

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kesadaran Diri**

##### **1. Pengertian Kesadaran Diri**

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengapa seseorang merasakannya seperti itu dan pengaruh perilaku seseorang terhadap orang lain. Kemampuan tersebut diantaranya; kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan seseorang, membela diri dan mempertahankan pendapat (sikap asertif), kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri dan berdiri dengan kaki sendiri (kemandirian), kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan orang dan menyenangkan diri sendiri meskipun seseorang memiliki kelemahan (penghargaan diri), serta kemampuan mewujudkan potensi yang seseorang miliki dan merasa senang (puas) dengan potensi yang seseorang raih di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadi (aktualisasi).<sup>1</sup>

Kesadaran diri merupakan dasar kecerdasan emosional. Kemampuan untuk memantau emosi dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologi dan pemahaman diri. Seseorang yang mempunyai kecerdasan emosi akan berusaha menyadari emosinya ketika emosi itu menguasai dirinya. Namun kesadaran diri ini tidak berarti bahwa seseorang itu hanyut terbawa dalam arus emosinya tersebut sehingga suasana hati itu menguasai dirinya sepenuhnya. Sebaliknya kesadaran diri adalah keadaan ketika seseorang dapat menyadari emosi yang sedang menghinggapi pikirannya akibat permasalahan-permasalahan yang dihadapi untuk selanjutnya ia dapat menguasainya. Orang yang mempunyai keyakinan lebih tentang emosinya diibaratkan pilot yang handal bagi kehidupannya. Karena ia mempunyai kepekaan yang lebih

---

<sup>1</sup> Steven J. Stein, and Book, Howard E, *Ledakan EQ : 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*, terj. Trinanda Rainy Januarsari dan Yudhi Murtanto, Kaifa, Bandung, 2003, hlm. 39

tinggi akan emosi mereka yang sesungguhnya. Orang yang kesadaran dirinya bagus maka ia mampu untuk mengenal dan memilih-milah perasaan, memahami hal yang sedang dirasakan dan mengapa hal itu dirasakan dan mengetahui penyebab munculnya perasaan tersebut.<sup>2</sup>

Kesadaran diri merupakan pondasi hampir semua unsur kecerdasan emosional, langkah awal yang penting untuk memahami diri sendiri dan untuk berubah. Sudah jelas bahwa seseorang tidak mungkin bisa mengendalikan sesuatu yang tidak ia kenal.<sup>3</sup>

Para ahli mempunyai pendapat yang beragam tentang kesadaran diri. Diantaranya menurut Mayer seorang ahli psikologi dari *University of new Hampshire* yang menjadi koformulator teori kecerdasan, berpendapat bahwa kesadaran-diri berarti waspada baik terhadap suasana hati maupun pikiran seseorang tentang suasana hati.<sup>4</sup>

Goleman menjelaskan kesadaran diri yaitu perhatian terus menerus terhadap keadaan batin seseorang. Dalam keadaan refleksi diri ini, pikiran mengamati dan menggali pengalaman, termasuk emosi.<sup>5</sup>

May seorang psikiater yang mempelopori pendekatan eksistensial yang dikutip oleh Koesworo menjelaskan bahwa kesadaran-diri adalah sebagai kapasitas yang memungkinkan manusia mampu mengamati dirinya sendiri maupun membedakan dirinya dari dunia (orang lain), serta kapasitas yang memungkinkan manusia mampu menempatkan diri di dalam waktu (masa kini, masa lampau, dan masa depan).<sup>6</sup>

Binswanger dan Boss menggambarkan kesadaran-diri adalah salah satu ciri yang unik dan mendasar pada manusia, yang membedakan manusia dari makhluk lainnya. Pendek kata dalam pandangan mereka, kesadaran-diri adalah kapasitas yang memungkinkan manusia bisa hidup

---

<sup>2</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence Why it Can Matter More Than IQ*, Bantam Books, New York, 1996, hlm. 58

<sup>3</sup> Steven J. Stein, and Book, Howard E, *Ledakan EQ : 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*, hlm.75

<sup>4</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence Why it Can Matter More Than IQ*, hlm. 64

<sup>5</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence Why it Can Matter More Than IQ*, hlm. 63

<sup>6</sup> E. Koeswara, *Psikologi Eksistensial Suatu Pengantar*, PT Eresco, Bandung, 1987, hlm.

sebagai pribadi yang utuh dan penuh. Mereka akan menolak istilah kepribadian apabila istilah tersebut menunjuk kepada sekumpulan *trait* atau sifat-sifat yang tetap pada diri manusia. Mereka mengembangkan konsep *ada-dalam-dunia* yaitu; dunia fisikal atau dunia biologis (*Umlet*), dunia manusia atau dunia sosial (*Mitwelt*), dunia diri sendiri termasuk kebutuhan manusia (*Eigenwelt*). Mereka percaya bahwa kepribadian setiap individu adalah unik dan dapat dibedakan dari caranya mengada di dalam atau berelasi dengan ketiga taraf *dunia* itu. Yang dimaksud “*dunia*” menurut pandangan Husserl, sebenarnya bukan dunia sebagaimana dipahami atau diinterpretasikan oleh teori-teori ilmiah. Dunia yang secara langsung dan tanpa perantara, dialami oleh setiap individu didalam kehidupan sehari-hari. Tidak lain adalah gejala atau fenomena murni. Inilah dunia yang dihidupi, dihayati, atau dialami oleh manusia.

Sedangkan gagasan tentang perkembangan *keberadaan* dengan bertumpu pada konsep *pemenjadian* (*becoming*) dan konsep yang mereka kembangkan sendiri, yakni konsep *ada-di-luar-dunia*, berikut kebebasan dan tanggung jawab. Konsep *pemenjadian* menerangkan bahwa *keberadaan* adalah dinamis dan selalu berproses menjadi sesuatu yang lain dari sebelumnya. Artinya bahwa manusia terdapat kesanggupan untuk mentransendensikan dirinya di dalam dunia (pengalaman) baru yang ditujukan kepada realisasi kemungkinan-kemungkinan (*potentialities*) dari keberadaannya.<sup>7</sup>

Dalam pandangan Frankl kebebasan berkeinginan adalah ciri yang unik dari keberadaan dan pengalam manusia. Manusia tidak hanya sanggup mengambil sikap terhadap dunia, tetapi juga sanggup dan bebas mengambil sikap terhadap dirinya sendiri, menerima atau menolak dirinya. Dengan mengambil sikap atau mengambil jarak terhadap dirinya sendiri, manusia bisa *keluar* dari ruangan biologis dan psikologisnya, dan *masuk* ke dalam ruang *noologis* (dimensi spiritual). Suatu dimensi atau ruang tempat manusia hadir sebagai fenomena yang berbeda dari makhluk

---

<sup>7</sup> *Ibid*, hlm. 31

lainnya. Dengan memasuki ruang *noologis* atau dimensi spiritual, manusia meninggikan martabatnya sebagai manusia, sebagai makhluk yang hidupnya tidak semata-mata dikuasai oleh ketentuan-ketentuan biologis dan psikologisnya. Di dalam ruang *noologis* inilah terletak kebebasan berkeinginan dari manusia.<sup>8</sup>

Menurut Chaplin kesadaran-diri adalah kesadaran mengenai proses-proses mental sendiri atau mengenai eksistensi sebagai individu yang unik.<sup>9</sup>

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kesadaran-diri (*self conciousness*) adalah salah satu ciri yang unik dan mendasar pada manusia, di mana manusia tersebut mempunyai kesadaran *meng-ada-dalam-dunia* (*umwelt, mitwelt, eigenwelt*). Juga kesadaran *meng-ada-di-luar-dunia* (*becoming* = pemenuhan) yaitu kebebasan yang tidak dapat dipisahkan dari tanggung jawab.

*Umwelt* dapat dipahami sebagai “dunia ser” (dunia natural), kalau dunia biologis disamakan dengan lingkungan (*environment*) yaitu berhubungan dengan kebutuhan-kebutuhan biologis; dorongan-dorongan, naluri-naluri. Bisa diartikan dunia hukum alam dan perputaran ilmiah, dunia tidur dan terjaga, lahir dan mati. *Mitwelt* artinya perhubungan manusia dengan manusia lain, pada manusia berlangsung komunikasi yang melibatkan makna, makna orang lain sebagian ditentukan oleh perhubungan dengan sesamanya, esensi dari perhubungan adalah bahwa perjumpaan (*encounter*) kedua pribadi diubah. Perhubungan selalu melibatkan kesadaran timbal-balik, dan ini selalu terjadi dalam suatu perjumpaan. Sedangkan *eigenwelt* artinya kesadaran diri, yang berhubungan dengan diri sendiri dan cara khas hadir dalam diri manusia. Sebagai dasar dan diatas dasar itu manusia melihat dunia nyata dalam prespektif yang sebenarnya.

## 2. Kecakapan Dalam Kesadaran Diri

---

<sup>8</sup> *Ibid*, hlm. 38

<sup>9</sup> J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, PT Raja Grafindo Persada , Jakarta, 2002, hlm.

Goleman, menyebutkan ada tiga kecakapan utama dalam kesadaran diri, yaitu:

- a. Mengenali emosi; mengenali emosi diri dan pengaruhnya. Orang dengan kecakapan ini akan:
  - 1) Mengetahui emosi makna yang sedang mereka rasakan dan mengapa terjadi.
  - 2) Menyadari keterkaitan antara perasaan mereka dengan yang mereka pikirkan.
  - 3) Mengetahui bagaimana perasaan mereka mempengaruhi kinerja.
  - 4) Mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman untuk nilai-nilai dan sasaran-sasaran mereka.
- b. Pengakuan diri yang akurat; mengetahui sumber daya batiniah, kemampuan dan keterbatasan ini. Orang dengan kecakapan ini akan :
  - 1) Sadar tentang kekuatan-kekuatan dan kelemahan-kelemahannya.
  - 2) Menyempatkan diri untuk merenung, belajar dari pengalaman, terbuka bagi umpan balik yang tulus, perspektif baru, mau terus belajar dan mengembangkan diri.
  - 3) Mampu menunjukkan rasa humor dan bersedia memandang diri sendiri dengan perspektif yang luas.
- c. Kepercayaan diri; kesadaran yang kuat tentang harga diri dan kemampuan diri sendiri. Orang dengan kemampuan ini akan:
  - 1) Berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan “keberadaannya”.
  - 2) Berani menyuarakan pandangan yang tidak populer dan bersedia berkorban demi kebenaran.
  - 3) Tegak, mampu membuat keputusan yang baik kendati dalam keadaan tidak pasti.<sup>10</sup>

Kesadaran diri dalam kecerdasan emosi yakni mampu mengenal dan memilah-milah perasaan, menyadari kehadiran eksistensi emosi,

---

<sup>10</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence Why it Can Matter More Than IQ*, hlm. 42

mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri. Sehingga dengan mengetahui seseorang bisa mendayagunakan, mengekspresikan, mengendalikan dan juga mengkomunikasikan dengan pihak lain.

Dari berbagai ketrampilan kecerdasan emosional yang paling mendasar adalah kesadaran diri. Karena tanpa menyadari apa yang seseorang rasakan, seseorang tidak akan mampu bertindak dan berpikir tepat sesuai dengan situasi yang ada.<sup>11</sup>

Penyadaran diri adalah langkah mendasar menuju kematangan emosi. Tanpanya manusia sulit untuk mengembangkan emosi secara dewasa. Berbicara soal pentingnya penyadaran emosi, sebenarnya tidak terbatas dalam konteks EQ saja. Dalam kehidupan sehari-hari pun kematangan emosi dapat dimulai dengan menyadari apa yang terjadi di sekelilingnya.<sup>12</sup>

Kesadaran diri ini juga terkait dengan kemampuan manusia untuk tahan menghadapi cobaan, kemampuan untuk tetap tenang dan berkonsentrasi, tahan menghadapi kejadian yang gawat dan tetap tegar menghadapi konflik. Istilah pengendalian diri sama juga dengan sabar, jika sabar telah tumbuh dalam diri seseorang muslim, maka ia dapat dijadikan sebagai sarana untuk mencapai keridhaan Allah. Firman Allah dalam surat al-Baqarah ayat 153:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

Hai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan (mengerjakan) shalat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar. (QS. al-Baqarah: 153).<sup>13</sup>

Berbicara mengenai pentingnya kesadaran diri. Banyak orang yang sulit merasakan perasaannya sendiri. Dan itulah yang mengakibatkan orang ini menjadi sulit pula merasakan perasaan orang lain. Logikanya jika

---

<sup>11</sup> Anthony Dio Martin, *Emotional Quality Management, Refleksi, Revisi dan Revitalisasi Hidup melalui Kekuatan Emosi*, Penerbit Arga, Jakarta, 2003, hlm. 190

<sup>12</sup> *Ibid*, hlm. 191

<sup>13</sup> Soenarjo, dkk, *Al-Qur'an dan terjemahnya*, hlm 38

untuk perasaannya sendiri saja ia sulit untuk merasakan tentunya lebih sulit bagiannya untuk merasakan apa yang terjadi pad diri orang lain.<sup>14</sup>

Dengan demikian dapatlah disimpulkan bahwa penyadaran diri termasuk penyadaran diri adalah kemampuan manusia menjadi pengendalian kehidupan yang dijalani. Intinya, jangan sampai seseorang terperangkap dalam aktivitas yang tidak mampu dipahami.

### 3. Tahapan-Tahapan Kesadaran diri

Kesadaran diri yang dimiliki remaja dapat mempengaruhi perkembangan *diri* sendiri dan bahkan perkembangan sesamanya. Sebab manusia tampil diluar diri dan berefleksi atas keberadaannya. Oleh sebab itu kesadaran diri sangat fundamental bagi pertumbuhan remaja. Menurut Sastrowardoyo untuk mencapai kesadaran diri yang kreatif seseorang harus melalui empat tahapan yaitu:<sup>15</sup>

#### a. Tahap ketidaktahuan

Tahap ini terjadi pada seorang bayi yang belum memiliki kesadaran diri, atau disebut juga dengan tahap kepolosan.

#### b. Tahap berontak

Tahap ini identik memperlihatkan permusuhan dan pemberontakan untuk memperoleh kebebasan dalam usaha membangun “*inner strength*”. Pemberontakan ini adalah wajar sebagai masa transisi yang perlu dialami dalam pertumbuhan, menghentikan ikatan-ikatan lama untuk masuk ke situasi yang baru dengan keterikatan yang baru pula.

#### c. Tahap kesadaran normal akan diri

Dalam tahap ini seseorang dapat melihat kesalahan-kesalahannya untuk kemudian membuat dan mengambil tindakan yang bertanggung jawab. Belajar dari pengalaman-pengalaman sadar akan diri disini dimaksudkan satu kepercayaan yang positif terhadap

---

<sup>14</sup> Anthony Dio Martin, *Emotional Quality Management, Refleksi, Revisi dan Revitalisasi Hidup melalui Kekuatan Emosi*, hlm. 193

<sup>15</sup> Ina Sastrowardoyo, *Teori Kepribadian Rollo May*, Balai pustaka, Jakarta, 1991, hlm. 83-84

kemampuan diri. Kesadaran diri ini memperluas pengendalian manusia atas hidupnya dan tahu bagaimana harus mengambil keputusan dalam hidupnya.

d. Tahap kesadaran diri yang kreatif.

Dalam tahapan ini seseorang mencapai kesadaran diri yang kreatif mampu melihat kebenaran secara objektif tanpa disimpangkan oleh perasaan-perasaan dan keinginan-keinginan subjektifnya. Tahapan ini bisa diperoleh antara lain melalui aktivitas religius, ilmiah atau dari kegiatan-kegiatan lain diluar kegiatan-kegiatan yang rutin. Melalui tahapan ini seseorang mampu melihat hidupnya dari perspektif yang lebih luas, bisa memperoleh inspirasi-inspirasi dan membuat peta mental yang menunjukan langkah dan tindakan yang akan diambilnya.

4. Langkah-Langkah Mempertinggi Kesadaran-Diri

Kesadaran diri tidak terbentuk secara otomatis, melainkan karena adanya usaha individu. Tahapan kesadaran diri individu, ditentukan oleh beberapa besar atau sejauh mana individu tersebut berusaha mempertinggi kesadaran dirinya.

Ada beberapa langkah yang perlu diambil oleh remaja dalam rangka meningkatkan atau mempertinggi kesadaran dirinya. Langkah-langkah tersebut dimulai dari :

a. Menemukan kembali perasaan-perasaannya

Agar dapat mencapai tingkatan tersebut, banyak orang harus kembali lagi pada permulaan untuk menemukan kembali apa itu perasaan. Perasaan adalah pernyataan hati nurani yang dihayati secara suka maupun tidak senang. Sebab sering seseorang tidak tahu-menahu tentang kejadian yang dirasakannya sendiri, yang diucapkan tentang perasaan mereka hanya ungkapan samar. “baik-baik saja”, “tidak enak badan”, mereka tidak mengalami perasaan secara langsung, hanya ide-ide yang samar mereka kemukakan sebagai apa yang dirasa penting.

b. Mengenal keinginan-keinginan sendiri



Sadar akan perasaan sendiri membawa seseorang ke langkah berikutnya yaitu mengetahui dengan jelas apa yang diinginkan. Seseorang yang tidak mengenali keinginan-keinginan sendiri adalah mereka yang hanya memikirkan keinginan-keinginan yang rutin atau mereka yang berkeinginan menurut orang lain. Mengetahui keinginan diri sendiri tidak berarti harus memaksakan dan mengutarakan keinginan tersebut kapan dan dimana saja. Keputusan dan pertimbangan yang matang adalah sisi utama dari kesadaran diri. Mengenal keinginan sendiri maksudnya, mengenal keinginan secara spontan, yaitu membuat interaksi yang tepat dan melihat gambaran situasi menyeluruh : tahu menetapkan dirinya dan menjadikan dirinya bagian yang integral dalam hubungan dengan dunia serunya.

c. Menentukan kembali relasi diri dengan aspek-aspek ketaksadaran.

Individu-individu masyarakat modern bersikap pasif terhadap aspek-aspek ketaksadaran, bahkan cenderung menyisihkannya dan lebih mengutamakan aspek-aspek kesadaran yang dipandang identik dengan rasionalitas. Maka untuk mencapai kesadaran diri, seseorang perlu menemukan kembali relasi diri dengan aspek-aspek ketaksadaran melalui aspek-aspek ketaksadaran individu tidak hanya akan menemukan kembali perasaan-perasaannya, tetapi juga menemukan kembali sumber pemecahan bagi masalah-masalah yang dihadapi.<sup>16</sup>

d. Memperbanyak Dzikir

Dzikir adalah mengingat Allah, baik dengan lisan dan dengan hati. Salah satu cara yang diajarkan Rasulullah. Dzikir kepada Allah merupakan upaya membersihkan diri dari pengaruh-pengaruh kesenangan keduniaan, kesadaran pada diri sendiri dan sifat egois. juga merupakan penetapan ruh dalam kesucian dan kedekatannya dengan Allah SWT.<sup>17</sup>

## 5. Manfaat Mempertinggi Kesadaran Diri

---

<sup>16</sup> E. Koeswara, *Psikologi Eksistensial Suatu Pengantar*, hlm. 33-36

<sup>17</sup> Zakiyah Darajat, *Islam dan Kesehatan Mental*, Gunung Agung, Jakarta, 1999, hlm 218

Melalui kesadaran, seseorang bisa menjadi sadar atas tanggung jawabnya untuk memilih. “Manusia adalah makhluk yang bisa menyadari dan oleh karenanya, bertanggung jawab atas keberadaannya”. Seperti ungkapan Kierkegaard yang dikutip oleh Billington dalam bukunya “*Living Philosophy An Introduction To Moral Thought*”, Bahwa eksistensi manusia merupakan pribadi yang bebas berkehendak dan mampu menentukan masa depannya sendiri, serta mampu mengarahkan perkembangannya. Tidak lagi membicarakan yang konkrit tetapi sudah menembus inti yang paling dalam dari manusia. Perpindahan pemikiran logis manusia ke bentuk religius ini hanya dijembatani lawan iman religius.

Menurut Kiergaard eksistensi dapat dibedakan menjadi tiga yaitu; *Eksistensi estetis* menyangkut kesenian, keindahan.<sup>18</sup> Di dalam eksistensi ini manusia mempunyai minat besar terhadap hal-hal di luar dirinya (bergelut terhadap hal-hal yang dapat mendatangkan kenikmatan pengalaman emosi dan nafsu). *Eksistensi etis* untuk keseimbangan hidup, manusia tidak hanya condong hal-hal yang konkrit saja tetapi lebih dari itu bahkan lebih penting yakni memperhatikan situasi batinnya. *Eksistensi religius* yaitu tidak lagi membicarakan yang konkrit tetapi sudah menembus inti yang paling dalam dari manusia. Perpindahan pemikiran logis manusia ke bentuk religius ini hanya di jembatani lewat iman religius.

Pada hakekatnya, semakin tinggi kesadaran seseorang, maka sebagaimana dinyatakan oleh kiergaard, “semakin utuh diri seseorang”. Dengan kesadaran diri, seseorang bisa menjadi sadar atas tanggung jawabnya untuk memilih.<sup>19</sup> Menurut Rogers ada lima sifat khas dari seseorang yang berpribadi penuh yaitu; *pertama* keterbukaan pada pengalaman yang berarti bahwa seseorang tidak bersifat kaku dan defensif melainkan bersifat fleksibel terhadap pengalaman. *Kedua* kehidupan eksistensial adalah kondisi orang yang tidak mudah berprasangka ataupun

---

<sup>18</sup> Save M Dagun, *Filsafat Eksistensial*, Rineka Cipta, Jakarta, 1990, hlm. 51

<sup>19</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, PT Eresco, Bandung, 1988, hlm. 64

memanipulasi pengalaman-pengalaman melainkan dapat menyesuaikan diri karena kepribadiannya terus-menerus terbuka pada pengalaman baru. *Ketiga* Kepercayaan terhadap organisme orang sendiri yang berarti bertingkah laku menurut apa yang dirasa benar. *Keempat* Perasaan bebas, artinya semakin seseorang sehat secara psikologis semakin mengalami kebebasan untuk memilih dan bertindak (dimungkinkan terjadinya pilihan). *Kelima* kreatifitas yaitu kemampuan untuk mencipta yang berarti bahwa seseorang yang kreatif bertindak bebas dan menciptakan ide-ide dan rencana hidup yang konstruktif, serta dapat mewujudkan kebutuhan dan potensinya secara kreatif dan dengan cara yang memuaskan.<sup>20</sup>

Dengan demikian, kesadaran diri membukakan seseorang pada inti keberadaan manusia diantaranya:

1. Manusia adalah makhluk yang terbatas dan manusia tidak selamanya mampu mengaktualkan potensi.
2. Manusia memiliki potensi mengambil atau tidak mengambil tindakan.
3. Manusia memiliki suatu ukuran pilihan tentang tindakan yang akan diambil oleh karena itu manusia menciptakan sebagian dari nasib manusia sendiri.
4. Manusia pada dasarnya sendirian, tetapi memiliki kebutuhan untuk berhubungan dengan orang lain, seseorang menyadari bahwa setiap orang akan terpisah, tetapi juga terkait dengan orang lain.
5. Dengan meningkatkan kesadaran atas keharusan memilih, maka Manusia mengalami peningkatan tanggung jawab atas konsekuensi-konsekuensi tindakan memilih.
6. Kecemasan timbul dari penerimaan ketidakpastian masa depan.
7. Manusia mampu mengenal kondisi-kondisi kesepian, rasa berdosa dan isolasi.<sup>21</sup>

Kesadaran yang meningkatkan kesadaran dirinya akan mampu memilih dan memilah hal-hal dilakukan dalam menjalani kehidupan,

---

<sup>20</sup> Paulus Budiraharjo, *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*, Kanisius, Yogyakarta, 2002, hlm. 139

<sup>21</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, 65

sehingga setiap tindakan yang dilakukan tidak mengandung unsur yang merugikan pada dirinya.

## **B. Warga Nelayan**

### **1. Pengertian Warga Nelayan**

Warga nelayan adalah orang yang mata pencaharian utamanya adalah menangkap ikan (di laut).<sup>22</sup> Dalam ensiklopedi Indonesia, nelayan adalah orang yang secara aktif melakukan kegiatan menangkap ikan, baik secara langsung (seperti para penebar dan penarik jaring), maupun secara tidak langsung (seperti juru mudi perahu layer, nahkoda kapal ikan bermotor, ahli mesin kapal, juru masak kapal penangkap ikan), sebagai mata pencaharian.<sup>23</sup>

Menurut Imron Masyuri sebagaimana di kutip oleh Mulyadi, menjelaskan bahwa nelayan adalah suatu kelompok masyarakat yang kehidupannya tergantung langsung pada hasil laut, baik dengan cara melakukan penangkapan atau budi daya. Mereka pada umumnya tinggal di pinggir pantai, sebuah lingkungan pemukiman yang dekat dengan lokasi kegiatannya.<sup>24</sup>

Pekerjaan sebagai nelayan adalah pekerjaan berat. Tidak dapat membayangkan pekerjaan lain yang lebih mudah, sesuai dengan keterampilan yang mereka miliki. Keterampilan sebagai nelayan bersifat amat sederhana, dan hampir sepenuhnya dapat dipelajari dari orang tua mereka sejak masih kanak-kanak. Masyarakat nelayan adalah fakta, bukan hanya sebagai segerombolan tenaga kerja yang menangkap ikan di laut, tetapi sebuah bentuk kehidupan masyarakat yang basis kehidupannya bertumpu kepada laut dan hasil-hasil laut yang ada di dalamnya, yang bersosial, beradab, berbudaya, dan berpikir tentang keberlanjutan masa depan mereka sendiri.

### **2. Macam-Macam Nelayan**

---

<sup>22</sup> Hasan Alwi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Balai Pustaka, Jakarta, 2008, hlm. 779

<sup>23</sup> Hassan Shadily, *Ensiklopedi Indonesia*, PT. Gramedia-Printing Division, Jakarta, 1983, hlm. 2353

<sup>24</sup> Mulyadi S, *Ekonomi Kelautan*, PT Raja Grafindo Persada Jakarta, 2005, hlm. 7

Secara umum, nelayan dapat dibedakan menjadi 3 macam yaitu:

a. Nelayan Juragan

Nelayan juragan yaitu nelayan pemilik perahu dan alat penangkap ikan yang mampu memberikan upah kepada para nelayan yang bekerja sebagai pembantu dalam usahanya menangkap ikan di laut.

Nelayan juragan ini dapat dibedakan menjadi 2 macam, yaitu:

- 1) Nelayan juragan laut: bila ia masih aktif dilaut
- 2) Nelayan juragan darat: bila ia sudah tua dan hanya mengendalikan usahanya dari daratan.

b. Nelayan Pekerja

Nelayan pekerja yaitu nelayan yang tidak mempunyai alat produksi, tetapi hanya mempunyai tenaga yang dijual kepada nelayan juragan untuk membantu menjalankan usaha penangkapan ikan dilaut.

c. Nelayan Pemilik

Nelayan pemilik yaitu nelayan yang tidak mampu untuk memiliki alat produksi kecuali hanya mempunyai perahu kecil untuk dirinya sendiri dan alat penangkap ikan yang sederhana, atau biasa disebut juga dengan istilah nelayan perorangan.<sup>25</sup>

Nelayan bukanlah suatu komunitas tunggal, akan tetapi mereka terdiri dari beberapa kelompok yang saling membantu satu dengan yang lainnya dalam pemenuhan peralatannya. Dilihat dari kepemilikan alat tangkap, nelayan dapat dibedakan menjadi tiga kelompok yaitu:

- a. Nelayan buruh adalah nelayan yang bekerja dengan alat tangkap milik orang lain
- b. Nelayan juragan adalah nelayan yang memiliki alat tangkap yang dioperasikan orang lain.
- c. Nelayan perorangan adalah nelayan yang memiliki peralatan tangkap sendiri dan dalam pengoperasiannya tidak melibatkan orang lain.<sup>26</sup>

### 3. Perilaku Warga Nelayan

---

<sup>25</sup> Hassan Shadily, *Ensiklopedi Indonesia*, hlm. 2353

<sup>26</sup> Mulyadi S, *Ekonomi Kelautan*, hlm. 7

Pekerjaan sebagai nelayan adalah pekerjaan yang tergolong berat. Mereka tidak dapat membayangkan pekerjaan lain yang lebih mudah, sesuai dengan keterampilan yang mereka miliki. Keterampilan sebagai nelayan bersifat sangat sederhana, dan hampir sepenuhnya dapat dipelajari dari orang tua mereka sejak masih kanak-kanak. Masyarakat nelayan adalah fakta, bukan hanya sebagai sekelompok tenaga kerja yang menangkap ikan di laut, tetapi sebuah bentuk kehidupan masyarakat yang basis kehidupannya bertumpu kepada laut dan hasil-hasil laut yang ada di dalamnya, yang bersosial, beradab, berbudaya, dan berpikir tentang keberlanjutan masa depan mereka sendiri.

Kehidupan masyarakat nelayan jika di lihat dari perspektif antropologis, masyarakat nelayan berbeda dari masyarakat lain di sernya, seperti masyarakat petani, perkotaan, atau masyarakat di dataran tinggi. Perspektif antropologis ini didasarkan pada realitas sosial mereka, bahwa masyarakat nelayan memiliki pola-pola kebudayaan yang berbeda dari masyarakat lain sebagai hasil dari interaksi mereka dengan lingkungan dan sumber daya yang ada di dalamnya. Pola-pola kebudayaan itu menjadi kerangka pikir atau referensi perilaku masyarakat nelayan dalam menjalani kehidupan sehari-hari.<sup>27</sup>

Struktur sosial budaya yang tercermin dalam kegiatan para nelayan telah memberikan kontribusi besar dalam membentuk corak lapisan sosial ekonomi secara umum dalam kehidupan masyarakatnya. Mereka yang menempati lapisan sosial atas adalah pemilik perahu dan pedagang ikan yang sukses, lapisan tengah ditempati oleh juragan laut atau pemimpin awak perahu, lapisan terbawah ditempati oleh nelayan buruh. Mereka yang menempati lapisan atas hanya sebagian kecil dari masyarakat nelayan, sedangkan sebagian besar warga masyarakat nelayan berada pada lapisan terbawah. Lapisan sosial ekonomi ini mencerminkan bahwa penguasaan alat-alat produksi perikanan, akses modal, dan akses pasar

---

<sup>27</sup> Kusnadi, *Akar Kemiskinan Nelayan*, LKiS, Yogyakarta, 2003, hlm. 4

hanya menjadi milik sebagian kecil masyarakat, yaitu mereka yang berada pada lapisan atas.<sup>28</sup>

Secara struktural, masyarakat nelayan dan kegiatan ekonomi perikanannya, seperti yang digambarkan Firth, memiliki kemiripan dengan sistem ekonomi petani. Ciri-ciri pokok komunitas produsen ini adalah bentuk usahanya berskala kecil dengan peralatan dan organisasi pasar yang sangat sederhana, eksploitasi yang sering berkaitan dengan masalah kerja sama di antara mereka, sebagian besar mereka menyangandarkan diri pada produksi yang bersifat sub-sistensi; dan memiliki corak keragaman dalam tingkat dan perilaku ekonominya. Walaupun karakteristik aktivitas produksi nelayan dan petani berbeda, tetapi dalam beberapa hal terdapat kesamaan yang bersifat umum. Kedua komunitas tersebut sangat rentan secara ekonomi terhadap timbulnya ketidakpastian yang berkaitan dengan musim-musim produksi perikanan.<sup>29</sup>

Sebagian besar nelayan tidak banyak melibatkan diri dalam aktivitas kemasyarakatan karena waktunya habis untuk kegiatan melaut. Rotasi aktivitas sehari-harinya digambarkan dengan ungkapan *dateng* (datang), *ngakan* (makan), *tedung* (tidur), dan *jalan* (berangkat kerja). Jika mengikuti seluruh jam berangkat dan pulang melaut nelayan dari berbagai jenis perahu, rotasi kerja di kampung-kampung nelayan terus berlangsung sepanjang siang dan malam.<sup>30</sup>

Sumber kehidupan yang berada di laut, mempunyai makna bahwa manusia sendirilah yang akan memanfaatkan sumber kehidupan itu dengan tidak mempertentangkan dirinya dengan hukum-hukum alam kelautan yang telah terbentuk dan terpola seperti yang dilihat dan dirasakan oleh mereka.

Tindakan yang harus dilakukan dan perlu dilaksanakan para nelayan adalah perlunya mempelajari dengan penglihatan, pengalaman sendiri atau orang lain, guna melakukan penyesuaian alat-alat dan sarana

---

<sup>28</sup> *Ibid.*, hlm. 5-6

<sup>29</sup> *Ibid.*, hlm. 23

<sup>30</sup> *Ibid.*, hlm. 47

yang membantu kehidupannya, sehingga sumber penghidupan itu dapat berguna dan berdaya guna bagi kehidupan selanjutnya.

Laut sebagai bagian dari alam semesta, mempunyai ciri tersendiri dibandingkan dengan bagian alam semesta lainnya, seperti tanah, udara, dan panas matahari. Ciri yang berbeda nyata antara laut dan tanah, telah memberikan kesempatan kepada manusia untuk mengenalinya lebih dalam. Pengenalan sifat-sifat alam tersebut, telah mendorong manusia untuk bersikap dan berbuat selaras dengan sifat-sifat alam itu sendiri. Kehidupan nelayan yang sudah sangat bergantung kepada lautan, menjadikan mereka secara ekstrem tidak bisa hidup tanpa laut dan menjadikan mereka berperilaku keras dan temperamen dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang terjadi.<sup>31</sup>

Dalam proses keagamaan, ritual orang nelayan sering mencari dukun atau kyai untuk kepentingan-kepentingan kesuksesan melautnya atau terhadap hal-hal yang lebih bersifat pribadi, pemanfaatan dukun atau kyai memegang peranan yang amat penting. Informasi-informasi dari kerabat, khususnya kerabat dekat, untuk menemukan dukun atau kyai yang terpercaya lebih diperhatikan dan diutamakan. Jika dari jaringan kekerabatan ini tidak didapatkan informasi seperti yang diharapkan, bantuan informasi tentang dukun dan kyai diupayakan dari tetangga atau teman yang memiliki hubungan dekat dan baik dengan individu atau keluarga yang membutuhkannya.<sup>32</sup>

Orang nelayan pesisir membedakan pengertian kyai dalam tiga versi.

1. Kyai besar (*kyae raje*), yakni kyai atau ulama besar pemilik pondok pesantren yang berpengaruh di masyarakat (kharismatik)
2. Kyai kecil (*kyae kene*), yakni kyai atau ulama pemilik pondok pesantren yang kurang berpengaruh di masyarakat setempat.

---

<sup>31</sup> <http://www.suaramerdeka.com/harian/0510/19/pan05.htm> diakses tanggal 15 September 2014

<sup>32</sup> Kusnadi, *Akar Kemiskinan Nelayan*, hlm. 84



3. Kyai kampung (*kyae kampong*) atau kyai *langgar*, yakni guru mengaji Al-Qur'an di langgar-langgar atau *mushalla* kampung.

Para nelayan akan mendatangi kyai yang termasuk kategori pertama dan kedua untuk meminta *barakah*-nya. Nelayan atau pedagang ikan yang memiliki kemampuan ekonomi akan bersilaturahmi (Jawa: *sowan*) kepada kyai dua kali dalam sebulannya. Tradisi budaya seperti ini disebut *nyabis*.

Disamping berkonsultasi dengan kyai atau dukun untuk memperoleh perlindungan dan kelancaran rezeki, nelayan juga percaya bahwa jika bisa memperoleh *klanceng pote* (*tawon putih*) niscaya penghasilan yang baik akan terus mengalir. Namun, binatang tersebut sangat sulit diperoleh.<sup>33</sup>

### C. Dzikir

#### 1. Pengertian Dzikir

Kata dzikir secara etimologis (tinjauan bahasa) berasal dari kata: ذَكَرَ – يَذْكُرُ – ذِكْرًا yang berarti menyebut atau mengingat.<sup>34</sup> *Ensiklopedia*

*Islam* menjelaskan bahwa dzikir bermakna antara lain: menyebut, menuturkan, mengingat, menjaga atau mengerti perbuatan baik.<sup>35</sup>

Secara etimologis, definisi dzikir banyak sekali. *Ensiklopedia Nasional Indonesia* menjelaskan, dzikir adalah ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran-Nya, ke-Maha Suci-Nya, ke-Maha Terpuji-Nya dan ke-Maha Besar-Nya. Dzikir merupakan sikap batin yang bisa diungkapkan melalui ucapan *tahlil* (*la ilaha illa Allah*), *tasbih* (*subhana Allah*), *tahmid* (*alhamdulillah*) dan *takbir* (*Allahu Akbar*).<sup>36</sup>

---

<sup>33</sup> *Ibid.*,

<sup>34</sup> Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, Hidakarya Agung, Jakarta, 1989, hlm. 134

<sup>35</sup> Harfiah Dasuki, dkk, *Dzikir dalam Ensiklopedi Islam*, Jilid 5, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1995, hlm. 235

<sup>36</sup> Setiawan, dkk, *Ensiklopedi Nasional Indonesia*, Jilid 4, Cipta Abadi Pustaka, Jakarta, t.th, hlm. 436

Sedangkan yang dimaksud dzikir sebagaimana yang biasa dilakukan kalangan ahli sufi dan thariqat, yang merupakan bagian dari aktivitas mereka. Bagi para sufi dzikir merupakan aktivitas religius penting untuk mengembangkan diri agar berada sedekat mungkin dengan Allah SWT. Selain itu, dzikir di dalam thariqat maksudnya mengingat kepada Tuhan dengan bermacam-macam ucapan, yang menyebut nama Allah atau sifat-sifat-Nya, atau kata-kata yang mengingatkan mereka kepada Tuhan.<sup>37</sup> Ahli-ahli thariqat berkeyakinan, jika seorang manusia atau hamba Allah telah yakin, bahwa lahir dan batinnya dilihat Allah dan segala pekerjaannya diawasi-Nya, segala perkataannya didengar-Nya dan segala cita-cita dan niatnya diketahui Allah, maka hamba Allah itu akan menjadi seorang manusia yang benar, karena ia selalu ada dalam keadaan memperhambakan dirinya kepada Allah (*Dawamul Ubudiyah*). Adapun cara melakukan dzikir dalam setiap thariqat itu berbeda-beda sesuai dengan guru (*Mursyid*) masing-masing, namun kesemuanya itu tujuan sama yaitu menghambakan diri kepada Allah.

8

- a. Menurut Sayyid Muhammad Muhyiddin Abdul Qodir Al-Jaelani sebagaimana diajarkan dalam thareqatnya mendefinisikan dzikir sebagai usaha memurnikan tauhid kepada Allah SWT, meng-Esakan dzat, sifat dan *af'alnya* serta senantiasa sadar pada *maqam ubudiyah* (pengabdian hamba kepada Allah).<sup>38</sup>
- b. Imam Baha'udin Naqsyabandi, sebagaimana diyakini dalam thareqatnya bahwa waktu luang seseorang itu sangatlah berharga dan bernilai serta tidak boleh dibiarkan berlalu sia-sia, waktu luang ini mestilah digunakan untuk melantunkan dzikir *la ilaha illa allah*. Salah satu dzikir yang dimaksud adalah dzikir *al-itsbat al-mujarrad* atau dzikir berupa penegasan saja.<sup>39</sup>

---

<sup>37</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Sejarah Sufi dan Tasawuf*, Ramadhani, Solo, 1992, hlm. 347

<sup>38</sup> Syaikh Abul Hasan Ali an-Nawawi, Terj. M Qodirun Nuur, *Misteri Dibalik Pengaruh Syaikh Abdul Qodir al-Jaelani*, Khasanah Ilmu, Solo, 1995, hlm. 26

<sup>39</sup> Mir Valiuddin, *Dzikir dan Kontemplasi dalam Tasawuf*, Pustaka Hidayah, Bandung, 2002, hlm. 136

- c. Dzunun al Mishry menegaskan, seseorang yang benar-benar dzikir kepada Allah akan lupa segala sesuatu selain dzikirnya. Allah akan melindunginya dari segala sesuatu itu, dan ia beri ganti dari segala sesuatu.<sup>40</sup>

- d. Abdullah Al-Anshary

والذكر هو التخلص من الغفلة والنسيان

"Dzikir adalah selamat atau terhindar dari melupakan dan lupa".<sup>41</sup>

- e. Teungku Muhammad Hasbi Ash-Shiddiqi, dalam bukunya *Pedoman Dzikir dan Do'a*, menjelaskan dzikir adalah menyebut nama Allah SWT dengan membaca *tasbih* (*Subhanallah*), membaca *tahlil* (*La ilaha illallah*), membaca *tahmid* (*Alhamdulillah*), membaca *taqdis* (*Quddusun*), membaca *takbir* (*Allahu Akbar*), membaca *hauqalah* (*La haula wala quwwata illa billahi*), membaca *hasbalah* (*Hasbiyallahu*), membaca *basmalah* (*Bismillahirrahmanirrahim*), membaca *Al-Qur'anul Majid* dan membaca do'a-do'a yang *ma'tsur*, yaitu do'a-do'a yang diterima dari Nabi SAW.<sup>42</sup>
- f. Abu Bakar Atjeh, dalam bukunya *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian tentang Mistik*, dzikir adalah ucapan yang dilakukan dengan lidah, atau mengingat Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau dengan ingatan yang mensucikan Tuhan dan membersihkan-Nya dari sifat-sifat yang tidak layak untuk-Nya, selanjutnya memuji dengan puji-pujian dan sanjungan dengan sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.<sup>43</sup>
- g. Menurut Arifin Ilham, sebagaimana yang ditulis Sulaiman Al-Kumayi, dzikir adalah merupakan salah satu sarana untuk berkomunikasi dan bersilaturahmi dengan Tuhannya. Melalui dzikir, manusia bisa

<sup>40</sup> Abd. Al-Karim Ibn Hawazin al-Qusyayri, *Risalah Sufi al-Qusyayri*, Terj. Ahsin Muhammad, Pustaka, Bandung, 1994, hlm. 204

<sup>41</sup> Abdullah Al-Anshari, *b Manazil al-Sairin*, Dar al-Kutub al-Ilmiyah, Beirut, t.th, hlm. 71

<sup>42</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Do'a*, Bulan Bintang, Jakarta, 1956, hlm. 36

<sup>43</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian tentang Mistik*, hlm. 276

menangis dan memohon kepada Allah SWT agar dibukakan mata hatinya.<sup>44</sup> Menurut Arifin Ilham, dzikir yang sudah menyatu dengan pribadi seseorang akan mengantarkannya kepada *ma'iyatullah*, yakni kesadaran ruhani atau kesadaran spiritual bagi setiap diri yang berdzikir.<sup>45</sup>

Berdasarkan beberapa definisi tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa dzikir adalah mengingat dan menyebut Allah SWT yang dilakukan dengan lisan maupun hati, meliputi nama-nama-Nya, sifat-sifat-Nya dan mensucikan-Nya, mendorong seseorang untuk selalu ingat kepada Allah SWT agar selamat dari kelupaan mengingat Allah SWT, serta segala aktivitasnya teratur dan terkondisi dengan baik, karena dalam hatinya selalu ada Allah SWT yang mengawasinya.

## 2. Landasan Hukum Dzikir

**Berdzikir atau mengingat Allah SWT adalah perintah Allah dan dzikir merupakan suatu rangka dari iman, sebagaimana firman Allah.** Adapun yang menjadi dasar perintah untuk mengerjakan dzikir ini antara lain:

- a. Firman Allah SWT dalam Al Qur'an surat Arro'du: 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ.  
(الرعد: ٢٨)

“Orang yang beriman kepada Allah dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram”.<sup>46</sup>

- b. Firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Al-Ahzab ayat 41-43:

---

<sup>44</sup> Sulaiman al-Kumayi, *Menuju Hidup Sukses Kontribusi Spiritual – Intelektual Aa Gym dan Arifin Ilham*, Pustaka Nuun, Semarang, 2002, hlm. 168

<sup>45</sup> *Ibid.*, hlm. 170

<sup>46</sup> Soenarjo, dkk, *Al-Qur'an dan terjemahnya*, Depag RI, Jakarta, hlm. 373.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (٤١) وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا (٤٢) هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ لِيُخْرِجَكُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا (٤٣) (الأحزاب: ٤١-٤٣)

"Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah kamu (sebutlah olehmu) akan Allah SWT dengan sebutan yang banyak (41) Dan bertasbihlah kepada-Nya di waktu pagi dan petang. (42) Dialah yang memberi rahmat kepadamu dan malaikat-Nya (memohonkan ampunan untukmu) supaya Dia mengeluarkan kamu dari kegelapan kepada cahaya (cahaya yang terang). Dan Dialah Maha Penyayang kepada orang-orang yang beriman".<sup>47</sup>

- c. Firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Al-Baqarah ayat 152

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ (البقرة: ١٥٢)

"Karena itu ingatlah kamu kepada-Ku, niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu mengingkari (nikmat) Ku".<sup>48</sup>

- d. Sabda Rasulullah SAW dalam hadits

عن أبي موسى رضي الله عنه قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: مثل الذى يذكر ربه والذي لا يذكر ربه مثل الحى والميت (رواه البخارى ومسلم عن أبي موسى الأشعري)

"Dari Abu Musa RA berkata: Rasulullah SAW bersabda: Perumpamaan orang yang berdzikir dengan orang yang tidak berdzikir adalah seperti orang yang hidup dengan orang yang mati". (HR. Bukhari dan Muslim dari Abu Musa Al-Asy'ari).<sup>49</sup>

Dalam hadits ini dapat diambil pelajaran bahwa terdapat kebajikan yang mulia dan keistimewaan yang agung bagi orang yang selalu ingat kepada Allah SWT. Karena dengan mengingat Allah SWT, membuat dirinya berada dalam kehidupan *intrinsik* sekaligus kehidupan spiritual yang sempurna karena diliputi oleh cahaya-cahaya dan limpahan pahala yang dicapainya. Sebaliknya, orang yang

<sup>47</sup> *Ibid.*, hlm. 674.

<sup>48</sup> *Ibid.*, hlm. 23

<sup>49</sup> Imam Ibnu Hajar Al-Astqalani, *Jawahir Shahih Bukhari*, Dar Ihya' Al-Ulum, Beirut, 1987, hlm. 388

meninggalkan dzikir, sekalipun ia berada dalam kehidupan *intrinsik* kehidupannya tidak memiliki arti yang dapat dinilai. Bahkan ia serupa dengan orang mati yang tidak pernah tercurah kepadanya sesuatu yang tercurah kepada orang yang hidup yang disibukkan oleh kekuatan kepada Allah *Azza wa Jalla*. Karena hakekat kehidupan adalah hidupnya hati, bercahaya ruhiyah yang senantiasa menebarkan rahmat bagi semesta alam.

### 3. Manfaat Dzikir

Dzikirullah akan **senantiasa** memiliki manfaat yang terefleksikan dalam kehidupan seorang *mudzakir*, antara lain adalah:

#### a. Menghindarkan diri dari perbuatan jahat.

Al-Ghazali mengatakan “*dzikrullah* berarti ingatnya seseorang bahwa Allah mengamati seluruh tindakan dan pikirannya. Hal ini membawa pengaruh terhadap jiwa dan perilaku kehidupan sehari-hari. Ia akan semakin berhati-hati dalam segala tindakannya, karena merasa bahwa dirinya selalu diawasi oleh Tuhan.”<sup>50</sup>

#### b. Menjadikan diri gemar melakukan kebaikan

Dzikir mempunyai pengaruh yang signifikan dalam tertanamnya nilai ketuhanan secara kukuh dalam kalbu yang memancarkan kesadaran tentang nilai kemanusiaan. Dzikir yang berarti mencintai Tuhan. Sedangkan mencintai Tuhan secara benar ditandai dengan mengimbasnya cinta itu pada makhluk-Nya. Sebaliknya, orang yang mencurahkan cintanya kepada makhluk Tuhan tidak akan mengimbas kepada cinta Tuhan. Sebab, mencintai yang sejajar atau lebih rendah dari manusia terlampau berat untuk mengimbaskan cinta kepada yang lebih tinggi, Allah SWT.<sup>51</sup>

Dengan berdzikir menjadikan diri orang yang berdzikir gemar dan melakukan perbuatan-perbuatan yang baik dengan harapan mendapat ampunan serta ridho-Nya. Merupakan suatu bentuk

<sup>50</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya'Ulumuddin*, Juz III, Isa Albaby Alhalby, Mesir, t.th, hlm.80

<sup>51</sup> Komarudin SF ed., *Dzikir Sufi*, Serambi Ilmu Semesta, Jakarta, 2000, hlm.2

kewajaran dari seorang yang berusaha dekat dan mencintai seseorang yang lain, yaitu ia senantiasa berbuat baik. Demikian pula kiranya sikap seseorang yang berusaha dekat dengan Tuhannya, selalu merasa bahwa Allah senantiasa melihatnya. Maka ia akan selalu bertaqwa kepada Allah dimanapun berada.

Perbuatan baik yang terefleksikan dari *dzikrullah* tersebut tidak hanya terbatas pada pelaksanaan ibadah kepada Allah, tetapi juga bersifat horizontal berupa berbuat baik kepada sesama manusia. Pada saat beribadah kepada Allah tidak dilaksanakan secara langsung, melainkan dengan menempuh jalan hidup untuk secara aktif dan kreatif melaksanakan tugas dan kewajiban manusia sesuai dengan kehendak Tuhan.<sup>52</sup>

c. Meneguhkan Iman dan Menentramkan Batin

Kondisi keimanan seseorang itu tidak selamanya berjalan konstan. Ia senantiasa bergerak bagaikan sebuah grafik, yang kadang-kadang menunjukkan kurva menaik dan kadang menurun. Manusia dalam kehidupan sehari-hari menghadapi situasi dan kondisi yang memberi peluang terjebak ke jalan syaitan.

Salah satu cara untuk menjaga konstanitas, atau bahkan menambahkan keimanannya itu, menurut kalangan sufi, adalah dengan melanggengkan dzikir, *mulazamatu fi al-dzikir*.<sup>53</sup>

Apabila iman telah teguh tertanam dalam dada seorang muslim, maka tidak sedikitpun wujud keraguan dan kebimbangan mampu bersemayam dalam hati, bahkan disebabkan orang yang telah memiliki keyakinan seperti demikian takkan mampu didekati oleh syaitan.<sup>54</sup>

---

<sup>52</sup> Harun Nasution, *ed.*, *Thriqah Qadiriyyah Naqsabandiyah Sejarah Asal-Usul Perkembangannya*, IAI Latifah Mubarakiyah, Tasikmalaya, 1990, hlm. 234

<sup>53</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, hlm. 32

<sup>54</sup> Sayyid Abdullah Haddad, *Thoriqah Menuju Kebahagiaan*, Mizan, Bandung, 1993, hlm.81

Dzikir juga dapat menjadikan bathin seseorang menjadi tenteram, karena ia merasa dekat dengan Tuhan, sehingga segala problema hidup disandarkan kepada Allah dan bukan kepada selain Allah. Hanya kepada Allahlah tempat mengadu dan tempat ia menggantungkan harapan.<sup>55</sup>

Menurut Prof. Dr. H. M. Amin Syukur dzikir bisa berpengaruh positif pada manusia dan masyarakat termasuk nelayan.<sup>56</sup>

a. Dzikir memantapkan iman

Jiwa manusia akan terawasi oleh apa dan siapa yang selalu melihatnya. Maka ia akan selalu ingat kepada Allah dan lupa kepada yang lain, ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya. Melupakan-Nya akan mempunyai dampak yang luas dalam kehidupan manusia.

b. 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.

c. Dzikir sebagai terapi jiwa

Islam sebagai agama *rahmatan lil alamin* menawarkan suatu konsep dikembangkannya nilai-nilai *ilahiah* dalam batin seseorang. Shalat misalnya yang didalamnya terdapat penuh doa dan dzikir, dapat di pandang sebagai *malja'* (tempat berlindung) ditengah badai kehidupan modern. Disinilah misi Islam untuk menyejukkan hati manusia. Dzikir fungsional, akan mendatangkan manfaat, antara lain mendatangkan kebahagiaan, menenteramkan jiwa, obat penyakit hati dan sebagainya.

d. Dzikir menumbuhkan akhlakul karimah

---

<sup>55</sup> Syekh Abdul Qadir al-Jilani, *Sirr al-Asrar fi ma Yahtaju Ilaihi al-Abrar*, Terj. Abdul Majid, *Rahasia Sufi*, Pustaka Sufi, Yogyakarta, 2002, hlm. 110

<sup>56</sup> Amin Syukur, dan Fathimah Utsman. *Insan Kamil, Paket Pelatihan Seni Menata Hati SMH LEMBKOTA*, CV. Bima Sakti, Semarang, 2006. hlm. 36



Kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi moral, akibat dari berbagai rangsangan dari luar. 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) kepada Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifat-sifat-Nya, kemudian maknanya di tumbuhkan dalam diri secara aktif. Karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam lisan dan direalisasikan dalam amal perbuatan.

#### 4. Adab Dzikir

Mengenai adab dzikir, para ulama berbeda-beda pendapat dalam tata cara pelaksanaan dzikir. Baik ulama sufi maupun ulama yang terkait. Menurut ulama sufi, sebagaimana yang diungkapkan Sayyid Muhammad Muhyiddin Abdul Qodir Jilani yang merupakan pendiri Thareqat Qodiriyyah bahwa adab yang harus dilakukan sang dzakir adalah duduk seperti dalam sholat sambil menghadap kiblat serta harus menutup matanya. Ia mesti mengucapkan kata *la* sembari menarik bunyi seperti dari pusar, mengangkatnya ke bahunya dan kemudian mengucapkan *ilaha* sembari menarik bunyi dari otaknya. Sesudah itu, ia mestilah mengetukkannya, yakni mencanamkan kata-kata *illa Allah* dengan kuat pada hatinya, seraya memikirkan hanya Allahlah Sang Kekasih dan bahwa Allahlah wujud Hakiki dan tujuan hakiki dalam kehidupan. Dan menafikan terhadap sesuatu selain Allah karena Allah sajalah tujuan dalam kehidupan. Penafikan dan penegasan ini dimaksudkan untuk menyesuaikan keadaan mental seseorang yang mengingat Allah.<sup>57</sup>

Sedangkan menurut Imam Baha'uddin Naqsyabandi, yang merupakan pendiri Thareqat Naqsyabandiyyah bahwa adab yang harus dilakukan oleh sang dzakir adalah: *pertama*, seseorang mesti menyingkirkan berbagai macam gangguan dari hatinya. *Kedua*, seseorang mesti membebaskan hatinya dari segala sesuatu yang menyebabkan

---

<sup>57</sup> Mir Valiuddin, *Dzikir dan Kontemplasi dalam Tasawuf*, hlm. 122

timbulnya kebingungan batin. *Ketiga*, ia mesti mengingat kematiannya yang senantiasa mencekamnya. *Keempat*, memohon ampun kepada Allah dengan rendah hati atas berbagai dosa dan kekhilafannya. *Kelima*, kemudian ia mesti menempelkan lidahnya ke langit-langit mulutnya dengan menutup bibir dan matanya, ia harus menahan nafasnya di dalam perut. Ia mesti mengucapkan kata *la* dengan cara mengangkatnya dari pusar ke hatinya dan kemudian membawanya ke otak. Kemudian ketika mengucapkan kata *ilaha*, ia menggerakkan ke bahu kirinya dari situ mengetukkannya, yakni mematerikan kata-kata *illallah* dengan kuat pada hatinya sedemikian rupa sehingga efek ketukan itu tampak dalam seluruh anggota tubuhnya. Sang dzakir mesti menafikan egonya sendiri dan sebaliknya menegaskan wujud Allah serta mengucapkan dengan penuh ketulusan dan keikhlasan.<sup>58</sup>

Selain itu adab yang dilakukan dalam berdzikir menurut pendapat para ulama yang terkait adalah sebagai berikut:

- a. Menurut Abu Bakar Atjeh dalam bukunya *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian Tentang Mistik* menjelaskan, bahwa ada beberapa adab dzikir yang harus diperhatikan, baik secara dzahir atau bathin, diantaranya:<sup>59</sup>
  - 1) Hendaklah berpakaian bersih
  - 2) Berbadan suci
  - 3) Memakai parfum yang sedap
  - 4) Yang dapat menyegarkan diri dalam beramal
  - 5) Hendaknya sedapat mungkin menghadap kiblat
  - 6) Mengkonsentrasikan seluruh pikirannya kepada dzikir
  - 7) Khusyu' dan beradab
  - 8) Mengikuti makna-makna kata yang diucapkan
  - 9) Menjaga agar sebutan-sebutan yang dikeluarkan tidak melampaui batas.

---

<sup>58</sup> *Ibid.*, hlm. 136

<sup>59</sup> Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Sejarah Sufi dan Tasawuf*, hlm. 283.

b. Menurut Ahmad Syafi'i Mufid dalam bukunya *Dzikir sebagai Pembina Kesejahteraan Jiwa*, adab berdzikir adalah sebagai berikut :

- 1) Harus khusyu' dan takdib
- 2) Menjaga suara agar tidak keras
- 3) Bila berdzikir dilaksanakan dengan berjama'ah, maka harus kompak dan serempak
- 4) Sucikan tempat dan pakaian sebelum digunakan untuk berdzikir, begitu juga demi menjaga kebesaran Allah SWT.<sup>60</sup>

c. Sedangkan dalam buku *Berdzikir dan Sehat*, disebutkan bahwa dalam melakukan dzikir kepada Allah SWT ada beberapa etika yang patut diperhatikan.

*Pertama*, hendaknya melakukan dzikir di tempat yang sunyi dan bersih, agar lebih memuliakan dzikir dan Allah SWT. Karena itu pula sangat diperhatikan melakukan dzikir di masjid atau tempat yang mulia lainnya. *Kedua*, hendaknya mulutnya bersih dari segala macam kotoran dan najis.<sup>61</sup>

Dari beberapa definisi di atas dapat penulis simpulkan bahwa dalam berdzikir, seseorang hendaknya suci dari segala macam najis baik dzahir maupun batin serta memusatkan pikirannya agar hanya tertuju kepada Allah SWT.

##### 5. Bentuk dan Macam-macam Dzikir

Mengenai bentuk dan macam-macam dzikir, para ulama berbeda-beda pendapat sebagaimana pendapat Sayyid Muhammad Muhyiddin Abdul Qodir Jilani membagi dzikir ke dalam dua bentuk dzikir yaitu *dzikir jali* (dzikir keras) dan *dzikir khafi* (dzikir diam).<sup>62</sup>

Sedangkan menurut Imam Bahauddin Naqsyabandy, membagi dzikir ke dalam 2 bentuk, yaitu dzikir *ismu-aldzat*, mengingat nama Yang

---

<sup>60</sup> Ahmad Syafi'i Mufid, *Dzikir Sebagai Pembina Kesejahteraan Jiwa*, PT Bina Ilmu, Surabaya, 1985, hlm. 21-22.

<sup>61</sup> In'amuzzahiddin M, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Haryono*, Syifa Press, Semarang, t.th. hlm. 10

<sup>62</sup> Mir Valiuddin, *Dzikir dan Kontemplasi dalam Tasawuf*, hlm. 125

Haqiqi dan dzikir *tauhid*, terdiri atas bacaan perlahan disertai dengan pengaturan nafas kalimah *la ilaha illallah* yang dibayangkan seperti menggambar jalan (garis) melalui tubuh.<sup>63</sup>

Sementara itu macam-macam dzikir menurut para ulama' adalah sebagai berikut :

Syeikh Syamsuddin Sumaterani dalam *Tanbih al Thullab*, membagi dzikir menjadi 3 bagian, yaitu: *pertama*, dzikir *nafi dan isbat*, lafadznya *la ilaha illa Allah*. *Kedua*, dzikir asal dan kebesaran, lafadznya *Allah, Allah, Allah*. *Ketiga*, dzikir isyarat dan nafas, lafadznya *Huwa, Huwa, Huwa*.<sup>64</sup>

Sementara itu, Mustafa Zahri menggolongkannya menjadi 4 jenis: *pertama*, dzikir *ismudzat (dzikir qalby)* berupa lafadz *Allah, Allah, Allah*. *Kedua*, dzikir *lathaif (Sulthan al-Adzkar)* dengan lafadz *Allah, Allah, Allah*. *Ketiga*, dzikir *nafi isbat*, membaca kalimat dalam hati dan *keempat*, dzikir *lisan* membaca *la ilaha illa Allah* dengan bersuara.<sup>65</sup>

Menurut Abu Bakar Al-Kalabadzi

صنف الذكر اصنافا، فالأول ذكر القلب وهو ان يكون المذكور غير المنسي  
فيذكر. والثاني ذكر اوصاف المذكور. والثالث شهود المذكورة فيفنى عن  
الذكر

"Ada beberapa macam dzikir, pertama, dzikir hati, yaitu apa yang diingat tidak pernah dilakukan. Kedua, dzikir sifat, yaitu ingat sifat-sifat yang diingat. Ketiga, dzikir kesaksian, yaitu menyaksikan apa yang diingat, kemudian apa yang diingat tadi hilang dari dzikir".<sup>66</sup>

Menurut M. Arifin Ilham, mengelompokkan dzikir menjadi 4 bentuk, yaitu:

#### a. Dzikir Qalbiyah

<sup>63</sup> Martin Van Bruinessen, *Tarekat Naqsyabandiyyah di Indonesia*, Mizan, Bandung, 1992, hlm. 80

<sup>64</sup> Hawash Abdullah, *Perkembangan Ilmu Tasawuf dan Tokoh-tokohnya di Nusantara*, Al-Ikhlash, Surabaya, t.th, hlm. 43-48

<sup>65</sup> Mustafa Zahri, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, PT. Bina Ilmu, Surabaya, 1979, hlm. 97-98

<sup>66</sup> Abu Bakar Muhammad Al-Kalabazi, *Ta'aruf Li Madzhab Ahli Tasawuf*, Jilid 1, Maktabah Kuliyat Al-Azhariyah, 1969, hlm. 126

Dzikir qalbiyah, ذِكْرٌ قَلْبِيَّةٌ dzikir hati adalah merasakan kehadiran Allah SWT jika akan melakukan suatu tindakan atau perbuatan selalu tertanam dalam hatinya bahwa Allah SWT senantiasa bersamanya. Sadar bahwa Allah SWT selalu melihatnya.<sup>67</sup>

b. Dzikir Aqliyah

Dzikir aqliyah, ذِكْرٌ عَقْلِيَّةٌ adalah kemampuan menangkap bahasa Allah SWT di balik setiap gerak di alam semesta ini. Menyadari bahwa semua gerak alam, Allah SWT-lah yang menjadi sumber gerak dan yang menggerakkannya. Berarti Dia senantiasa hadir dan terlibat dalam setiap peristiwa kejadian-kejadian alam, setiap peristiwa sejarah dan dalam setiap tindakan seseorang.<sup>68</sup> Sesuai dengan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Ali Imran ayat 190-191.

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ  
لِّأُولِيَ الْأَلْبَابِ. الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ  
فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ  
النَّارِ (ال عمران: ١٩٠-١٩١)

"Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda orang-orang yang berakal. Yaitu orang-orang yang mengingat Allah SWT sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia. Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka".<sup>69</sup>

c. Dzikir Lisani

<sup>67</sup> M. Arifin Ilham, *Hakekat Dzikir*, Intuisi Press, Jakarta, 2002, hlm. 36

<sup>68</sup> *Ibid.*, hlm. 40

<sup>69</sup> Soenarjo, dkk, *Al-Qur'an dan terjemahnya*, hlm. 75

Dzikir lisani, ذكّر لسانی ini adalah buah dzikir hati dan akal.

Setelah melakukan dzikir hati dan akal, barulah lisan berfungsi untuk senantiasa berdzikir, memahasakan Allah SWT dan mengagungkannya. Selanjutnya, lisan berdo'a dan berkata-kata dengan benar, jujur, baik dan bermanfaat.<sup>70</sup> Seperti membaca *basmalah*, *Al-Qur'an*, *tahlil*, *tasbih*, *tahmid*, *takbir*, *talbiyah*, *istighfar*, *asma'ul husna*, *shalawat dan do'a*.

d. Dzikir Amali

Dzikir amali ذكّر عملي sebenarnya ini hasil akhir yang ingin dicapai dari dzikir. Yaitu taqwa dan akhlaq yang mulia, yakni hilangnya sifat-sifat syaithaniyah dan digantikan dengan tegaknya nilai-nilai kemanusiaan dan ketuhanan dalam kehidupan manusia di muka bumi.<sup>71</sup> Seperti menjaga lisan, mencegah kemungkaran, ibadah haji, shadaqah.

Sedangkan menurut Teungku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, dzikir boleh dilakukan dengan dua macam.<sup>72</sup> *Pertama*, dengan hati saja yakni dengan sebutan itu dilakukan dengan sebutan hati atau mengingat di hati. *Kedua*, dengan lidah yakni lidah menyebut, hati mengingat dan mengenang akan apa yang disebut lidah.

Dalam penelitian ini bentuk dzikir yang diteliti adalah dzikir “iklil” yang merupakan bentuk dzikir yang mengarahkan pada dzikir qalbiyah, aqliyah, lisan dan amali.

**Dzikir “/k/i/l” adalah berasal dari kata *akala ya'kulu akalan* yang berarti makanan<sup>73</sup> yang menjadi sebuah nama dzikir yang diberikan oleh Jama'ah al-khidmah untuk mengekspresikan kebutuhan rohani mereka, karena kata “/k/i/l” mempunyai arti makanan**

<sup>70</sup> M. Arifin Ilham, *Hakekat Dzikir*, hlm. 46.

<sup>71</sup> *Ibid.*, hlm. 51

<sup>72</sup> Teungku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Do'a*, hlm. 51

<sup>73</sup> Munawir, Ahmad Warson, *Al Munawir, Kamus Bahasa Arab Indonesia*, Pustaka Progressif Cet ke-14, Surabaya, 1997, hlm. 43

Dzikir “*Iklil*” **adalah** proses mengingat Allah sebagai pemenuhan kebutuhan rohani yang berdasarkan ajaran yang diperoleh dari KH. Ahmad Asrori (alm) dari Pondok pesantren Kedinding Surabaya, dengan tahapan amalan dzikir yang dimulai dari hadzarah, berjanji, pembacaan yasiin dan do’a-do’a yang berasal dari KH. Ahmad Asrori (alm)

Dzikir iklil pada Jama’ah Alkhidmah sebagai salah satu wadah rohani umat di desa Moro Demak mempunyai tujuan umum dan tujuan khusus. Dan tujuan umumnya adalah :

- 1) *Islah al-Iman*, yaitu meningkatkan iman dan ibadah dengan cara mengabdikan kepada Allah SWT dengan lebih baik.
- 2) *Islah al-Islam*, yaitu beriman dengan itikad, ucapan dan perilaku yang baik
- 3) *Islah al-Musyarokah*, yaitu memperbaiki lingkungan masyarakat
- 4) *Islah al-Tarbiyah*, yaitu menerapkan ilmu yang berguna dalam mengembalikan diri pada fitrahnya
- 5) *Islah al-Wathhoniyyah*, yaitu menumbuhkan rasa tanggung jawab untuk memperbaiki keluarga dan lingkungan/bangsa
- 6) *Islah al-Mu’amalah*, yaitu memperbaiki budi pekerti dan perilaku.

Sedangkan tujuan khususnya adalah:

- 1) Lebih mendekatkan diri Pada Allah SWT sehingga tercipta perilaku amar ma’ruf nahi munkar
- 2) Dakwah Islamiyah, mengajak, memahami dan mengamalkan ajaran Islam guna mencapai keridhoan Allah
- 3) Menggugah kembali pola pikir wawasan ke masa depan untuk dapat memiliki potensi yang berguna bagi diri sendiri atau lingkungan.<sup>74</sup>

Kedua tujuan di atas senantiasa diupayakan guna diterapkan terhadap kenakalan remaja sehingga mampu menyadarkan pola pikir

---

<sup>74</sup> Wawancara dengan ketua jamaah al-khidmah Bapak Sholihin pada tanggal 30 September 2014

mereka yang keliru dengan memperbaiki akhlak masing-masing pribadi dengan meneladani akhlak nabi Muhammad SAW.

Dalam kegiatan yang dilakukan dzikir “iklil” di jama’ah al-khidmah ini guru dianggap sebagai mursyid. Dalam Thareqat Qadirriyah Naqsabandiyah, guru itu biasa disebut dengan mursyid. Mursyid adalah seorang guru, namun mempunyai profesi yang melekat tidak boleh tidak ada sifat-sifat antara lain :

- 1) Memperoleh izin dari mursyid sebelumnya baik tugas maupun ajarannya.
- 2) Alim betul tentang Thareqat Qadirriyah Naqsabandiyah dan ajaran yang diemban sebagai tugas pokoknya.
- 3) Pelaksana, artinya apa yang diajarkan tadi diamalkan terlebih dahulu olehnya bukan sekedar menyuruh saja yang dirinya tidak dapat mengamalkannya.
- 4) Ikhlas terhadap tugas dan kewajiban karena Allah semata.
- 5) Panutan yang mempunyai ciri-ciri antara lain : Ing ngarsa sung thuladha, ing madya mangun karsa, tut wuri handayani.
- 6) Sempurna, artinya kalau dicari cacatnya dari drigama dan agama susah ditemukan, artinya lulus dan mulus.<sup>75</sup>

Sedangkan murid adalah orang yang mempunyai keinginan untuk mempelajari Thareqat Qadirriyah Naqsabandiyah tanpa ada paksaan mempunyai niat yang tulus dengan hati dan pikirannya, serta ikhlas melaksanakannya. Sehingga ia patuh menerima dan mengamalkan Thareqat Qadirriyah Naqsabandiyah serta dapat terus mengikuti proses Thareqat Qadirriyah Naqsabandiyah sampai pada tujuan dengan tulus *lillahi ta’ala*, yaitu *hablum minallah* dan *hablum minannas*.

#### **D. Pengaruh dzikir *Iklil* terhadap Kesadaran Diri Masyarakat Nelayan**

---

<sup>75</sup> Wawancara dengan ketua jamaah al-khidmah Bapak Sholihin pada tanggal 30 September 2014



Masyarakat nelayan menganggap laut sebagai bagian hidupnya dan mempunyai kecirian tersendiri dibandingkan masyarakat lainnya yaitu lebih banyak menghabiskan hidupnya di laut lepas. Kebiasaan hidup di laut lepas menjadikan mereka terbiasa mengkonsumsi minuman beralkohol sebagai penghangat tubuh dan berkelahi sebagai wujud pelampiasan emosinya.

Kebiasaan mengkonsumsi alkohol menjadikan kejiwaan dari nelayan labil, dan selalu melampiaskan permasalahan yang dihadapinya dengan mabuk-mabukan.

Salah satu yang bisa dilakukan untuk mengurangi tingkat perilaku negatif warga nelayan adalah pengingat yang konsisten terhadap Allah dengan mengakui kebesaran dan kemuliaanNya, sehingga tercipta kedamaian dalam hati dan perasaan yang sangat dekat dengan Allah, sehingga pada akhirnya akan menghilangkan emosi negatif yang menggerogoti jiwa dan tubuhnya. Dzikir telah dikenal sebagai salah satu cara bimbingan untuk mengembangkan dunia internal seseorang dan memiliki efek-efek yang mampu menciptakan keadaan rileks, baik ketika sedang dzikir ataupun di luar dzikir, serta menimbulkan ketenangan. Dzikir juga merupakan salah satu cara agar seorang merasa selalu terawasi oleh Allah.<sup>76</sup>

Prinsip pokok dalam dzikir adalah memusatkan pikiran dan *qolbu* pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang, menyebabkan orang yang melakukannya mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran, maka akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, dan juga senantiasa mengetahui segala tindakan atau perilaku yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada *dzat* Yang Maha Mendengar keluh kesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun.

---

<sup>76</sup> Baidi Bukhori, *Dzikir Al-Asma' Al-Husna Solusi Atas Problem Agresivitas Remaja*, Syiar Media Publising, Semarang ,2008, hlm. 60

Para ahli pengobatan dan kesehatan spiritual berpendapat, bahwa berdzikir maupun berdo'a dapat mencapai ketenangan dan ketenteraman batin akan berdampak pada perbaikan organ-organ tubuh, juga termasuk saraf yang merupakan pengendali setiap aktivitas dan perilaku manusia. Saraf yang tenang dan rileks akan menjadikan tubuh terkondisi dengan baik karena sirkulasi darah menjadi lebih baik dan lancar.<sup>77</sup>

Seseorang yang berdzikir menjadikan kondisi saraf pusat akan menjadi seimbang dapat meningkatkan kemampuan tubuh untuk menyembuhkan diri sendiri atau *self healing*. Dengan berdzikir tubuh akan lebih mampu menangkal serangan berbagai penyakit serta kemampuan untuk meningkatkan keseimbangan kinerja *bioelektrik* dan *neuro-transmitter*, yang dalam hal ini menjadi kunci sehat maupun tidaknya jasmani. Sebagai kesatuan mata rantai, efek ketenangan dan ketenteraman batin dari berdzikir mampu meningkatkan proses regenerasi sel saraf ketika terjadinya perbaikan kondisi system saraf pusat dan *spinal cord* sehingga seseorang mencapai kesadaran diri.<sup>78</sup>

Berdzikir disertai tawakkal mampu menekan kemungkinan timbulnya berbagai penyakit yang secara umum dipicu oleh endapan racun tubuh dan ketenangan jiwa yang di dapat dari dzikir juga membantu menjaga keseimbangan sirkulasi darah yang akan mendukung kinerja seluruh organ tubuh. Selanjutnya hormon *adrenalin* yang berperan dalam keadaan marah atau takut bekerja mempercepat denyut jantung, menegangkan otot, pernafasan menjadi kencang, dan meningkatkan tekanan darah.

*Dr. Camron Nezhat* dari *Stanferd University* menyatakan bahwa: Setiap ahli bedah mengetahui bahwa orang yang sangat takut, hasil operasinya akan kacau, ia mengalami pendarahan hebat dan lebih mudah terkena infeksi ataupun komplikasi. Pasien yang demikian, kesembuhannya memakan waktu

---

<sup>77</sup> Dadang Hawari, *Do'a dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, Dana Bhakti Prima Yasa, Jakarta, 1997, hlm. 52

<sup>78</sup> Al-Kindi, *Fenomena Ustadz Haryono Keajaiban Tradisi Pengobatan*, Pustaka Medina, Jakarta, 2004, hlm. 52

yang lama untuk dapat sembuh, kondisi ini jauh lebih baik apabila mereka tenang.<sup>79</sup>

#### **E. Rumusan Hipotesis**

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.<sup>80</sup>

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai peneliti terbukti melalui data yang terkumpul.<sup>81</sup> Oleh karena itu, hipotesis merupakan kesimpulan yang mungkin benar atau mungkin salah, yang masih perlu diuji kebenarannya.<sup>82</sup>

Adapun hipotesis yang akan diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: terdapat pengaruh dzikir *Iklil* terhadap kesadaran emosi diri nelayan Jama'ah Al-Khidmah Desa Morodemak Kecamatan Bonang Kabupaten Demak.

---

<sup>79</sup> Hembing Wijayakusuma, dkk., *Penyembuhan Melalui Do'a*, 2002, hlm. 19

<sup>80</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*, PT. Rineka Cipta, Jakarta, 2002, hlm. 64

<sup>81</sup> *Ibid.*, hlm. 64

<sup>82</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, Jilid I, Andi Offset, Yogyakarta, 2000, hlm. 63