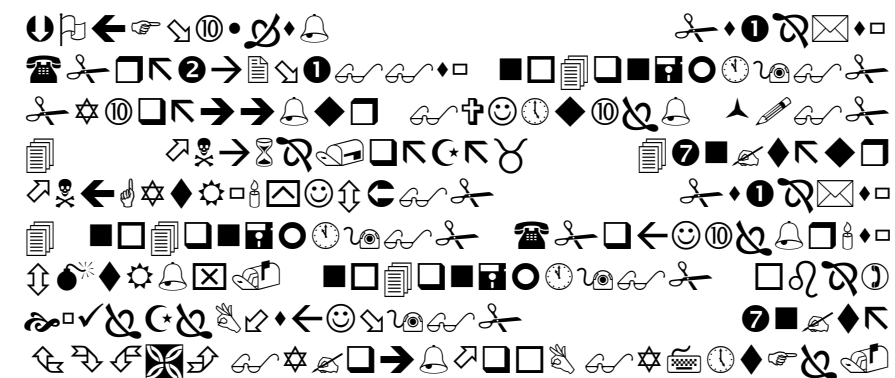
2.2.1 Pengertian Dzikir

Intensitas artinya hebat, singkat, sangat kuat (tentang kekuatan, efek, dan sebagainya), tinggi, penuh gelora, penuh semangat dan sangat emosional. Dilihat dari sifat intensif berarti secara sungguh-sungguh (giat dan sangat mendalam) untuk memperoleh efek maksimal, terutama untuk mencapai hasil yang diinginkan dalam waktu singkat (terus menerus mengerjakan sesuatu sehingga memperoleh hasil maksimal). Sedangkan intensitas berarti

keadaan (tingkatan atau ukuran hebat, kuat dan bergelornya) (tim penyusun PPPB, 1990: 335320).

Di tinjau dari segi bahasa kata *adz-dzikir* berasal dari akar kata *dzakara-yadz-kuru-dzikran* yang berarti menyebut, mengingat, atau menghadirkan sesuatu yang tersimpan dalam pikiran, karena itu dzikir biasanya di lakukan dengan lisan dengan menyebut (*asma*) Allah secara berulang-ulang sambil mengingatnya di dalam hati dan dzikir yang sesungguhnya melibatkan lidah dan hati (Montiggo dan Quito Motinggo, 2004:25).

Dzikir dalam pengertian mengingat Allah sesuai dengan Al Qur'an surat An Nisa':103



Artinya: “Maka apabila kamu Telah menyelesaikan shalat(mu), ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. Kemudian apabila kamu Telah merasa aman, Maka Dirikanlah shalat itu (sebagaimana biasa). Sesungguhnya shalat itu adalah fardhu yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman” (Depag RI, 1992:138-139).

Dzikir secara sederhana berarti “ingat”. Ia adalah ingat dengan hati dan ingat dengan lidah, ingat dari kelupaan dan ketidaklupaan, serta sikap selalu menjaga sesuatu dalam ingatan (Ka’bah,

1999:13). Menurut Hasbi Ash-Shiddieqy (1990: 36), Dzikir secara sempit ialah menyebut Allah dengan membaca tasbih (*subhānallāh*), membaca tahlil (*lā-ilāha illallāh*), membaca tahmid (*alḥamdulillāh*), membaca taqdis (*quddūsun*), membaca takbir (*Allāhu akbar*), membaca hauqalah (*lā ḥaulā wa lā quwwata illā billāh*), membaca hasballah (*ḥasbiyallāh*), membaca basmalah (*bismillāhirrahḥīm*), membaca *al-Qurān* dan membaca do'a-do'a yang *ma'tsūr*, yaitu do'a-do'a yang diterima dari Nabi SAW.

Sedangkan Atjeh (1985: 276) memberikan pengertian dzikir yaitu sebagai ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat akan Tuhan dengan hati, ucapan dan ingatan yang mempersucikan Tuhan serta membersihkannya dari sifat-sifat yang tidak layak untuknya, selanjutnya memuji dengan puji-pujian dan sanjungan dengan sifat-sifat yang sempurna, sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian. Dalam hal ini para ulama' sepakat akan kebolehan *dzikir* dengan hati dan lisan sebagaimana ungkapan Ibnu Hajar yaitu:

أجمع العلماء على جواز الذكر بالقلب واللسان للمحدث والجنب والحائض والنفساء، وذلك في التسبيح والتحميد والتهليل والتكبير والصلاة على رسول الله صلى الله عليه وسلم والدعاء وغير ذلك. (النووية، ت: ٨)

Artinya: menurut ijma' ulama' diperbolehkan dzikir dalam hati maupun lisan, bagi orang yang berhadats kecil, junub, haid, dan nifas begitu juga dalam membaca tahmid, tahlil, takbir, sholawat pada Rasulullah SAW, doa' dan lain-lain.

Ibnu Hajar (dalam Muhammad, 2007:16) menjelaskan yang di maksud dengan dzikir adalah ucapan dan ungkapan yang ketika dianjurkan untuk mengucapkannya Berulang-ulang, misalnya amal sholeh yang kekal itu: *subh^haanallah, al-h^hamdulillaah, laailaahail^lallaah, allaahuakbar* dan semua yang disampaikan kepada mereka seperti hawqala (*laah^haulaa walaa quwwata illa billaah*), basmalah (*bismillaahirrah^hmaanirrah^hiim*), hasbalah (*hasbunallaah wa ni'ma al-wakiil*), istighfar dan sebagainya.

Jadi, intensitas dzikir yaitu suatu kegiatan dzikir yang di lakukan dengan sungguh-sungguh dan secara kontinu sebagai sarana untuk menempuh perjalanan menuju Allah dan merupakan kerangka keutuhan iman dan Islam seseorang dengan perintah Allah tersebut. Jelas bahwa dzikir menjadi salah satu tiang keimanan yang harus selalu di tingkatkan oleh setiap umat muslim.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa dzikir adalah upaya mengingat Allah SWT baik dengan lisan maupun hati berdasarkan kesadaran dengan ungkapan-ungkapan tertentu yang dilakukan berulang-ulang karena kesadaran di dalam jiwa orang yang berdzikir disertai perenungan yang mendalam untuk menghadirkan Allah di dalam kalbunya.

Dzikir *Burdah* adalah suatu amalan dzikir yang telah ditetapkan dan diajarkan oleh KH. Ahmad Asrori Al-Ishaqy (alm) dari Pondok Pesantren Al Fithrah Kedinding Surabaya sebagai

mursyid kepada muridnya. Menurut Al-Bushiry (2005:5), *Burdah* adalah bentuk pujian-pujian kepada Nabi Muhammad SAW dari rasa kecintaan dan kerinduan yang tidak akan ada habisnya, namun pujian-pujian tersebut tidaklah mengurangi keagungan sang kholiq Allah SWT sebagai pencipta. Dzikir *Burdah* yaitu sebuah nama dzikir yang diberikan langsung dari KH. Ahmad Asrori Al-Ishaqy tanpa ada tambahan ataupun pengurangan dari isi dzikir itu sendiri. Beberapa penjelasan diatas ciri-ciri seorang yang melakukan dzikir *burdah* meliputi:

1. Pemahaman terhadap dzikir *burdah*.
 2. Devosi (pengabdian) pengorbanan (uang, tenaga, fikiran, bahkan jiwanya atau nyawanya untuk mencapai tujuan)
 3. Durasi kegiatan (berapa lama kemampuan dalam melakukan dzikir *burdah*)
 4. Frekuensi kegiatan (berapa sering kegiatan dzikir *burdah* dilakukan)
 5. Arah sikapnya terhadap sasaran kegiatan (suka atau tidak suka)
- (Abin, 2007: 40)

2.2.2 Macam-Macam Dzikir

Menurut Ibnu Atta (dalam Bukhori 2008:52-53) dzikir di bagi menjadi 3 macam:

Pertama, *dzikir jali*, yaitu dzikir yang jelas dan nyata. Artinya suatu perbuatan mengingat Allah SWT dalam bentuk

ucapan-ucapan lisan yang lebih menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati. Tujuannya lebih kepada mendorong agar hatinya hadir menyertai ucapan-ucapan lisan. Dzikir jenis ini dilakukan oleh orang awam dengan kata lain, dzikir ini pada hakekatnya masih dalam tahap awal, belum menyentuh tahapan kesadaran apalagi mahabbah sehingga tidak menutup kemungkinan tahap ini rendah akan bahaya *ghaflah* (lalai) yang dapat mengakibatkan tertutupnya hati.

Kedua, *dzikir khafii* yaitu dzikir yang samar-samar. Jenis kedua ini dilakukan secara khusus oleh ingatan hati, baik disertai dzikir lisan atau tidak. Orang yang sudah sampai tahap ini, hatinya merasa senantiasa memiliki hubungan dengan Allah SWT. Pada tahap ini suara yang dilafatkan melalui ucapan lidah sudah tidak diperdengarkan lagi, atau bahkan tidak terdengar sama sekali. Sebab yang lebih diutamakan adalah menghadirkan jiwa, sehingga ada semacam kesadaran Tuhan berada dihadapannya.

Ketiga, *dzikir hakiki*, yaitu dzikir yang sebenarnya. Jenis yang terakhir ini dilakukan oleh seluruh jiwa raga, baik lahir maupun batin, kapan dan dimana saja. Pada tahap ini seseorang sedapat mungkin memelihara jiwa dan raganya dari larangan Allah SWT. Sedangkan Amin Syukur (2010: 86) ada beberapa macam cara berdzikir yaitu: dzikir jahr (suara keras), dzikir sir (suara hati), dzikir

ruh (suara ruh atau siakap dzikir), dzikir fi'li (aktivitas), dzikir afirmasi, dan dzikir pernafasan.

Kegiatan dzikir *Burdah* termasuk pada klasifikasi dzikir *Jali* karena pada dasarnya pelaksanaan dzikir *Burdah* ini dengan menggunakan metode *Jahr* (suara keras), yaitu suatu perbuatan mengingat Allah SWT dalam bentuk ucapan-ucapan lisan yang lebih menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati.

2.2.3 Manfaat Dzikir

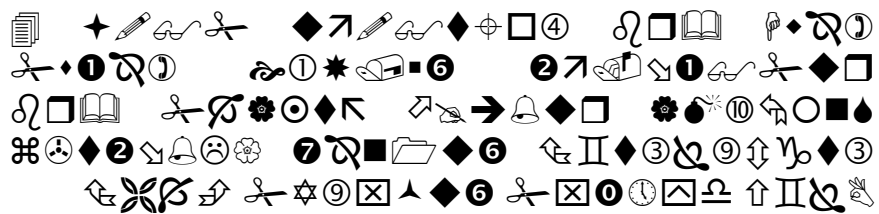
Menurut Anshori (2003:33), Pengaruh yang ditimbulkan secara konstan, akan bermanfaat untuk mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang melupakan dzikir atau lupa kepada Tuhan, terkadang tanpa sadar dapat berbuat maksiat, namun mana kala ingat kepada Tuhan kesadaran akan dirinya sebagai hamba Tuhan akan muncul kembali.

Sedangkan menurut bukhori (2008: 10) manfaatnya dzikir yaitu menarik energi positif yang bertebaran di udara agar energi tersebut bisa masuk tersirkulasi ke seluruh bagian tubuh pelaku dzikir dan menjaga keseimbangan tubuh agar tercipta suasana jiwa yang tenang, damai dan terkendali.

Dzikir mempunyai manfaat yang besar terutama dalam dunia modern seperti sekarang, manfaat dzikir dalam kehidupan menurut Amin Syukur (2012:65-68) antara lain:

- 1) Dzikir Memantapkan Iman.

Jiwa manusia akan terawasi oleh apa dan siapa yang selalu melihatnya. Ingat kepada Allah berarti lupa kepada yang lain, ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya. Melupakan-Nya akan mempunyai dampak yang luas dalam kehidupan manusia. Hal ini sesuai dalam firman Allah Q.S. Al-Kahfi ayat 24:



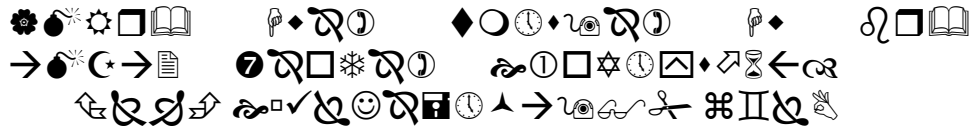
Artinya: *Kecuali (dengan menyebut: "Insya Allah". dan ingatlah kepada Tuhanmu jika kamu lupa dan Katakanlah: "Mudah-mudahan Tuhanku akan memberiku petunjuk kepada yang lebih dekat kebenarannya dari pada ini".*

2) Dzikir Meningkatkan Akhlak.

Kehidupan modern terdapat gejala adanya dekadensi moral, gejala dari berbagai rangsangan dari luar, khususnya kemajuan IT (informasi dan teknologi). Pada saat seperti ini dzikir yang dapat menumbuhkan iman dapat menjadi sumber akhlak. Dzikir tidak hanya dzikir substansial, namun dzikir fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti (ma'rifat) dan mengingat (dzikir) Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifat-sifat-Nya, kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara aktif, karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam lisan dan direalisasikan dalam amal perbuatan.

3) Dzikir dapat menghindarkan dari bahaya.

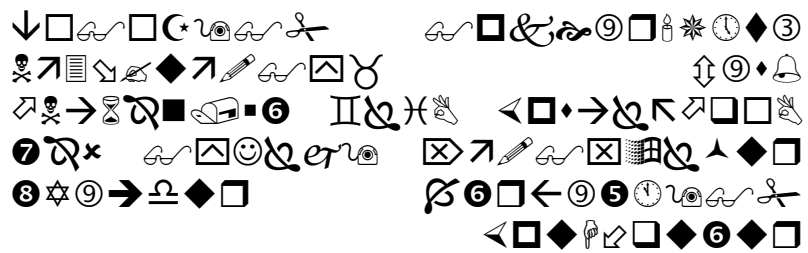
Dalam kehidupan ini, seseorang tak bisa lepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Hal ini dapat diambil pelajaran dari peristiwa Nabi Yunus As yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu Yunus AS berdoa:



Artinya:”(tiada Tuhan selain Engkau, Maha Suci Engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang dhalim)” (surat Al-Anbiya’:87). Dengan doa dan dzikir itu Yunus As dapat keluar dari perut ikan.

4) Dzikir sebagai terapi jiwa.

Islam sebagai agama rahmat bagi alam semesta (*rahmatan lil alamin*) menawarkan suatu konsep dikembangkannya nilai-nilai ketuhanan (*ilahiah*) dalam batin seseorang. Shalat misalnya yang didalamnya terdapat penuh doa dan dzikir, dapat di pandang sebagai *malja'* (tempat berlindung) dalam kehidupan modern disinilah misi Islam untuk menyejukkan hati manusia. Dzikir fungsional, akan mendatangkan manfaat, antara lain mendatangkan kebahagiaan, menentramkan jiwa, obat penyakit hati dan sebagainya. Sebagaimana di firman Allah SWT QS. Yunus Ayat: 57



Artinya:”Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-

penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman''.

2.3 Kesehatan Mental

2.3.1 Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan terjemahan dari istilah *mental hygien*. *Mental* (dari kata latin: *mens, mentis*) berarti jiwa, nyawa, roh, sukma, semangat, sedang *hygiene* (dari kata yunani: *hugyene*) berarti ilmu tentang kesehatan (Semiun, 2010:22). Ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang mempelajari masalah kesehatan mental atau jiwa, bertujuan mencegah timbulnya gangguan atau penyakit mental dan gangguan emosi dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan penyakit mental, serta memajukan kesehatan jiwa rakyat (Kartono, 2000: 158).

Menurut Sururin (2004:142-143) mendefinisikan kesehatan mental dengan beberapa pengertian: 1).Terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa (neorosis dan psikosis). 2). Kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup. 3). terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk mengatasi problem yang bisa terjadi dari kegelisahan dan pertengkaran batin (konflik). 4). Pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan

meningkatkan potensi, bakat dan pembawaan semaksimal mungkin. Sehingga membawa kebahagiaan diri dan orang lain, terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.

KP. Neeraja said (2008:2) Mental health is a state of emosional, psychological and social welleness evidenced by satifying inter personal relationship, effective behaviour, coping, positive sefl concept and emosional stability (2008: 14).

Artinya : kesehatan mental adalah keadaan emosional, psikologi, dan sosial yang baik ditandai dengan hubungan interpersonal yang memuaskan (intinya tidak ada abnormalitas sosial yang teridentifikasi dari realitas hubungan interpersonal), perilaku efektif, penyembuhan, konsep positif, dan stabilitas emosional.

Dari pengertian di atas dapat di ambil suatu batasan bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa, mampu menyesuaikan diri, sanggup menghadapi masalah-masalah dan guncangan-guncangan yang biasa adanya keserasian fungsi jiwa dan merasa dirinya berharga serta dapat menggunakan potensi-potensi yang ada semaksimal mungkin.

2.3.2 Aspek Kesehatan Mental

Orang yang sehat mentalnya menurut Marie Jahoda memiliki karakter utama sebagai berikut:

1. Sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri dalam arti ia dapat mengenal dirinya dengan baik.
2. Pertumbuhan, perkembangan, dan perwujudan diri yang baik.
3. Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, kesatuan pandangan, dan tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi.

4. Otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan dari dalam atau kelakuan-kelakuan bebas.
5. Persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan serta memiliki empati dan kepekaan sosial.
6. Kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya secara baik (Yahya, 1994: 76).

Bastaman (1995:134) memberikan tolak ukur kesehatan mental, dengan kriteria-kriteria sebagai berikut:

- 1) Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan.
- 2) Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan.
- 3) Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan.
- 4) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan dan berupaya menerapkan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari

2.3.3 Prinsip Mendapatkan Kesehatan Mental

1. Pemenuhan Kebutuhan Pokok

Setiap individu selalu memiliki dorongan-dorongan kebutuhan yang bersifat organis (fisik dan psikis) dan yang bersifat sosial. Kebutuhan-kebutuhan dan dorongan-dorongan itu menuntut pemuasan. Ketegangan timbul menurun apabila kebutuhan-

kebutuhan terpenuhi, dan cenderung naik jika mengalami frustrasi atau hambatan-hambatan.

2. Kepuasan

Setiap orang menginginkan kepuasan, baik yang bersifat jasmani maupun yang bersifat psikis. Dia ingin merasa kenyang aman terlindungi, ingin puas dalam hubungan seksnya, ingin mendapat simpati dan di akui hartanya. Pendeknya, ingin puas di segala bidang. Lalu timbullah *sense of importancy* dan *sense of mastery* (kesadaran nilai dirinya dan kesadaran penguasaan) yang memberi rasa senang dan bahagia.

3. Posisi dan Status Sosial

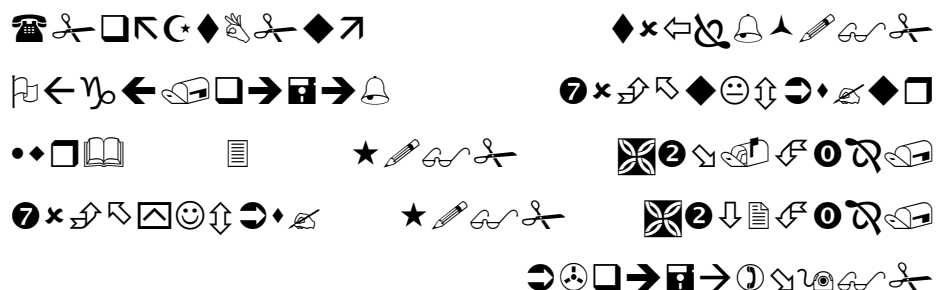
Setiap individu selalu berusaha mencari posisi sosial dan status sosial dalam lingkungan. Tiap manusia membutuhkan cinta kasih dan simpati, Sebab cinta kasih dan simpati membutuhkan rasa diri (*assurance*) dan keberanian-keberanian di masa mendatang. seseorang lalu menjadi optimis dan bergairah karenanya. Individu-individu yang mengalami gangguan mental, biasanya merasa dirinya tidak aman, di kejar-kejar dan selalu dalam kondisi ketakutan. Dia tidak mempunyai kepercayaan pada hari esok, jiwanya senantiasa bimbang dan tidak seimbang (Kartono, 1989:29-30).

2.4 Relasi Dakwah dan Dzikir Dengan Kesehatan Mental

2.4.1. Dzikir sebagai Metode Dakwah

Dzikir merupakan metode berdakwah yang dilakukan seorang da'i agar mad'u menjadi lebih baik. Penyebaran agama Islam melalui proses yang cukup lama dengan proses dakwah, sehingga tersebar di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Seiring dengan kemajuan zaman, maka dakwah Islam yang juga harus dinamis dan selalu mengalami peningkatan dalam segala aspek atau segi, baik dari pengertian dakwah, metode, maupun unsur dakwah lainnya. Dzikir salah satunya bentuk dakwah agar individu mampu merasakan ketenangan jiwa dalam menjalankan ibadah.

Islam menganjurkan agar manusia selalu berdzikir kepada Allah, karena dengan dzikir hati akan menjadi tenang dan damai. Dengan metode berdzikir atau bermeditasi, segala persoalan-persoalan duniawi disandarkan kepada Allah Dzat yang mengatasi segalanya. Begitu sempurnanya ajaran Islam, tak satupun persoalan yang terlewatkan dalam al-Qur'an, sehingga urusan jiwa atau ruh, qalb, serta berbagai aspek-aspek kehidupan semua tersusun dalam kesatuan yang kompleks. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah yang berbunyi :

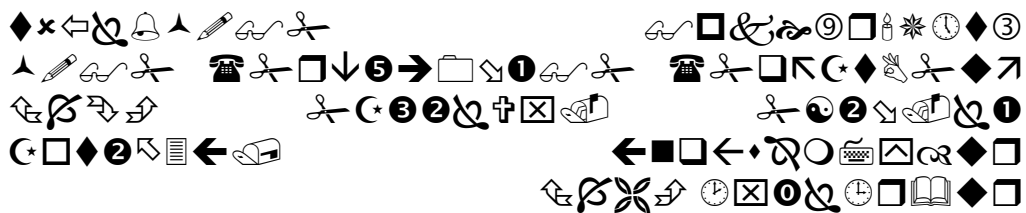


”(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram” (Qs. Ar-ra’du: 28 Depag. RI, 2000: 273)

Surat Ar-ra'du ayat 28 tersebut mempunyai arti bahwa ketika seseorang ingin mendapatkan rasa tenang dan tentram, maka dekatilah Dia Yang Maha tenang dan Maha tentram, agar mengimbas sifat itu pada hamba-Nya. Sebagaimana diungkapkan oleh Abdullah Gymnastiar dalam Ilham (2004: 7) bahwa dengan selalu mengingat Allah, hati akan tentram, sebaliknya ketika jarang ingat kepada Allah, hati akan kering dan gersang.

2.4.2. Relasi Intensitas Dzikir dengan Kesehatan Mental

Berdzikir yang dilakukan dalam suasana yang tenang akan dapat merasakan kehadiran Allah, dengan keyakinan seperti itu akan membentuk mental yang positif. Pembentukan dapat dilakukan melalui membiasakan berdzikir. Agama mengajarkan dzikir dilakukan sehabis shalat khususnya pada waktu pagi dan malam hari. Sebagaimana firman Allah SWT QS. Al Ahzab 41- 42:



Artinya: *“Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya. Dan bertasbihlah kepada-Nya diwaktu pagi dan petang.*

Menurut Bukhori (2008: 106-107), manfaat orang yang mendapatkan perlakuan berupa *zikir al- Asma' al- Husna* lebih dapat mengontrol diri terhadap timbulnya agresivitas daripada kelompok yang diberi perlakuan tipuan berupa ceramah dan diskusi dengan judul

“penyimpangan seksual remaja dan upaya penanggulangannya dalam perspektif pendidikan seks Islami”. Pendapat ini dikuatkan oleh para tokoh yang mengatakan bahwa zikir merupakan salah satu cara agar seseorang merasa selalu diawasi oleh Allah dan dapat menimbulkan *self control*, dan juga bisa menimbulkan ketenangan jiwa.

Menurut Latifah (2006: 38-39), Dzikir dapat membawa pengaruh pada diri *dzakirin* khususnya untuk kesehatan mental, karena seseorang akan memperoleh ketenangan dan ketentraman batin dengan berdzikir. Prinsip pokok dalam berdzikir adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang, menyebabkan *dzakirin* akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah SWT. Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada Dzat Yang Maha Mendengar keluh kesah yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun (Bustaman, 1995:161).

Menurut Ma'ruf (2005: 81), berdzikir mempunyai efek secara fisik dan psikologis. Sehingga dapat berimplikasi pada kesehatan mental, yakni dzikir akan mempengaruhi gelombang otak dan getar-getar religius, mampu menata, memotivasi serta mengembalikan percaya diri. Dzikir yang dilakukan secara berjama'ah mempunyai nilai Teraupetik, sehingga perasaan cemas, terasing, takut akan hilang.

Hal tersebut terlihat adanya universalitas, merasa adanya orang lain yang mempunyai permasalahan seperti dirinya. Dengan demikian, dzikir pada prinsipnya dapat berimplikasi pada kesehatan mental, terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan Yang Maha Tinggi.

Menurut Trisanti (2006 : 73-74), kebiasaan para santri dengan melakukan dzikir asmaul husna mempunyai pengaruh terhadap kesehatan mental. Para santri mampu mengatasi rasa cemas atau khawatir, mampu beradaptasi dengan lingkungan, mampu mengendalikan emosi, berusaha membersihkan hati dari gangguan-gangguannya (penyakit-penyakit hati) seperti ujub, takabur. Mereka juga selalu mensyukuri nikmat Allah, bahkan jika dilihat dari aktifitas sehari-hari, mereka adalah para remaja yang senantiasa menjalankan perintah Allah dengan menjaga shalat berjamaah dan beramal shaleh. Gejala-gejala yang diekspresikan mereka dari kehidupan sehari-hari menunjukkan mereka adalah remaja yang mempunyai mental sehat, dan senantiasa menjaga jiwa mereka dari goncangan-goncangan jiwa dengan selalu berdzikir pada Allah SWT.

Cara yang harus dilakukan agar orang terhindar dari penyakit hati adalah kembali kepada Allah (*dzikrullah*), kemudian menjalankan ibadah secara lahir batin (menjalankan shalat, puasa, berdzikir dan mengerjakan amal-amal shaleh) yang dapat menyebabkan hatinya selalu memikirkan hal-hal yang baik dan selalu ingat kepada-Nya dan

bertobat untuk tidak mengulangi kesalahannya lagi. Dengan dzikir manusia akan menyadari bahwa dirinya dan segala sesuatu yang ada di dunia ini hanyalah titipan dari Allah SWT. Maka apabila Sang Pemilik Yang Maha Agung mengambil kembali titipan-Nya, tidak semestinya manusia harus marah, sedih dan tersiksa. Sehingga orang yang menyadari kondisi demikian kecil sekali kemungkinan terkena gangguan-gangguan mental dan penyakit mental. Karena setiap menghadapi problem hidup senantiasa diselesaikan dengan tenang dan menyerahkan semuanya kepada Allah SWT.

Pembiasaan ini akan mempengaruhi jiwa pelakunya kemudian menguatkan rasa takut kepada Allah SWT yang menjadikan kesabaran. Orang yang jarang berdzikir hatinya akan keras dan kasar, sebaliknya orang yang banyak berdzikir hatinya akan lembut karena dzikir akan membentuk sifat dan suasana hati. Dari berbagai sumber diatas jelaslah bahwa kebiasaan berdzikir akan mendapatkan ketenangan dan ketentraman batin karena selalu menyerahkan segala sesuatu kepada Allah SWT. Mengikuti dzikir *burdah* dengan khuyuk akan mempengaruhi kondisi psikologis para santri yaitu membuat kondisi mental menjadi lebih tenang dan stabil. Dengan ketenangan yang diperoleh individu akan lebih mampu menyesuaikan dengan tuntutan lingkungan dan menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain.

Seseorang yang berpenyakit mental di tandai dengan fenomena ketakutan, apatis, cemburu, iri hati, dengki dan lain sebagainya. maka tidak mengherankan bila merugikan bagi orang lain yang berada di sekitarnya. Oleh karena itu sangat diperlukan bagi setiap orang, karena dengan adanya kesehatan mental akan mempunyai kemampuan untuk bertindak secara efisien, memiliki tujuan hidup yang jelas dan selalu tenang batinnya dalam menghadapi berbagai persoalan hidup.

Mengingat pentingnya kesehatan mental bagi kehidupan seseorang, maka dengan dzikir *burdah* diharapkan dapat dijadikan sebagai alternatif dalam meningkatkan kesehatan mental serta memajukan kehidupan seseorang sebagai suatu perubahan sikap dan perilaku dan diharapkan santri Al Fithrah tidak mudah mengalami ketakutan, apatis, cemburu, iri hati, dengki dan depresi serta memiliki kesehatan mental, supaya mampu menghadapi musibah yang datang dari Allah SWT dan lingkungan masyarakat.

2.5 Hipotesis

Hipotesis adalah merupakan jawaban sementara terhadap pertanyaan penelitian (Azwar, 1998: 49). Berdasarkan landasan teori tersebut maka hipotesis sementara dalam penelitian ini adalah ada pengaruh intensitas mengikuti dzikir *Burdah* terhadap kesehatan mental santri Al Fithrah Meteseh Semarang. Semakin tinggi intensitas mengikuti dzikir *Burdah* semakin tinggi

pula kesehatan mentalnya begitu pula sebaliknya, semakin rendah intensitas mengikuti dzikir *Burdah* maka semakin rendah pula kesehatan mentalnya.