

**TRADISI ZIARAH DAN KETENANGAN JIWA
(STUDI TERHADAP PEZIARAH DI MAKAM SUNAN
KUDUS)**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana
dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :
LUKMAN HAKIM
NIM : 124411026

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2017**

Deklarasi Keaslian

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lukman Hakim

NIM : 124411026

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuludin dan Humaniora

Judul Skripsi : Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Peziarah di Makam Sunan Kudus

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi manapun. Dan dalam pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 12 Mei 2017



LUKMAN HAKIM

NIM : 124411026

**TRADISI ZIARAH DAN KETENANGAN JIWA
(STUDI TERHADAP PEZIARAH DI MAKAM SUNAN KUDUS)**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

LUKMAN HAKIM

NIM : 124411026

Semarang, 12 Mei 2017

Disetujui oleh,

Pembimbing I



Dr. Hj. Arikhah, M.Ag

NIP. 19691129 199603 2 002

Pembimbing II



Drs. H. Nidlomun Ni'am, M.Ag

NIP. 19580809 199503 1 001

NOTA PEMBIMBING

Lamp :-

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuludin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka saya mengatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Lukman Hakim

NIM : 124411026

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuludin dan Humaniora

Judul Skripsi : Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Peziarah di Makam Sunan Kudus

Dengan ini telah kami setuju dan mohon agar segera diujikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 12 Mei 2017

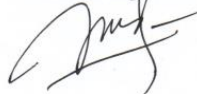
Pembimbing I



Dr. Hj. Arikhah, M.Ag

NIP. 19691129 199603 2 002

Pembimbing II



Drs. H. Nidlomun Ni'am, M.Ag

NIP. 19580809 199503 1 001

PENGESAHAN

Skripsi saudara : Lukman Hakim, Nomor Induk Mahasiswa : 124411026 dengan judul : “Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Peziarah di Makam Sunan Kudus)” telah di munaqosahkan oleh dewan penguji Fakultas Ushuludin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, pada tanggal :

19 Juni 2017

Dan dapat diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana strata satu (S.1) dalam ilmu Ushuludin dan Humaniora Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (TP).



Ketua Sidang

Dr. H. Mukhsin Jamil, M.Ag
NIP. 19700215 199703 1 003

Pembimbing I

Dr. Hj. Arikah, M.Ag

NIP. 19691129 199603 2 002

Penguji I

Prof. Dr. H. Abdullah Hadziq, M.A

NIP. 19500103 197703 1 002

Pembimbing II

Drs. H. Nidlomun Ni'am, M.Ag

NIP. 19580809 199503 1 001

Penguji II

Bahroon Anshori, M.Ag

NIP. 19750503 200604 1 001

Sekretaris Sidang

Hj. Sri Purwaningsih, M.Ag

NIP. 197005241998032002

MOTTO

يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ﴿٢٨﴾ فَادْخُلِي فِي

عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾ (سورة الفجر : ٢٧ - ٣٠)

Artinya : “(27) Hai jiwa yang tenang. (28) Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. (29) Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku. (30) masuklah ke dalam syurga-Ku.” (QS. Al-Fajr : 27-30)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :
Bapak, Ibu dan Kakak-kakak saya tercinta
Guru-guru saya yang terhormat
Almamater saya UIN Walisongo

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf latin beserta perangkatnya. Pedoman transliterasi dalam skripsi ini meliputi:

1. *Konsonan*

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan Transliterasinya dengan huruf Latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	b	Be
ت	Ta	t	Te
ث	Sa	ś	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	j	Je
ح	Ha	h	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Zal	ż	zet (dengan

			titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Za	z	zat
س	Sin	s	es
ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Sad	ş	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	đ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ţ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'...'	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	ge
ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	we
ه	Ha	h	ha
ء	hamzah	'...'	apostrof
ي	Ya	y	ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

كتب dibaca *kataba*

فعل dibaca *fa'ala*

ذكر dibaca *zukira*

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf. Transliterasi lainnya berupa gabungan huruf, yaitu:

يذ هب dibaca *yazhabu*

سعل dibaca *su'ila*

كيف dibaca *kaifa*

هول dibaca *hauila*

3. *Maddah*

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, contoh:

قال dibaca *qâla*

قيل dibaca *qîla*

يقول dibaca *yaq ûlu*

4. Ta Marbutah

Transliterasinya menggunakan:

- a. *Ta marbutah* yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dhommah, transliterasinya adalah t.
- b. *Ta marbutah* yang mati atau mendapat harakat *sukun*, transliterasinya *h*.

Contoh : طلحة dibaca *talhah*

- c. Sedangkan pada kata yang terakhir dengan *ta marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbutah* ditransliterasikan dengan *h*.

Contoh:

روضة الاطفال dibaca *raudah al-atfal*

المدينة المنورة dibaca *al-Madinah al-Munawwarah*.

5. Syaddah

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tandan, tanda syaddah dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan yang diberi tanda syaddah.

Contoh:

ربنا dibaca *rabbana*

نزل dibaca *nazzala*

البر dibaca *al-birr*

الحج

dibaca *al-hajj*

نعم

dibaca *na'ama*

6. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

a. Kata sandang diikuti huruf *syamsiah*

Kata sandang yang diikuti huruf *syamsiah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya. Yaitu huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh : الرحيم dibaca ar-Rahi>mu.

b. Kata sandang diikuti huruf *qamariah*

Kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya.

Contoh : الملك dibaca *al-Maliku*

Namun demikian, dalam penulisan skripsi penulis menggunakan model kedua, yaitu baik sandang diikuti oleh huruf *syamsiah* ataupun huruf *al-qamariah* tetap menggunakan *al-qamariah*.

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah di transliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang

terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan karena dalam tulisan Arab berupa alif. Contoh:

تأخذون	dibaca <i>ta'khuzuna</i>
النوء	dibaca <i>an-nau'</i>
شيء	dibaca <i>syai'un</i>
ان	dibaca <i>inna</i>

8. Penulisan kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim, maupun huruf, di tulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain. Karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

من استطاع إليه سبيلاً	dibaca <i>Man istatha' ailaihisabila</i>
وإنَّ اللهَ لهُ خَيْرُ الرَّازِقِينَ	dibaca <i>wa innalla halahuwakhair al-rāziqîn.</i>

9. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu

didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

وما محمد إلا رسول dibaca *Wa mā Muhammadun illā rasūl*

ولقد راه بالافق المبين dibaca *Wa laqad ra'āhu bi al-ufuqil mubīni*

الحمد لله رب العالمين dibaca *Alhamdu lillāhi rabbi al-'ālamīn.*

Penggunaan huruf kapital untuk Allah hanya berlaku dila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain, sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

الله الأمر جميعا dibaca *Lillāhi al-amru jamī'an*

والله بكل شيء عليم dibaca *Wallāhu bikulli sya'in alīm*

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Sujud syukur kami haturkan ke hadirat Allah SWT yang Maha Mengetahui, Maha Adil, lagi Maha Penyayang, berkat limpahan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini guna melengkapi persyaratan menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo.

Shalawat serta salam kami haturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memberikan pegangan hidup bagi setiap makhluk untuk sadar dengan ketidaksempurnaannya, dan berusaha untuk berbuat baik bagi masyarakat. Semoga kita termasuk orang-orang yang mendapatkan syafaatnya di Hari Akhir. Bukan tanpa arah rintangan, banyak proses yang harus dilewati, banyak pula pihak yang turut membantu dalam kelancaran penulisan skripsi ini, kami telah berusaha dengan segala daya dan upaya guna menyelesaikannya.

Namun tanpa bantuan dari berbagai pihak lain yang dengan keikhlasan hati tentunya karya ini tidak mungkin dapat terwujud. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada mereka yang telah banyak memberi sumbangan kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya ini, mereka adalah

1. Rektor UIN Walisongo Semarang, Prof. Dr. H. Muhibbin M.Ag.
2. Dr. H. M. Mukhsin Jamil, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah merestui pembahasan skripsi ini.
3. Dr. Sulaiman al-Kumayi M.Ag selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi serta Ibu Fitriyati S.Psi., M.Si selaku Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.
4. Dr. Hj. Arikhah, M.Ag dan Drs. H. Nidlomun Ni'am, M.Ag, selaku Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk

memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.

5. Para Dosen Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang yang telah membekali berbagai ilmu pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Kepada peziarah makam Sunan Kudus yang sudah bersedia kami wawancarai demi keberlangsungan pembuatan skripsi ini.
7. Kepada para pengurus Yayasan Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus (YM3SK) yang sudah membantu dalam penyusunan skripsi saya, beliau Bapak Drs. H. Em. Nadjib Hassan selaku ketua umum, Bapak KH. Muhammad Izza selaku juru kunci makam, Bapak Denny Nur Hakim selaku staf umum dan Bapak Munadjat.
8. Kepada Almarhum Bapak saya Ahmad Marzuki dan Ibu saya tercinta Ibu Mas'amah yang selalu mendukung dan mendoakan saya. Juga kepada kakak saya Noor Ismiyati, S.Pd.I yang sudah membiayai perkuliahan saya dan selalu memenuhi kebutuhan dalam perkuliahan di sini, serta kakak-kakak saya yang lainnya yang selalu mendukung dan mendoakan saya.
9. Kepada keponakan-keponakan saya yang selalu membantu finansial keuangan saya ketika di Semarang, yaitu Maksun Zulis Kurniawan, Zuni Lestari.
10. Kepada Jauharoh Faiqoh, S.Pd yang selalu menemani dan membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada teman-teman FUH/TP 2012 yang telah berjuang bareng dalam menanamkan pengetahuan ke dalam diri kita mengenai tasawuf psikoterapi dan berusaha mewujudkannya dalam perilaku. Teruslah berjuang untuk membumikan tasawuf dan psikoterapi
12. Kepada teman-teman kost "Talenta" yang selalu mensupport dan menemani selama perjalanan kuliah saya, terutama kepada teman sekamarku Ulin Nuha, mas Kamal, mas Boel, dan teman-teman

lainnya mas Rifky, Fiyy, mas Ali, bang Untung, Utsman, dan mas Ircham.

13. Kepada sahabatku Ahmad Syafii, Solekul Wahid, Misbahul Anam, Suprpto, Diary Primamrenalto, Ahmad Faris, Khoirul Muzzaki, M. Syafiq, Adam, Syarif, Bahri, Arif Lukman, dkk. Yang selalu *runtang-runtung* bareng. Semoga ilmu kita bermanfaat, persahabatan kita langgeng, dan menjadi orang sukses.
14. Kepada para bakul dan teknisi laptop Semarang dan Kudus, yang sudah menjalin kerja sama bisnis dengan saya, yang dapat membantu finansial dalam pembuatan skripsi dan kuliah.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Semarang, 12 Mei 2017
Penulis

LUKMAN HAKIM
NIM. 124411026

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN DEKLARASI KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN NOTA PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
HALAMAN TRANSLITERASI.....	viii
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	xv
HALAMAN DAFTAR ISI.....	xviii
HALAMAN ABSTRAK.....	xxi

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	13
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	14
D. Tinjauan Pustaka.....	15
E. Metodologi Penelitian.....	23
F. Sistematika Penulisan.....	29

BAB II : TRADISI ZIARAH DAN KETENANGAN JIWA

A. Tradisi Ziarah	
1. Pengertian Tradisi.....	31

2. Pengertian Ziarah Kubur	32
3. Hadits Ziarah Kubur	34
4. Tata Cara dalam Ziarah Kubur	37
5. Hal-Hal Yang Bersinggungan dengan Ziarah Kubur.....	38
6. Hikmah Ziarah Kubur.....	46
B. Ketenangan Jiwa	
1. Pengertian Ketenangan Jiwa	48
2. Hakikat Ketenangan Jiwa	54
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ketenangan Jiwa.....	59
4. Langkah-Langkah Penenang Jiwa	65
C. Hubungan Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa	74

**BAB III : GAMBARAN UMUM LOKASI ZIARAH
MAKAM SUNAN KUDUS DAN KARAKTERISTIK
RESPONDEN**

A. Biografi Sunan Kudus.....	90
B. Letak Geografis Makam Sunan Kudus	95
C. Peninggalan Bersejarah Sunan Kudus	97
D. Dakwah Atau Tablig Sunan Kudus.....	104
E. Peran Pengurus Makam Sunan Kudus	108
F. Karakteristik Responden Peziarah Makam Sunan Kudus	115

BAB IV : HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

- A. Tradisi Zairah.....119
- B. Ketenangan Jiwa Peziarah Makam Sunan Kudus....152
- C. Ziarah dapat Menenangkan Jiwa.....181

Bab V : PENUTUP

- A. Kesimpulan203
- B. Saran.....205

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN :

Lampiran A : Foto-foto

Lampiran B : Surat izin penelitian dan surat keterangan penelitian

DATAR RIWAYAT HIDUP

ABSTRAK

Dalam penelitian ini penulis membahas tentang Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Peziarah di makam Sunan Kudus). Indonesia merupakan Negara yang luas dengan berbagai suku yang ada di dalamnya. Suku Jawa adalah suku terbesar di Indonesia. Suku Jawa memiliki berbagai tradisi yang masih hidup sampai sekarang yaitu tradisi ziarah kubur. Ziarah bahkan sudah menjadi agenda tersendiri dalam memenuhi kegiatan keagamaannya. Makam Sunan Kudus salah satunya, peziarah datang dari berbagai daerah dan semakin hari semakin ramai didatangi oleh para peziarah. Disamping ziarah sudah menjadi tradisi di zaman sekarang. Seiring dengan itu, muncullah manusia modern yang mengalami krisis spiritual, yang mengakibatkan kecemasan, kegelisahan, keputus-asaan, dan lain sebagainya. Oleh karena itu, ziarah menjadi salah satu bentuk terapi jiwa untuk menenangkan dan menentramkan jiwa seseorang.

Dari fenomena di atas penulis tertarik untuk meneliti gambaran dari tradisi ziarah para peziarah makam Sunan Kudus, mengetahui gambaran ketenangan para peziarah dan pengaruh ziarah untuk menenangkan jiwa. Jenis penelitian ini berupa penelitian lapangan (*penelitian kancang/field reseach*) yang dilakukan dalam medan yang sebenarnya untuk menemukan realitas yang terjadi mengenai masalah tertentu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Karena data-data yang diperoleh adalah data kualitatif berupa kata-kata atau tulisan bukan dari angka dan untuk mengetahui fenomena secara terinci, mendalam dan menyeluruh. Sedangkan teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kualitatif.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa yang *pertama*, sosok Sunan Kudus sudah dikenal banyak orang di seluruh Indonesia, Sunan Kudus dikenal sebagai tokoh penyebaran Islam di tanah Jawa Khususnya Kudus dan juga dipercayai sebagai orang suci atau wali, atas dasar itulah para peziarah tertarik untuk melakukan ziarah di makam Sunan Kudus. Kemudian para peziarah makam Sunan Kudus dalam melakukan ziarahnya sudah berulang kali sampai tidak dapat menghitungnya. Tidak ada hari khusus dalam melakukan berziarah namun yang paling banyak pengunjungnya yaitu mulai dari Kamis sore sampai hari Minggu. Ritual yang sering dilakukan peziarah

makam Sunan Kudus yaitu berwudlu, kemudian ada yang menyentuh atap gapura pintu masuk makam, kemudian melakukan salam kepada Sunan Kudus, dilanjutkan dengan mengirim fatimah, membaca surat Yasin, Tahlil, dan do'a. Motivasi mereka pun bermacam-macam ada yang ingin mengalap berkah dan tawasul, ada yang curhat kepada Sunan Kudus, ingin lulus ujian, ada juga yang hanya ingin berwisata dan senang-senang, kemudian ada yang mendoakan orang yang sudah meninggal / ingat mati.

Kedua, peziarah makam Sunan Kudus memiliki ketenangan jiwa. Para peziarah makam Sunan Kudus adalah orang-orang yang tidak terkena penyakit jiwa, terhindar dari kegelisahan atau kecemasan, terhindar dari keputus-asaan, bahagia dalam menjalani hidup, memiliki cita-cita yang jelas, tidak mendapatkan halusinasi, dan selalu sabar ketika sedang mendapatkan musibah serta selalu meminta pertolongan Allah untuk dapat mengatasinya.

Ketiga, Ziarah juga dapat menenangkan jiwa para peziarah makam Sunan Kudus. Mereka banyak yang mengatakan bahwa setelah melakukan ziarah hati dan pikiran menjadi tenang, tentram, dan jernih. Ada juga peziarah yang mengatakan dirinya merasa lega, seperti orang yang merorok, fresh kembali. Hal demikian karena hakikatnya ziarah itu melakukan wudlu, berdzikir dan berdo'a, membaca al-Qur'an, dan mengingat mati, kesemuannya itu dapat menghantarkan jiwa seseorang menjadi tenang dan damai.

Kata kunci : Tradisi Ziarah, Ketenangan Jiwa

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia modern yang sarat akan kemudahan tidak mesti dapat menjamin manusia merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Kebutuhan manusia yang semakin meningkat seharusnya lebih mudah dipenuhi dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang begitu pesat. Akan tetapi, pada kenyataannya kebahagiaan yang diinginkan justru semakin menjauh. Kesukaran materil berganti dengan kesukaran mental (*psychis*) yang menyebabkan beban jiwa semakin berat, kegelisahan dan ketegangan serta tekanan perasaan lebih sering terasa dan lebih menekan sehingga mengurangi kebahagiaan.

Telah banyak diakui bahwa manusia modern telah mengalami apa yang disebut oleh Nasr¹ sebagai krisis spiritual.

¹ Nama beliau adalah Seyyed Hossein Nasr lahir di kota Teheran, Iran, pada tanggal 7 April 1933. Ayahnya seorang ulama terkenal di Iran dan juga seorang guru dan dokter pada masa dinasti Qajar bernama Seyyed Valiullah Nasr. Sebutan dengan gelar Seyyed adalah sebutan kebangsawanaan yang dianugerahkan oleh raja Syah Reza Pahlevi kepada keduanya. Nasr lebih berkiprah di dunia akademis diawal-awalnya. Ia banyak mempengaruhi filsafat Islam modern di Iran melalui karya-karyanya, dengan mensponsori berbagai konferensi dan mendirikan pusat kajian filsafat Islam pada tahun 1960-an sampai 1970-an. Dalam catatan Aminrazavi Nasr telah mempelopori berdirinya *Imperial Iranian Academy of Philosophy*, dengan kontribusinya telah menerbitkan jurnal ilmiah yang bertajuk *Javidan*

Krisis spiritual ini barangkali terjadi sebagai akibat dari pengaruh *sekularisasi*² (yang hanya mementingkan kehidupan duniawi) yang telah cukup lama menerpa jiwa-jiwa manusia modern.³ Di zaman sekarang penuh dengan hal-hal yang memproduksi kegelisahan, kecemasan, keputus-asaan, keraguan, duka cita, dan lain sebagainya. Jika tidak memiliki pegangan yang kuat dan tidak mempunyai pandangan niscaya mudah terombang-ambing.⁴ Dalam kondisi seperti ini, sungguh ketenangan jiwa mahal harganya. Karena ketenangan jiwa membuat orang dapat hidup tenang. Inilah yang sangat diperlukan pada situasi seperti sekarang ditengah-tengah gelombang kehidupan yang serba tidak menentu.⁵

Bagi para sufi, ketenangan dapat dicapai hanya apabila seseorang telah berada dekat dengan kampung halaman yang sejati, asal dan tempat kembali manusia, yaitu Tuhan. Keterputusan dengan Allah adalah penyebab timbulnya perasaan terasing, gelisah, dan sebangsanya, sebagaimana yang banyak diderita manusia yang hidup didunia modern ini. Karena itu,

Khiraad (Sophia Perennis) dan juga telah banyak mempublikasikan teks-teks tradisional dengan jumlah besar. Dikutip dari <http://ikhshanyaqub.blogspot.co.id/2013/07/manusia-modern-dalam-pandangan-sayyed.html>, pada tanggal 11 April 2017 pukul 07.19 WIB

² Kata sekularisasi berasal dari bahasa Indonesia yang artinya hal-hal yang membawa ke arah kehidupan yg tidak didasarkan pada ajaran agama. Dikutip dari buku Tim penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Pusat Basaha, 2008), h. 1287

³ Mulyadhi Kartanegara, *Menyelami Lubuk Tasawuf*, (Jakarta : Erlangga, 2006) h. 264

⁴ Moh. Sholeh dan Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2005), h. 136

⁵ *Ibid.*

hanya dengan melakukan kontak dengan Allah, dan terus berupaya untuk mendekatkan diri kepadanya, maka manusia boleh berharap mendapat ketenangan dan kebahagiaan hidup. Kalau tidak, berharap sajumpun merupakan sebuah kemustahilan. Tuhanlah tempat kembali seseorang, ia tempat asal dan kampung halaman kita yang sejati.⁶

Seiring dengan kebutuhan spiritualisme, di tengah banyaknya masalah yang dihadapi manusia kadangkala menjadikan rasionalitas tidak berdaya, sehingga timbul kecemasan, ketakutan, dan ketidaktentraman. Salah satu untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan melakukan *ziarah*⁷, karena berziarah diyakini dapat memberikan ketenangan batin kepada seseorang, seperti bacaan *tahlil*⁸, *tahmid*⁹, dan *tasbih*¹⁰ serta didukung oleh suasana hening di lingkungan sekitarnya, menjadikan para peziarah menjadi damai.

⁶ Mulyadhi Kartanegara, *op. cit.*, h. 270

⁷ Kata *ziarah* berasal dari kata bahasa Indonesia yang berarti kunjungan ke tempat yang dianggap keramat (atau mulia, makam, dsb). Sedangkan berziarah adalah berkunjung ke tempat yang dianggap keramat atau mulia (makam dsb) untuk berkiriman doa. Dikutip dari buku Tim penyusun Kamus Pusat Bahasa, *op. cit.*, h. 1543

⁸ Kata *Tahlil* yaitu pengucapan kalimat tauhid *la ila ha illallah* (tidak ada Tuhan selain Allah) secara berulang-ulang. *Ibid*, h. 1413

⁹ Kata *Tahmid* artinya pengucapan pujian kpd Allah secara berulang-ulang dng menyebut *alhamdulillah* (segala pujian hanya untuk Allah) dan *wa lillahil-hamd* (dan bagi Allahlah segala pujian). *Ibid*,

¹⁰ Kata *Tasbih* artinya pembacaan puji-pujian kpd Allah Swt dengan mengucap *subhanallah* (Mahasuci Allah) atau *subhana rabbiyal azim (a'la)* (segala kemuliaan bagi Tuhanku Yang Mahabesar) (Mahatinggi). *Ibid*, h. 1456

Masyarakat Indonesia merupakan masyarakat yang memiliki nilai religius yang tinggi. Pengaplikasian *religiusitas*¹¹ masyarakat Indonesia dilakukan dengan berbagai sikap macam cara, mulai dari sholat dan berpuasa bagi kaum muslim, serta pergi ke gereja bagi kaum nasrani. Selain itu terbukti dari masih banyaknya orang yang melakukan hal-hal yang disunnahkan oleh agama seperti berziarah. *Ziarah* biasanya dilakukan dengan cara seseorang pergi berkunjung ke suatu makam dimana makam tersebut merupakan makam orang-orang besar yang dihormati. Melakukan ziarah tidak hanya dilakukan oleh Orang-orang yang masih muda, namun orang-orang yang sudah berumur pun masih banyak yang melakukan ziarah. Motif orang yang datang untuk ber*ziarah* pun bermacam-macam. Mulai dari hanya sekedar mengirimkan doa untuk orang yang didatangi ziarah, hingga *ziarah* dengan memohon suatu keinginan. Tidak hanya motif, yang datang pun dari berbagai kelas, ada yang dari golongan biasa hingga kelas atas.¹²

Begitu juga yang terjadi di makam Sunan Kudus, salah satu dari walisongo yang tersohor karena keilmuannya dan jasanya menyebarkan Islam di tanah Jawa, khususnya kota Kudus.

¹¹ Religiusitas seringkali diidentikkan dengan keberagamaan. Religiusitas diartikan sebagai seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan kaidah dan seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianutnya. Dikutip dari <http://jalurilmu.blogspot.com/2011/10/religiusitas.html#ixzz4dtQEwVVa> pada tanggal 11 April 2017 pukul 06.39 WIB

¹² <Http://imasmahesty.blogspot.co.id/2012/06/metode-penelitian-kualitatif-ziarah-ke.html>, diunduh pada 16-02-2017 pukul 16.38 WIB

Banyak orang yang berdatangan ke sana dengan motivasi dan tujuan yang bermacam-macam. Selain itu orang-orang yang datang ke makam Sunan Kudus pun tidak hanya sekali atau dua kali, melainkan kegiatan ziarah tersebut sudah menjadi agenda rutinitas yang harus dilakukan.

Ziarah kubur hukumnya sunnah, sebagaimana hadis riwayat Ahmad, Muslim dan Ashabussunan dari Abdullah bin Buraidah yang diterima dari bapaknya bahwa Nabi saw. bersabda :

عَنْ ابْنِ بُرَيْدَةَ عَنْ أَبِيهِ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَهَيْتُكُمْ عَنْ زِيَارَةِ الْقُبُورِ فَزُورُوهَا وَنَهَيْتُكُمْ عَنْ لُحُومِ الْأَضَاحِيِّ فَوْقَ ثَلَاثٍ فَأَمْسِكُوا مَا بَدَأَ لَكُمْ وَنَهَيْتُكُمْ عَنِ النَّبِيدِ إِلَّا فِي سِقَاءٍ فَاشْرَبُوا فِي الْأَسْقِيَةِ كُلِّهَا وَلَا تَشْرَبُوا مُسْكِرًا
(رواه مسلم)

Artinya : Diriwayatkan dari Ibnu Buraidah dari ayahnya yang berkata bahwa Rasulullah Saw. Bersabda : *“Aku pernah melarang kalian berziarah kubur; maka sekarang berziarahlah. Aku juga pernah melarang kalian memakan daging sembelihan kurban setelah tiga hari; maka mulai saat ini simpanlah apa yang ada (tersisa dari daging kurban itu). Aku juga pernah melarang dari meminum minuman kecuali dalam wadah wadiah dari kulit; maka sekarang minumlah dalam wadah apapun, namun jangan meminum minuman yang memabukkan.”* (HR. Musli)¹³

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ زُورُوا الْقُبُورَ فَإِنَّهَا تُذَكِّرُكُمْ الْآخِرَةَ (رواه ابن ماجه)

¹³ Bintus Sami' ar-rakily, 40 Hadits Shahih : Teladan Rasul dalam berziarah Kubur, (Yogyakarta : Pustaka Pesantren, 2011), h. 3

Artinya : Diriwayatkan dari Abu Hurairah, ia berkata bahwa Rasulullah Saw. Bersabda : “*Berziarah kuburanlah kalian semua, sebab hal itu akan mengingatkan kalian terhadap akhirat.*” (HR. Ibnu Majah)¹⁴

Membicarakan *ziarah* kubur tidak terlepas dari pro dan kontra. Pada awal mula Islam, *ziarah* kubur memang dilarang, sebagaimana tersurat dalam sabda Nabi di atas. Tidak ada yang tahu secara pasti mengapa saat itu *ziarah* kubur dilarang. Ada kemungkinan, larangan tersebut dimaksudkan agar keimanan dan ketauhidan yang masih baru tertanam di dalam jiwa umat Islam tidak mudah goyah, tidak mudah kembali kepada keyakinan *jahiliyyah*¹⁵ dengan segala adat istiadatnya. Satu di antara adat *jahiliyyah*, misalnya kalau ada anggota keluarga yang meninggal, mereka histeris meraung-raung, memukul-mukul dada, memecahkan peralatan dapur, menyobek-nyobek pakaian, dan perbuatan berlebihan yang lain. Hal-hal yang demikian banyak terbawa pada saat ber*ziarah* kubur.¹⁶

Kemungkinan yang lain, karena saat itu ideologi atau akidah Islam belum tertanam kuat; tradisi *jahiliyyah* yang bertitik pada pengagungan arwah leluhur dapat berbahaya bagi tauhid yang

¹⁴ *Ibid.* h. 4

¹⁵ *Jahiliyyah* yaitu konsep dalam agama Islam yang menunjukkan masa di mana penduduk Mekkah berada dalam ketidaktahuan (kebodohan). Akar istilah *jahiliyyah* adalah bentuk kata kerja I pada kata *jahala*, yang memiliki arti menjadi bodoh, bodoh, bersikap dengan bodoh atau tidak peduli. Dikutip dari <https://id.wikipedia.org/wiki/Jahiliyyah>, diunduh pada tanggal 11 April 2017 pukul 07.12 WIB

¹⁶ *Ibid.* h. 4-5

baru saja masuk ke hati, sehingga dikhawatirkan terjadi kesyirikan.¹⁷

Namun demikian, karena pentingnya *ziarah* kubur bagi yang diziarahi maupun yang menziarahi, selain karena dasar-dasar keimanan umat telah semakin kokoh, maka larangan *ziarah* kubur itu dicabut untuk selamanya. Bahkan, bukan hanya dicabut. Nabi justru memberikan perintah untuk ber*ziarah* kubur, sebab redaksi hadits di atas tersebut memakai *fi'il amar* (yakni lafal : *zurru*). Artinya, sejak saat itu pula *ziarah* kubur menjadi salah satu syari'at Islam.¹⁸

Alasan lain karena masih ada penolakan terhadap *ziarah* kubur yaitu turunnya ayat al-Qur'an surah at-Taubah ayat 84, yang berbunyi :

وَلَا تُصَلِّ عَلَى أَحَدٍ مِّنْهُمْ مَاتَ أَبَدًا وَلَا تَقُمْ عَلَى قَبْرِهِ ۗ إِنَّهُمْ كَفَرُوا بِاللَّهِ
وَرَسُولِهِ ۗ وَمَاتُوا وَهُمْ فَسِقُورٌ ﴿٨٤﴾ (سورة التوبة : ٨٤)

Artinya : “Dan janganlah kamu sekali-kali menyembahyangkan (jenazah) seorang yang mati di antara mereka, dan janganlah kamu berdiri (mendoakan) di kuburnya. Sesungguhnya mereka telah kafir kepada Allah dan Rasul-Nya dan mereka mati dalam Keadaan fasik.”¹⁹

¹⁷ *Ibid.*

¹⁸ *Ibid.* h. 5-7

¹⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid IV, h. 171

Mereka menganggap bahwa ayat itu membuktikan adanya dalil terhadap pelarangan *ziarah* kubur secara mutlak. Padahal, mayoritas ulama *Ahlusunah wal Jama'ah*²⁰ yang menafsirkan ayat di atas dengan tegas menyatakan bahwa ayat itu berkaitan dengan kuburan kaum munafik, bukan kaum muslim, apalagi kaum mukmin dan orang-orang shaleh.²¹

Ziarah kubur menurut syariat Islam yaitu bukan sekedar menengok kubur bukan pula sekedar tahu dan mengerti di mana ia dikuburkan, atau untuk mengetahui keadaan kubur atau makam, akan tetapi kedatangan seorang ke kubur adalah dengan maksud untuk mendoakan kepada yang di kubur muslim dan mengirim pahala untuknya atas bacaan ayat-ayat al-Qur'an dan kalimat-kalimat *Tayyibah* seperti *tahlil*, *tahmid*, *tasbih*, *shalawat* dan lainnya.²² Sedangkan menurut Imam Al-Ghozali, secara umum memandang *ziarah* kubur itu suatu perbuatan sunnah, untuk

²⁰ *Ahl al-Sunnah wa al-Jama'ah* atau *Ahlul-Sunnah wal Jama'ah* (Bahasa Arab: أهل السنة والجماعة) atau lebih sering disingkat *Ahlul-Sunnah* (bahasa Arab: أهل السنة) atau *Sunni* adalah mereka yang senantiasa tegak di atas Islam berdasarkan Al-qur'an dan hadits yang shahih dengan pemahaman para sahabat, tabi'in, dan tabi'ut tabi'in. Sekitar 90% umat Muslim sedunia merupakan kaum Sunni, dan 10% menganut aliran Syi'ah. Diunduh dari <https://id.wikipedia.org/wiki/Sunni> pada tanggal 23 April 2017 pukul 14.59 WIB

²¹ *Ibid.* h. 7-8

²² M. Afnan Chafidh dan A. Ma'ruf Asrori, *Tradisi Islam : Panduan Prosesi Kelahiran – Perkawinan - Kematian*, (Surabaya: khalista, 2009), Cet. 4, h. 230.

memberikan peringatan dan pelajaran kepada kita yang pasti akan mengalami juga (*li at-tadzakkur wa al-i'tibar*).²³

Dalam tradisi Islam Jawa, praktek ziarah kubur berkembang sedemikian pesat dan sudah menjadi sebuah tradisi. Masyarakat biasanya melaksanakan ziarah kubur di makam pada waktu tertentu, yang mana dianggap memiliki makna penting dalam kehidupan keagamaannya. Seperti hari-hari besar Islam, yaitu saat bulan Sya'ban, bulan Maulid dan bulan Muharram. Salah satu wali yang sering dikunjungi dan makamnya pun tidak pernah sepi dari peziarah yaitu Sunan Kudus. Seorang wali yang terkenal dan tokoh kharismatik penyebar agama Islam di kota Kudus. Ada yang datang sendirian dan juga ada yang datang dengan rombongan yang jumlahnya besar. Mereka datang dengan maksud dan tujuan masing-masing. Memahami ziarah sebagai suatu fenomena sosial keagamaan, maka penulis dalam hal ini berusaha mengungkap tentang tradisi ziarah dan ketenangan jiwa pada peziarah di makam Sunan Kudus.

Bagi orang yang memiliki kesenangan melakukan ziarah ke tempat-tempat yang mereka anggap sebagai makam ulama, wali maupun makam tokoh sejarah yang telah memiliki pengaruh kuat di suatu daerah. Para peziarah seperti ini umumnya telah mengetahui kekeramatan tokoh yang dimakamkan di tempat ini.

²³ Muhammad Tholhah Hasan, *Ahlusunnah Wal-Jama'ah : Dalam Persepsi dan Tradisi NU*, (Jakarta : Lantabora Press – Jakarta Indonesia, 2005) Cet. 3, h. 223

Bahkan peziarah seperti ini melakukan ziarah secara berantai dari suatu makam keramat ke makam keramat yang lainnya.²⁴

Makam Wali adalah tempat pengungkapan perasaan religius yang bebas serta tempat memelihara ritus-ritus kuno. Pengertian waliyullah sendiri sering disebut juga sebagai ulama dan orang-orang sholeh yaitu orang-orang yang dicintai oleh Allah, sehingga kalau kita dapat mencintai dan dekat dengan mereka, maka kita akan mendapatkan sebuah kebahagiaan.²⁵

Wali, dalam pengertian masyarakat umum adalah orang yang dianggap dekat dengan Tuhan, dan diantara bukti kedekatannya itu dapat diketahui dari sikap dan perilakunya yang tampil sebagai orang yang sholeh, tekun ibadah, sikapnya arif dan banyak membimbing, sering kali berbuat hal-hal yang luar biasa di mata masyarakat (*khoriqul 'adat*) karena karomahnya, dan do'a – do'anya sering kali terkabulkan dalam waktu yang relatif singkat. Oleh karenanya orang yang diyakini masyarakat sebagai wali, selalu dihormati, disegani, dan ditaati. Karena kedekatannya dengan Tuhan seorang Wali sering dijadikan *wasilah* (perantara, rekomendator) dalam berhubungan dengan Tuhan, baik dalam bentuk do'a atau ibadah lain.²⁶

²⁴ [Http://wisatadanbudaya.blogspot.co.id/2009/09/kajian-mitosmotivasi-peziarah-pada.html](http://wisatadanbudaya.blogspot.co.id/2009/09/kajian-mitosmotivasi-peziarah-pada.html) diunduh pada tanggal 25-02-2017 pukul 09.47

²⁵ Zumroh, *Tombo Ati : Upaya Membersihkan Qalbu dari Kuman-kuman Penyakit*, (Surabaya : Bintang Usaha Jaya, 2011), h. 144

²⁶ Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit*, h. 281

Wali dalam konsep sufi (*tashawwuf*), seperti dijelaskan oleh Imam Al-Qusyairi yaitu wali (orang suci) mempunyai dua arti. Yang pertama berasal dari pola *fa'il* (pelaku) dalam pengertian pasif. Artinya, Allah SWT mengambil alih urusan-urusan (*yatawalla*) si wali. Sebagaimana telah difirmankan oleh-Nya, "... dan Dia mengambil alih urusan (*yatawalla*) orang-orang yang saleh" (QS. Al-A'raf, 7 : 196). Dia tidak menugaskannya mengurus dirinya sendiri hanya untuk sesaatpun. Allah-lah yang mengurus dirinya. Arti yang kedua berasal dari pola *fa'il* dalam pengertian intensif aktif. Ini berlaku pada orang yang secara aktif melaksanakan ibadah kepada Allah dan mematuhi-Nya sedemikian rupa hingga amal ibadahnya terus-menerus bersusulan tanpa diselingi kemaksiatan.²⁷

Banyak orang khususnya warga *Nahdliyin* (warga NU) melakukan ziarah wali dengan tujuan menghormati, atau untuk berdo'a, atau untuk *tabarruk* (ngalap berkah / mngharap dapat berkah) yakni memperoleh kebaikan-kebaikan atau keberhasilan maksudnya setelah mereka berziarah dan berdo'a kepada Allah disana.²⁸

Melakukan ziarah ibarat berada di rumah orang yang dicintai, sekaligus dapat memahami rasa sakit dan deritanya. Di situ ia mengadakan segenap persoalan yang dihadapinya. Di

²⁷ 'Abd al-Karim ibn Hawazin al-Qusyayri, *Risalatul Qusyayriyah*, diterjemahkan dari Principles of Sufism oleh Ahsin Muhammad, (Bandung : Pustaka, 1994), h. 265

²⁸ Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit*, h. 285

rumah itu, dirinya akan merasa tenteram karena merasa tidak lagi sendiri dan sedang berada di bawah naungan rahmat dan kekuatan Allah Swt. Sebagaimana dikatakan oleh Naraqī²⁹ :

Arwah-arwah kudus yang memiliki kekuatan khas, khususnya arwah para Nabi, para Imam, dan para Wali Allah Swt, setelah terbebas dari kurungan jasad ini, terbang ke alam *tajarrud*³⁰. Di alam itu, mereka menghuni puncak ufuk tertinggi, di mana pengetahuan mereka mampu menjangkau segala hal yang eksis di kehidupan dunia. Apa yang terjadi di dunia dapat dengan jelas mereka saksikan. Mereka juga memiliki pengaruh dengan seizin Allah atas urusan-urusan duniawi. Mereka menyaksikan orang-orang menziarahi mereka. Mereka memahami betul apa yang diinginkan para peziarahnya. Kemudian, dengan ziarah itu, Allah Swt menghembuskan angin rahmat kepada mereka, memenuhi kebutuhan, mengampuni dosa, dan menjauhkan mereka dari kesusahan. Arwah-arwah suci itu dengan seizinNya dapat

²⁹ Nama lengkap beliau adalah Muhammad mahdi bin Abi Dzar an-Naraqī (1128 – 1209 H). Beliau salah seorang mujtahid paling alim pada abad 12 dan 13. Lahir di kota Naraqī, Kasyan, Iran, kemudian melanjutkan pendidikannya di Najaf dan Karbala Irak di bawah bimbingan ulama besar, Syekh Yusuf al-Bahrani, al-Wahid Bahbahani, dan Syekh Mahdi al-Futuni. Beliau sangat berperan dalam dunia ilmu. Di antara kitabnya adalah Mu'tamad Syi'ah, Musykilat al-Ulum, dan kitab akhlak yang terkenal Jami' as-Saadat. Beliau salah satu guru besar dari Syekh al-Anshari. Beliau dikebumikan di Najaf. Dikutip dari www.sadeqin.org/ml/ketabsara.php?print=1&id=24&page=214 pada tanggal 07/04/2016 pukul 10:05 WIB

³⁰ Dengan kata lain ruh pada tahapan awal adalah berupa substansi jism hingga akhirnya berkembang dan menyempurna dan sampai kepada tahapan tajarrud (menjadi nonmateri). Ketika sudah sampai kepada tahapan tajarrud dia tidak akan mati akibat matinya badan dan akan tetap kekal. Dikutip dari <http://riky-permadi.blogspot.com/2008/02/ruh-menurut-para-filosuf-dan-urafa.html?m=1> pada tanggal 08/04/2016 pukul 07:37 WIB

memberi syafaat untuk mereka. Inilah rahasia mengapa ziarah Nabi dan para Imam sangat ditekankan.³¹

Selama ini, dan sampai kapanpun, aktivitas ziarah terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam upaya memecahkan masalah paling peka dalam kehidupan ini.³² Ziarah merupakan salah satu perbuatan manusia melakukan sesuatu atau perbuatan di atas makam yang dia anggap mereka sakral atau yang disakralkan. Untuk meminta sesuatu yang menjadi kebutuhan sangat mendasar seperti, ketenangan jiwa.

Dari latar belakang tersebut di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti dan mengkaji secara lebih dalam tentang masalah tersebut dengan mengajukan judul penelitian “**TRADISI ZIARAH DAN KETENANGAN JIWA (STUDI TERHADAP PEZIARAH DI MAKAM SUNAN KUDUS)**”.

B. Rumusan Masalah

Berpijak dari uraian di atas, maka ada beberapa permasalahan yang penulis anggap dapat dijadikan kajian yaitu :

1. Bagaimana tradisi ziarah pada peziarah makam Sunan Kudus?
2. Bagaimana ketenangan jiwa peziarah makam Sunan Kudus?
3. Bagaimana pengaruh ziarah dalam menenangkan jiwa?

³¹ Ishaq Husaini Kuhsari, *Al-Qur'an dan Tekanan Jiwa, : Diagnosis Problem Kejiwaan Manusia Modern dan Solusi Qur'ani dalam Mengatasi dan Menyembuhkan*. (Jakarta : Sadra Pres, 2012), h. 193-194

³² *Ibid.*

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Penelitian ini mempunyai tujuan yaitu untuk mengetahui tradisi ziarah dari peziarah makam Sunan Kudus, ketenangan jiwa peziarah makam Sunan Kudus, dan pengaruh ziarah dalam menenangkan jiwa.

Sedangkan manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini diantaranya :

1. Secara Teoritis

- a. Hasil dari penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan masukan yang konstruktif dalam rangka mendukung teori-teori yang berkaitan dengan tradisi ziarah dan ketenangan jiwa pada peziarah makam Sunan Kudus.
- b. Hasil Penelitian ini diharapkan pula bermanfaat dalam memperkaya dan memperluas kajian keilmuan khususnya bagi mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi dan dapat dijadikan wawasan pengetahuan bagi mahasiswa UIN Walisongo pada umumnya.
- c. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bahan referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang mempunyai obyek penelitian yang sama.

2. Secara Praktis

- a. Bagi masyarakat

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang tradisi ziarah dan

ketenangan jiwa peziarah Sunan Kudus sehingga dapat membantu masyarakat lebih jauh mengetahui gambaran dari tradisi ziarah dan ketengan jiwa para peziarah untuk dipetik hikmah dan manfaatnya.

b. Bagi peneliti

Dengan penelitian yang dilakukan ini, peneliti dapat memperoleh, menambah dan meningkatkan wawasan ilmu pengetahuan yang terkait tradisi ziarah dan ketenangan jiwa pada peziarah makam Sunan Kudus.

D. Tinjauan Pustaka

Adapun penelitian yang terkait dengan pokok pembahasan penulis kaji diantaranya :

Skripsi Hana Nurramah, Fakultas Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2014. Dengan Judul "*Tradisi Ziarah Kubur Studi Kasus Perilaku Masyarakat Muslim Karawang yang Mempertahankan Tradisi Ziarah Pada Makam Syeh Quro di Kampung Pulo Bata Karawang tahun 1970-2013*". Dalam penelitian ini menggunakan metode pendekatan sosiologis dan antropologis. Salah satu kesimpulannya yaitu ziarah kubur yang dilakukan oleh masyarakat Karawang dan sekitarnya adalah kegiatan rutin dalam mendatangi makam terutama terhadap orang yang berjasa dalam menyebarkan agama Islam di Tatar Sunda khususnya Karawang, mendo'akan orang yang sudah meninggal, dengan tujuan

beribadah untuk mendapatkan barokah serta mengingat tentang kematian dan akhirat.³³

Skripsi Chaerul Anawar, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2007. Dengan judul “*Tradisi Ziarah Kubur Masyarakat Betawi Pada Makam Muallim KH. M. Syafi’i Hadzami Kampung Dukuh Jakarta Selatan*”. Beberapa kesimpulan yang dapat diambil adalah Pertama, mereka melakukan tradisi tersebut karena faktor budaya maupun keagamaan. Kedua, sekiranya masyarakat tersebut peduli dengan tradisi yang sudah berjalan, sehingga mereka terkesan nampak antusias dengan tradisi yang sudah terbentuk. Ketiga, melihat aktifitas ziarah kubur yang masih aktif di masyarakat Kampung Dukuh nampaknya mereka lebih berhati-hati dalam melakukan praktik ziarah kubur, karena dalam dalam kegiatannya masyarakat lebih menekankan pada syariat Islam yaitu mengikuti anjuran Rasul seperti telah digariskan bahwa berziarah adalah untuk mengingat kepada kematian dan akhirat. Jika ada masyarakat yang tidak mengikuti anjuran Rasul hanya masyarakat awam saja.³⁴

³³ Hana Nurramah, “*Tradisi Ziarah Kubur Studi Kasus Perilaku Masyarakat Muslim Karawang yang Mempertahankan Tradisi Ziarah Pada Makam Syeh Quro di Kampung Pulo Bata Karawang tahun 1970-2013*”, skripsi, Fakultas Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta 2014.

³⁴ Chaerul Anawar, *Tradisi Ziarah Kubur Masyarakat Betawi Pada Makam Muallim KH. M. Syafi’i Hadzami Kampung Dukuh Jakarta Selatan*. Skripsi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta 2007.

Skripsi Muhammad Mahbub Maulana, Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang tahun 2012. Dengan judul “*Tirakat Ziarah Mlaku Ke Makam Waliyullah (Tinjauan Fenomenologi Terhadap Musafir Di Makam Sunan Kalijaga, Syaikh Kholil Bangkalan, Dan Syaikh Syamsuddin Batuampar Madura)*”. Jenis Penelitian ini adalah lapangan (*field research*) yang termasuk penelitian kualitatif, dari penelitian tersebut peneliti menyimpulkan bahwa Perjalanan musafir ke makam-makam pera wali untuk berziarah dan berkhawat di sana, sudah dilakukan sejak dulu oleh para sufi. Hal demikian karena pada dasarnya ziarah adalah sebuah ibadah yang disyari’atkan oleh agama. Bahkan sebagian ulama’ mengatakan hal tersebut adalah sebaik-baiknya bentuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Atas dasar inilah, perjalanan yang panjang dan membutuhkan waktu berhari-hari, hingga bertahun-tahun mereka jalani dan dalam pandangan ulama’ merupakan bentuk kesunahan.³⁵

Skripsi Ahmad Aminudin, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya tahun 2015. dengan judul “*Ziarah Makam K.H Ali Mas’ud Di Pagerwojo Sidoarjo*”. Adapun tujuan dari skripsi ini adalah, pertama untuk mengetahui biografi K.H Ali Mas’ud mulai dari lahir hingga beliau wafat.

³⁵ Muhammad Mahbub Maulana, “*Tirakat Ziarah Mlaku Ke Makam Waliyullah (Tinjauan Fenomenologi Terhadap Musafir Di Makam Sunan Kalijaga, Syaikh Kholil Bangkalan, Dan Syaikh Syamsuddin Batuampar Madura)*”, skripsi, Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang 2012.

Kedua, untuk mengetahui bagaimana pandangan masyarakat terhadap K.H Ali Mas'ud. Ketiga, untuk mengetahui apa makna dan motivasi para peziarah yang berziarah ke Makam K.H Ali Mas'ud di Pagerwojo Sidoarjo. Penelitian ini dilakukan di Desa Pagerwojo Kecamatan Buduran Kabupaten Sidoarjo. Diambil dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pemilihan informan penelitian ini menggunakan Purposive Sampling (pemilihan informan yang didasarkan aspek yang dimana informan mengalami dan berada secara langsung pada objek yang akan diteliti), serta pengumpulan datanya melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Untuk menguraikan makna dan motivasi peziarah peneliti menggunakan teori agama dan budaya Clifford Geertz. Teknik analisis datanya menggunakan analisis deskripsi berupa reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan.

Hasil penelitian ini mencakup tiga poin. Pertama, makna ziarah bagi mereka (para peziarah) adalah dapat membantu berbagai masalah yang sedang dialami, baik masalah pribadi, keluarga, ekonomi, dan lain sebagainya. Kedua, motivasi para peziarah yang melatar belakangi para peziarah Makam K.H Ali Mas'ud secara normatif adalah untuk mengingat akan kematian. Ketiga, dengan berziarah ke Makam K.H Ali Mas'ud mereka merasa tenang dan sangat berharap dengan keridlaan Allah akan nasib

mereka yang baik atau kuran beruntung menjadi lebih baik dan lebih beruntung lagi.³⁶

Skripsi Nurul Hasanah, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Tahun 2016. Dengan Judul “*Motivasi Berziarah dalam Perspektif Tasawuf Studi Kasus Di Makam Syekh Ja’far Shadiq Sunan Kudus*” Penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Motivasi berziarah ke kawasan Masjid Menara dan Makam Sunan Kudus adalah alasan utamanya untuk mendoakan leluhur Syekh Ja’far Shadiq. Selain itu terdapat motivasi-motivasi khusus, diantaranya. Pertama, menjadikan Syekh Ja’far Shadiq sebagai wasilah untuk menyampaikan hajat dan doa kepada Allah SWT. Mulai dari minta jodoh, agar dimudahkan dalam berkerja. Kedua untuk mengingat kematian agar dapat menambah keimanan kita terhadap Allah SWT. (2) dan apakah peziarah di makam Sunan Kudus sudah tergolong dalam berziarah yang benar menurut sunnah Nabi, sebenarnya belum dikatakan benar namun hanya cara pengamalannya saja yang kurang benar, dan perlu diluruskan bahwa makam bukan tempat untuk meminta sesuatu, tetapi tempat untuk kita mengingat tentang kematian dan untuk mendoakan orang yang sudah meninggal.³⁷

³⁶ Ahmad Aminudin, “*Ziarah Makam K.H Ali Mas’ud Di Pagerwojo Sidoarjo*”, skripsi, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya 2015.

³⁷ Nurul Hasanah, “*Motivasi Berziarah Dalam Perspektif Tasawuf Studi Kasus Di Makam Syekh Ja’far Shadiq Sunan Kudus*”, skripsi, Fakultas

Skripsi Nurul Mustafida, Prodi Akhlak dan Tasawuf Jurusan Ushuluddin Dan Dakwah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Pekalongan Tahun 2016. Dengan Judul *“Peranan Zikir dalam Ajaran Tarekat Terhadap Ketenangan Jiwa Jama’ah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah Di Desa Banjiran Warungasem Batang”*. Peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan mengambil latar jama’ah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah desa Banjiran Warungasem Batang, pengumpulan data yang dilakukan dengan mengadakan observasi atau pengamatan, wawancara mendalam, dan dokumentasi dengan memberikan makna terhadap data yang berhasil dikumpulkan dan dari makna itulah dapat ditarik kesimpulan. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu: Pertama, ajaran zikir dalam Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah di desa Banjiran Warungasem Batang merupakan ritual yang dibaca setelah sholat tetapi bagi jama’ah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah kalau membaca zikir setiap saat bisa membuat hati menjadi lebih tenang, para jama’ah membaca zikir yang ada pada ajaran tarekat ini dengan penuh khusyuk dengan kata lain para jama’ah membaca zikir dengan ikhlas tanpa mengharapkan apapun kecuali mendapat ridho dari Allah SWT. Kedua, Ketenangan jiwa yang merupakan akibat setelah membaca zikir juga sudah dirasakan oleh para jama’ah Tarekat Qadiriyyah Wa

Naqsyabandiyah desa Banjiran Warungasem Batang. Para jama'ah merasakan kebahagiaan yang tak terkira setelah membaca zikir dalam ajaran tarekat ini. Ketiga, Peranan zikir dalam ajaran tarekat terhadap ketenangan jiwa jama'ah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah desa Banjiran Warungasem Batang sudah dibuktikan oleh para jama'ahnya, karena menurut penuturan para responden yang dalam hal ini adalah para jama'ah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah desa Banjiran Warungasem Batang mengatakan bahwa jika membaca zikir setiap saat bisa membuat hati para jama'ahnya menjadi lebih tenang.³⁸

Jurnal yang di susun oleh Abd Syakur, yang berjudul "*Metode Ketenangan Jiwa Suatu Perbandingan Antara Al-Ghazali dan Sigmund Freud*". Dapat disimpulkan, bahwa jiwa menuntut al-Ghazali bersifat abadi, bersifat suci, dan akan mengalami ketenteraman apabila dapat dibersihkan dari dorongan nafsu nafsu syahwat yang rendah, dan sebaliknya dapat mendekatkan diri pada Tuhan dengan proses *tazkiyat al-nafs*. Metode ketenangan jiwa yang dicanangkan al-Ghazali bernuansa spiritual-intuitif berupa seperangkat olah batin dengan kombinasi antara dimensi pikir dan rasa/dhawq. Sedangkan menurut Freud, jiwa bersifat material dan bekerja secara

³⁸ Nurul Mustafida, "*Peranan Zikir Dalam Ajaran Tarekat Terhadap Ketenangan Jiwa Jama'ah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah Di Desa Banjiran Warungasem Batang*", skripsi, Prodi Akhlak Dan Tasawuf Jurusan Ushuluddin Dan Dakwah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Pekalongan 2016.

mekanik-naturalistik yang melibatkan elemen Id, Ego dan Super Ego. Manusia dalam hidupnya digerakkan oleh dorongan libido seksualitas yaitu nafsu-nafsu yang senantiasa menuntut kepuasan (*pleasures*), dan ketenangan jiwa akan tercapai jika tiap unsur psikis tersebut bekerja secara fungsional. Penenangan jiwa (terapi kejiwaan) oleh Freud ditempuh dengan metode psikoanalisis yang berangkat dari paradigma bahwa jiwa bersifat impulsif yang berarti melihat manusia sebagai makhluk-makhluk nafsu. Dengan demikian, karena ketenangan jiwa yang dihasilkan bertumpu pada simpul kekuatan Id (nafsu seksual, libido), maka tentu saja bersifat labil karena akan selalu menuntut pemuasan-pemuasan yang berikutnya.³⁹

Dari beberapa bahan pustaka tersebut terlihat adanya perbedaan baik objek maupun ruang lingkup kajian dengan penelitian skripsi ini, dan sejauh penelusuran penulis tidak satupun secara spesifik membahas tentang “Tradisi Ziarah dan Ketenangan jiwa (Studi Terhadap Peziarah di Makam Sunan Kudus)”. Oleh karena itu, dapat diyakini bahwa tidak akan terjadi pengulangan penelitian terdahulu dari adanya penelitian akademis ini.

³⁹ Abd Syukur, “*Metode Ketenangan Jiwa Suatu Perbandingan Antara Al-GhazaLi Dan Sigmund Freud*,” *Islamika*, Vol. 1, No. 2, (Maret, 2007),

E. Metodologi Penelitian

1. Jenis dan Sifat Penelitian

Jenis penelitian ini berupa penelitian lapangan (penelitian kancah/ *field reseach*) yang dilakukan dalam medan yang sebenarnya untuk menemukan realitas yang terjadi mengenai masalah tertentu.⁴⁰ Penelitian ini berlokasi di Makam Sunan Kudus yang berada di Desa Kauman, Kecamatan Kota, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Pendekatan ini adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.⁴¹ Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif karena data-data yang diperoleh adalah data kualitatif berupa kata-kata atau tulisan bukan dari angka dan untuk mengetahui fenomena secara terinci, mendalam dan menyeluruh.⁴²

Sifat penelitian ini adalah studi kasus, metode ini akan melibatkan peneliti dalam penyelidikan yang lebih mendalam dan pemeriksaan yang menyeluruh terhadap perilaku seorang individu. Di samping itu, studi kasus juga dapat mengantarkan peneliti memasuki unit-unit sosial terkecil

⁴⁰ Saefudin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998), h. 21

⁴¹ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993, h. 3

⁴² Burhan Bungin, *Analisis Penelitian Kualitatif*, (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 2008), h. 19-20

seperti perhimpunan, kelompok, dan berbagai unit sosial lainnya.⁴³

Alasan dipilihnya penelitian kualitatif ini karena peneliti ingin memperoleh gambaran atau deskripsi secara langsung tentang tradisi ziarah dan ketenangan jiwa peziarah makam Sunan Kudus serta pengaruh ziarah dalam menenangkan jiwa.

2. Sumber Data

a. Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari masyarakat, baik yang dilakukan melalui wawancara, observasi, dan alat lainnya⁴⁴, atau data yang diperoleh langsung dari sumbernya. Dalam penelitian ini, data primernya adalah peziarah makam Sunan Kudus, pengurus makam Sunan Kudus, pedagang sekitar makam Sunan Kudus. Pengambilan data dimulai dari tanggal 2 April 2017 sampai 11 April 2017.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang digunakan untuk melengkapi data primer.⁴⁵ Adapun data sekunder dalam penelitian ini berupa buku-buku, majalah, artikel atau karya ilmiah yang dapat digunakan sebagai bahan yang

⁴³ *Ibid.*

⁴⁴ P. Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2011), h. 87

⁴⁵ *Ibid.* h. 88

mendukung dalam melakukan penelitian. Misalnya buku Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015 dan buku-buku penunjang dalam ziarah kubur maupun ketenangan jiwa serta situs-situs internet.

3. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan alat pengumpulan data berupa wawancara dan observasi terhadap subjek penelitian.

a. Wawancara

Wawancara adalah sebuah proses interaksi komunikasi yang dilakukan oleh setidaknya dua orang, atas dasar ketersediaan dan dalam setting alamiah, di mana arah pembicaraan mengacu kepada tujuan yang telah ditetapkan dengan mengedepankan trust sebagai landasan utama dalam proses memahami.⁴⁶

Penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur karena lebih tepat dilakukan pada penelitian kualitatif karena peneliti diberi kebebasan sebebas-bebasnya dalam bertanya dan memiliki kebebasan dalam mengatur alur dan setting wawancara. Beberapa ciri dari wawancara semi terstruktur yaitu : pertanyaan terbuka, namun ada batasan tema dan alur pembicaraan;

⁴⁶ Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups*, (Jakarta : Rajawali Pres, 2013), h. 31

kecepatan wawancara dapat diprediksi; fleksibel tapi terkontrol (dalam pertanyaan atau jawaban); ada pedoman wawancara (*guideline interview*) yang dijadikan patokan dalam membuat pertanyaan wawancara yang disesuaikan dengan tema-tema yang telah dibuat.⁴⁷ Adapun yang akan diberikan wawancara dalam penelitian ini adalah peziarah makam Sunan Kudus, Pengurus makam Sunan Kudus, pedangan sekitar dan warga sekitar.

b. Observasi

Observasi berasal dari bahasa latin yang berarti memperhatikan dan mengikuti. Memperhatikan dan mengikuti dalam arti mengamati dengan teliti dan sistematis sasaran perilaku yang dituju. Observasi ialah suatu kegiatan mencari data yang dapat digunakan untuk memberikan suatu kesimpulan atau diagnosis. Jadi, inti dari observasi adalah perilaku yang tampak dan adanya tujuan yang ingin dicapai.⁴⁸

Ada dua jenis observasi dalam penelitian yaitu *observasi partisipatif* (pengamatan terlibat) dan *observasi Non Partisipatif* (pengamatan tidak terlibat). Penelitian ini hanya menggunakan observasi *partisipatif* yaitu peneliti ikut aktif berpartisipasi pada aktivitas dalam

⁴⁷ *Ibid.* h. 69-71

⁴⁸ Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*, (Jakarta : Penerbit Salemba Humanika, 2012), Cet.3, h. 131

segala bentuk yang sedang diselidiki⁴⁹ yaitu para peziarah makam Sunan Kudus.

Menurut Spradley dalam observasi ada 3 tahapan, yaitu :

1. Observasi deskriptif

Pada tahap ini peneliti belum membawa masalah yang akan diteliti sehingga peneliti melakukan penjelajahan umum dan menyeluruh, melakukan deskripsi terhadap semua yang dilihat, didengar, dan dirasakan. Semua data direkam akibatnya hasil observasi disimpulkan dalam keadaan yang belum tertata (kesimpulan pertama).⁵⁰

2. Observasi terfokus

Pada tahap ini peneliti sudah melakukan penyempitan observasi untuk difokuskan pada aspek tertentu. Observasi ini disebut observasi terfokus karena pada tahap ini peneliti melakukan analisis taksonomi sehingga menemukan fokus.⁵¹

3. Observasi terseleksi

Pada tahap ini, peneliti telah menguraikan fokus yang ditemukan sehingga datanya lebih rinci. Pada tahap ini, peneliti telah menemukan

⁴⁹ P. Joko Subagyo, *op. cit.*, h. 63-64

⁵⁰ Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alabeta, 2012), h. 69

⁵¹ *Ibid.* h. 70

karakteristik, persamaan atau perbedaan, kesamaan antar kategori, serta menemukan pola hubungan antara satu kategori dengan kategori yang lain.⁵²

c. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data dengan metode dokumentasi adalah cara mencari data atau informasi dari buku-buku, catatan, transkrip, surat kabar, majalah, agenda, dll.⁵³ Penggunaan dokumentasi sebagai upaya untuk menunjang data-data yang telah didapatkan melalui wawancara dan observasi. Di sini penulis mengambil foto-foto yang berkaitan dengan tradisi ziarah dan ketenangan jiwa. Serta mengadopsi foto-foto dari majalah/buku dari Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015.

4. Metode Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan

⁵² *Ibid.* h. 71

⁵³ Jusuf Soewandji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta, Mitra Wacana Media, 2012), h. 149

membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain.⁵⁴

Adapun teknik analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data-data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.⁵⁵

F. Sistematika Penulisan

Untuk memperoleh gambaran tentang skripsi secara keseluruhan, penulis sajikan sistematika penulisan skripsi dalam pembagian lima bab yaitu sebagai berikut:

1. Bagian Muka

Pada bagian ini memuat halaman judul, abstrak penelitian, persetujuan pembimbing, pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, dan daftar lampiran.

2. Bagian Isi

Bagian isi terdiri dari beberapa bab, yang masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab dengan susunan sebagai berikut: Bab I Pendahuluan, Pada bab ini memaparkan tentang latar belakang masalah, pokok permasalahan, tujuan penulisan skripsi, tinjauan pustaka, metode penulisan skripsi, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II Tradisi ziarah dan Ketenangan Jiwa. Bab ini menguraikan mengenai tradisi ziarah yang meliputi

⁵⁴ *Ibid.* hlm. 89

⁵⁵ Lexy Moleong, *op. cit.*, hlm.3

pengertian tradisi, pengertian ziarah kubur, hadits ziarah kubur, tata cara dalam ziarah kubur, hal-hal yang bersinggungan dengan ziarah kubur, dan hikmah berziarah kubur. Selanjutnya diuraikan mengenai ketenangan jiwa yang meliputi pengertian ketenangan jiwa, hakikat ketenangan jiwa, faktor-faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa, dan langkah-langkah penenang jiwa. Selanjutnya menguraikan hubungan tradisi ziarah dan ketenangan jiwa.

Selanjutnya Bab III, dalam bab ini akan diuraikan mengenai gambaran umum lokasi ziarah makam Sunan Kudus. Meliputi biografi Sunan Kudus, peninggalan bersejarah Sunan Kudus, dakwah/tablig Sunan Kudus, peran pengurus makam Sunan Kudus, dan karakteristik peziarah makam Sunan Kudus.

Kemudian bab IV membahas tentang hasil-hasil dari penelitian beserta analisis penelitiannya. Pada bab ini diuraikan mengenai, tradisi ziarah, ketenangan jiwa para peziarah, dan ziarah dapat menenangkan jiwa.

Terakhir Bab V Mengenai Penutup. Bab ini dijelaskan mengenai kesimpulan dan saran-saran

3. Bagian Akhir

Pada bagian ini berisi tentang daftar pustaka dan lampiran-lampiran.

BAB II

TRADISI ZIARAH DAN KETENANGAN JIWA

A. Tradisi Ziarah Kubur

1. Pengertian Tradisi

Kata tradisi berasal dari kata bahasa Indonesia yang berarti adat kebiasaan turun-temurun (dari nenek moyang) yang masih dijalankan di masyarakat; penilaian atau anggapan bahwa cara-cara yang telah ada merupakan yang paling baik dan benar.¹

Sedangkan dalam bahasa latin, kata tradisi sering dikenal dengan *traditio* yang berarti diteruskan atau kebiasaan, dalam pengertian yang paling sederhana adalah sesuatu yang telah dilakukan untuk sejak lama dan menjadi bagian dari kehidupan suatu kelompok masyarakat, biasanya dari suatu negara, kebudayaan, waktu, atau agama yang sama. Hal yang paling mendasar dari tradisi adalah adanya informasi yang diteruskan dari generasi ke generasi baik tertulis maupun (sering kali) lisan, karena tanpa adanya ini, suatu tradisi dapat punah.²

¹ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *op. cit.*, h. 1543

² <https://id.wikipedia.org/wiki/Tradisi> diunduh pada tanggal 11 April 2017 pukul 22.00 WIB

2. Pengertian Ziarah Kubur

Kalimat ziarah kubur sangat dikenal oleh masyarakat. Kata “Ziarah Kubur” terdiri dari 2 kata, yaitu ziarah dan kubur. Ziarah berasal dari bahasa Indonesia yang berarti kunjungan ke tempat yang dianggap keramat (atau mulia, makam, dsb). Sedangkan berziarah adalah berkunjung ke tempat yang dianggap keramat atau mulia (makam dsb) untuk berkirim doa.³ Kata ziarah juga diserap dari bahasa Arab yaitu زَارَ - زِيَارَةٌ وَمَزَارًا⁴ berarti mengunjungi.⁴ Secara harfiah, kata ini berarti kunjungan, baik kepada orang yang masih hidup atau yang sudah meninggal. Sedangkan secara teknis, kata ini menunjuk pada serangkaian aktivitas mengunjungi makam tertentu, seperti makam Nabi, sahabat, wali, pahlawan, orang tua, kerabat, dan lain-lain.⁵ Demikian juga kata kubur diserap dari bahasa Arab القَبْرِ (ج فَبُور) yang artinya makam, kuburan.⁶ Sedangkan dalam bahasa Indonesia kubur artinya lubang di tanah untuk menanamkan mayat; (tanah) tempat menanamkan mayat; makam. Sedangkan kuburan adalah tanah tempat menguburkan mayat; makam.⁷

³ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *op. cit.*, h. 1632

⁴ A.W. Munawir, *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, (Surabaya : Pustaka. Progressif, 1997), h. 592

⁵ Purwadi dkk, *Jejak Para Wali dan Ziarah Spiritual*, (Jakarta : Penerbit Buku Kompas, 2006), h. 3

⁶ A.W. Munawir, *op. cit.*, h. 1085

⁷ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *op. cit.*, h. 766

Ada juga yang berpendapat bahwa ziarah artinya datang untuk bertemu dan kubur artinya tempat untuk menguburkan manusia. Dengan demikian ziarah kubur adalah mendatangi / menziarahi seseorang yang telah dikuburkan, dikebumikan atau disemayamkan dalam kubur.⁸

Dalam syari'at Islam, ziarah kubur itu bukan sekedar menengok kubur bukan pula sekedar tahu dan mengerti dimana ia di kubur, atau untuk mengetahui keadaan kubur atau makam, akan tetapi kedatangan seorang ke kubur adalah dengan maksud untuk mendoakan kepada yang di kubur muslim dan mengirim pahala untuknya atas bacaan ayat-ayat al-Quran dan kalimat-kalimat *Tayyibah* seperti *tahlil*, *tahmid*, *tasbih*, *shalawat* dan lainnya.⁹

Banyak masyarakat Indonesia yang melakukan ziarah ke tempat-tempat orang-orang sholeh atau seorang wali. Dalam pengertiannya wali adalah (jamaknya *awliya*) yaitu orang yang dianggap dekat dan bersahabat dengan Allah (akar kata Arab WLY, dekat). Dalam buku *Kasyf al-Mahjub* yang ditulis pada abad ke-11, al-Hujwiri menyebutkan ayat-ayat al-Qur'an yang dijadikan acuan oleh tradisi mistis Islam untuk mengembangkan konsep kesucian khas Islam itu “*Sesungguhnya wali-wali Allah itu, tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati*”

⁸ M. Hanif Muslih, *Kesahihan Dalil Ziarah Kubur*, (Semarang : Ar-Ridha, 1998), h. 7

⁹ M. Afnan Chafidh dan A. Ma'ruf Asrori, *op. cit*, h. 230

(10:63); “Allah pelindung (wali) orang-orang yang beriman” (2:258).¹⁰

Data historis menunjukkan, praktik ziarah ke makam sudah ada sejak sebelum Islam datang, namun bobotnya dilebih-lebihkan, sehingga di masa awal Islam (610-622), Nabi Muhammad melarangnya. Seiring dengan perkembangan Islam yang dibarengi dengan pemahaman yang cukup, maka tradisi ziarah dihidupkan kembali, bahkan dianjurkan oleh Nabi, karena hal tersebut dapat mengingatkan kepada hari akhir, sehingga diharapkan pelakunya dapat melakukan kontrol diri.

3. Hadits Ziarah Kubur

Banyak hadits yang menganjurkan untuk melakukan ziarah kubur, diantaranya hadits Nabi Muhammad yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah r.a., dia mengatakan,

زَارَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَبْرَ أُمِّهِ فَبَكَى وَأَبَكَى مِنْ حَوْلِهِ ، فَقَالَ :
إِسْتَأْذَنْتُ رَبِّي فِي أَنْ أَسْتَعْفِفَ لَهَا ، فَلَمْ يَأْذَنْ لِي ، وَاسْتَأْذَنْتُهُ فِي أَنْ أَزُورَ قَبْرَهَا
فَأْذَنَ لِي ، فَزُورُوا الْقُبُورَ فَإِنَّهَا تُذَكِّرُ الْمَوْتَ .

Artinya : “Nabi Saw, pernah menziarahi kuburan ibunya, lalu beliau Saw menangis sehingga membuat orang-orang di sekitarnya (ikut) menangis. Beliau bersabda, ‘Aku minta izin kepada Rabbku untuk memohonkan ampun untuknya (ibu

¹⁰ Henri Chambert-Loir dan Claude Guillot, *Ziarah dan Wali di Dunia Islam*, (Jakarta : PT Serambi Ilmu Semesta, 2007), h. 394

beliau), namun Dia tidak memberikan izin. Dan aku meminta izin untuk menziarahi kuburnya, maka Allah memberikan izin kepadaku. Maka hendaklah kalian menziarahi kubur, karena ziarah kubur itu akan mengingatkan kematian’.” Diriwayatkan oleh Muslim dan lainnya. Kedudukan Hadits Shahih¹¹

Dari Ibnu Buraidah, dari bapaknya, dia mengatakan, Rasulullah Saw bersabda,

قَدْ كُنْتُ نَهَيْتُكُمْ عَنْ زِيَارَةِ الْقُبُورِ ، فَقَدْ أُذِنَ لِمُحَمَّدٍ فِي زِيَارَةِ قَبْرِ أُمِّهِ فَزُورُوهَا ، فَإِنَّهَا تُذَكِّرُ الْآخِرَةَ .

Artinya : “Sungguh aku dulu melarang kalian dari ziarah kubur, maka sungguh Muhammad telah diizinkan menziarahi kubur ibunya, maka ziarahilah kubur, karena sesungguhnya ziarah kubur itu mengingatkan akhirat.” Diriwayatkan oleh at-Tirmidzi, beliau mengatakan, “Hadits hasan shahih.”¹²

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَزُهَيْرُ بْنُ حَرْبٍ قَالَا : حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ عُبَيْدٍ عَنْ يَزِيدَ بْنِ كَيْسَانَ ، عَنْ أَبِي حَازِمٍ ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ : زَارَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَبْرَ أُمِّهِ : فَبَكَى وَأَبَكَى مِنْ حَوْلِهِ فَقَالَ : ((اسْتَأْذَنْتُ رَبِّي فِي أَنْ أَسْتَعْفِرَ لَهَا فَلَمْ يُؤْذَنْ لِي ، وَاسْتَأْذَنْتُهُ فِي أَنْ أُزُورَ قَبْرَهَا فَأُذِنَ لِي ، فَزُورُوا الْقُبُورَ ، فَإِنَّهَا تُذَكِّرُ كُمْ الْمَوْتَ))

Artinya : Telah menceritakan kepada kami Abu Bakar bin Abu Syaibah dan Zuhair bin Harb menyampaikan kepada kami dari Muhammad bin Ubaid, dari Yazid bin Kaisan, dari Abu

¹¹ Syaikh Muhammad Nashiruddin al-Albani, *Shahih At-Tarhib Wa At-Tarhib* (6) *Hadits-hadits Shahih tentang Anjuran dan Janji Pahala, Ancaman dan Dosa*, diterjemahkan dari “Shahih at-Tarhib wa at-Tarhib” oleh Izzudin Karimi, dkk, (Jakarta : Darul Haq, 2012), cet. 2, h. 278

¹² *Ibid*, h. 279

Hazim bahwa Abu Hurairah berkata, “Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam pernah menziarahi kubur ibunya. Lalu beliau menangis sehingga dan orang-orang di sekeliling beliau pun ikut menangis. Beliau berkata, ‘Aku pernah meminta izin kepada Rabbku agar aku diperkenankan memintakan ampunan untuk ibuku, namun tidak diizinkan. Kemudian aku meminta izin untuk menziarahi kuburnya, Dia pun mengizinkan. Berziarah kuburlah! karena ia bisa mengingatkan pada kematian.”¹³

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَمُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ نُمَيْرٍ وَمُحَمَّدُ بْنُ الْمُنْثَرِيِّ
 – وَاللَّفْظُ لِأَبِي بَكْرٍ وَابْنِ نُمَيْرٍ – قَالُوا : حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ فُضَيْلٍ عَنْ أَبِي
 سِنَانٍ وَهُوَ ضِرَارُ بْنُ مَرْثَةَ ، عَنْ مُحَرِّبِ بْنِ دَثَارٍ ، عَنْ ابْنِ بُرَيْدَةَ ، عَنْ أَبِيهِ
 قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : ((كُنْتُ نَهَيْتُكُمْ عَنْ زِيَارَةِ الْقُبْرِ
 ، فَزُورُوهَا ، وَنَهَيْتُكُمْ عَنْ لُحُومِ الْأَصْحَابِيِّ فَوْقَ ثَلَاثِ ، فَأَمْسِكُوا مَا بَدَأَ
 لَكُمْ ، وَنَيْتُكُمْ عَنِ النَّبِيِّ إِلَّا فِي سِقَاءٍ ، فَاشْرَبُوا فِي الْأَسْقِيَةِ كُلِّهَا ، وَلَا
 تَشْرَبُوا مُسْكِرًا)) [انظر : ٥١٠٤ ، ٥٢٠٧]

قَالَ ابْنُ نُمَيْرٍ فِي رِوَايَةٍ : عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ بُرَيْدَةَ ، عَنْ أَبِيهِ

Artinya : Abu Bakar bin Abu Syaibah, Muhammad bin Abdullah bin Numair, dan Muhammad bin al-Mutsanna menyampaikan kepada kami – lafaz milik Abu Bakar dan Ibnu Numair – dari Muhammad bin Fudhail, dari Abu Sinan, Dhinar bin Murrah, dari Muharib bin Ditsar, dari Ibnu Buraidah, dari ayahnya bahwa Rasulullah saw. bersabda, “Aku pernah melarang kalian menziarahi kuburan. Namun sekarang, berziarahlah. Aku juga pernah melarang kalian menyimpan daging kurban di atas tiga hari. Namun sekarang, simpanlah sesuai kebutuhan kalian. Aku pun pernah melarang kalian membuat nabidz kecuali di bejana air dari kulit.

¹³ Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairi an-Naisaburi, *Ensiklopedia Hadits 3 ; Shahih Muslim 1*, diterjemahkan oleh Ferdinand Hasmand dkk, (Jakarta : Almahira, 2012), h. 442

Namun sekarang, minumlah nabadz dari segala macam tempat penyimpanan air. Dan janganlah minum yang memabukkan!” (lihat hadits no. 5104 dan 5207). Ibnu Numair menyebutkan dalam riwayatnya, “Dari Abdullah bin Buraidah, dari ayahnya.”¹⁴

عن بُرَيْدَةَ ، رضي الله عنه ، قال : قال رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : ((كُنْتُ نَهَيْتُكُمْ عَنْ زِيَارَةِ الْقُبُورِ فَزُورُوهَا)) رواه مسلم.

Artinya : *Dari Buraidah ra., berkata : Rasulullah saw. bersabda : “Tadinya aku melarang kalian untuk berziarah kubur, tetapi sekarang berziarahlah kalian!”* (HR. Muslim)¹⁵

4. Tata Cara dalam Ziarah Kubur

Adapun tata cara dalam berziarah kubur adalah sebagai berikut:

- a. Hendaklah berwudlu dahulu sebelum menuju ke makam untuk berziarah
- b. Setelah seorang peziarah sampai ke kubur, hendaklah memberi salam serta mendoakannya.
- c. Ketika sampai pada makam yang dituju, kemudian menghadap ke arah muka mayit (menghadap ke arah timur), seraya mengucapkan salam khusus (kepada si mayit : kepada ayah atau ibu atau seseorang)
- d. Sesudah mengucapkan salam tersebut, dilanjutkan dengan berdo'a, dengan membaca doa ketika masuk areal pemakaman maka ia dimintakan ampunan (*maghfirah*)

¹⁴ *Ibid*, h. 442-443

¹⁵ Imam Nawawi, *Riyadhus Shalihin : Perjalanan Menuju Taman Surga*, diterjemahkan dari Riyadhus Shalihin oleh Zenal Mutaqin dkk, (Surabaya : Jabal, 2013), Cet. 6, h. 227

oleh semua orang mukmin yang telah meninggal sejak Nabi Adam.

- e. Bacalah ayat-ayat (surat-surat) dari al-Qur'an, seperti membaca surat Yasin, Ayat kursi atau membaca Tahlil dan lain-lain.
 - f. Setelah itu, berdo'a yang dimaksud, bukanlah minta kepada kuburan, tetapi memohon kepada Allah untuk mendo'akan dirinya sendiri dan yang diziarahi. Atau bila ziarah ke makam wali dan ulama, berdoa untuk dirinya dengan *wasilah* (perantaraan) para wali dan ulama, dengan harapan doanya mudah terkabul berkat wasilah kepada para kekasih Allah tersebut.
 - g. Dalam berziarah, hendaknya dilakukan dengan penuh hormat dan *khidmat* serta *khusyu'* (tenang).
 - h. Hendaklah dalam hati ada ingatan bahwa aku pasti akan mengalami seperti dia (mati).
 - i. Hendaklah tidak duduk di nisan kubur dan melintasi di atasnya, karena hal itu merupakan perbuatan *idza'* (menyakitkan) terhadap mayit.¹⁶
5. Hal-hal Yang Bersinggungan dengan Ziarah Kubur
- a. Membaca al-Qur'an, dzikir, tahlil

Istilah tahlil berasal dari bahasa Arab "*Tahlil*" yang berarti membaca *La illaha illallah*. Tahlil pada umumnya membaca serangkaian kalimat yang terdiri dari :

¹⁶ *Ibid.* h. 231-235

- 1) Ayat-ayat al-Qur'an (biasanya terdiri dari : Surat Al-Fatihah, surat Al-Ikhlâs, Surat Al-Falaq, Surat An-Nass, kemudian awal surat Al-Baqarah, ayat Kursi dan dua atau tiga ayat-ayat surat Al-Baqarah)
 - 2) Shalawat kepada Nabi Muhammad s.a.w. dengan sighah / bentuknya yang tidak dibakukan.
 - 3) Dzikir / tahlil (bacaan *La Ilaha Illallah*, dan sering kali ditambah dengan bacaan *Ya Allah Ya Rahim*, atau *Ya Rahmanu Ya Rahim*).
 - 4) *Tasbih* dan *tahmid* (membaca *Subhanallah wa Bihamdihî Subhanallahî al-'Adhim*, atau kalimat lain yang searti)
 - 5) *Istighfar* (memohon ampun kepada Allah, untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain, baik yang masih hidup maupun yang sudah meninggal).
 - 6) Do'a, sesuai dengan tujuan masing-masing individu.¹⁷
- b. Tawassul

Salah satu pilar keyakinan yang dimiliki umat Islam adalah tawassul, yang merupakan cara meringankan beban perasaan dalam hati. Keyakinan terhadap tawassul bahwa para hamba-hamba terdekat dengan Tuhan atau kekasih-Nya, dapat membantu seseorang menghasilkan kesadaran bahwa segala sesuatu yang terjadi di alam semesta ini hanyalah kehendak Allah Swt (*tauhid af'ali*)

¹⁷ Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit*, h. 237-238

dan para wali-Nya merupakan perantara-Nya dalam mencurahkan rahmat dan karunia.¹⁸

Bertawasul dapat menguatkan ketawakalan (penyerahan diri kepada Allah Swt) individu. Selain itu, permohonan mereka juga niscaya didengar Tuhan, dan dapat memberikan syafaat dengan seizin-Nya. Oleh karena itu, saat sedang berada dalam kesusahan, disarankan untuk bertawasul kepada mereka (para kekasih Allah Swt). Dalam pada itu, mereka adalah agensi bagi tercurahnya rahmat dari sisi Allah Swt. Fakta didukung banyak bukti yang tak terbantahkan. Sudah banyak hama-hamba Allah Swt yang bersimpuh lalu mengadu kepada mereka mendapatkan pertolongan dan hajat-hajatnya terpenuhi. Bertawasul dapat menguatkan ketawakalan (penyerahan diri kepada Allah Swt) individu.¹⁹

Dengan menjalin hubungan dengan wali-wali Allah Swt yang punya kedudukan tinggi di sisi-Nya, serta memiliki pengaruh dalam mekanisme alam semesta, jiwa individu akan merasa tenang dan tidak kesepian.²⁰

Rasulullah Saw sering berdoa, sebagaimana disebutkan dalam hadis yang mutawatir, “*Allahuma inni as'aluka bihaqqis-sa'ilin*” atau artinya, Ya Allah, aku

¹⁸ Ishaq Husaini Kuhsari, *Al-qur'an dan Tekanan Jiwa, : Diagnosis Problem Kejiwaan Manusia Modern dan Solusi Qur'ani dalam Mengatasi dan Menyembuhkan*. (Jakarta : Sadra Pres, 2012), h. 192

¹⁹ *Ibid.*

²⁰ *Ibid.*

mohon kepadamu dengan haknya orang-orang yang ahli meminta kepadamu. Ini termasuk kalimat tawassul.²¹

Tawassul itu menunjukkan kerendahan hati seseorang. Ini dilakukan orang yang banyak amalnya tapi menganggap amalnya di sisi Allah masih kurang dan masih banyak dosanya. Tawassul itu mendidik seseorang menghilangkan sifat egois. Meski seseorang itu banyak amalnya, tetap menggandeng orang yang saleh di sisi Allah. Bukan meminta kepada orang-orang tersebut, tetapi hakikatnya tetap minta kepada Allah dengan ditemani orang saleh itu.²²

Posisi tawassul adalah memberi pengaruh terhadap pribadi si peminta. Kalau seseorang kebetulan sedang sakit, hanya bisa berjalan bertatih-tatih, tawassul tersebut membantunya dalam berjalan, sehingga ia bisa berjalan lebih cepat dibandingkan kalau jalan sendiri.

Masalah kemusyrikan dalam bertawassul ini, bagi orang yang mengerti dan memiliki tauhid yang kuat ia tidak akan mengalami kesulitan, sebab ada koridornya. Orang awam atau anak kecil pun tahu, yang didatangi itu orang mati. Bukan Tuhan. Ini menunjukkan tidak syirik. Yang perlu dijaga, jangan sampai *ta'aluq* (tergantung) kepada orang yang diziarahi, seolah-olah kubur tersebut

²¹ Mehdy Zidane (ed.), *Nasehat Spiritual Mengenal Tarekat ala Habib Luthfi bin Yahya*, (Bekasi : Hayat Publishing, 2009) cet. 4, h. 188

²² *Ibid*, h. 188-189

memberi *atsar* (manfaat) kepada seseorang, itu yang tidak dibenarkan.

Jadi, melakukan ziarah kepada Wali Allah swt semata-mata minta dibimbing dan dituntun oleh orang-orang yang dekat kepada Allah swt. baik itu yang masih hidup, maupun yang sudah meninggal.²³

c. Tabarruk / ngalap berkah

Masalah *tabarruk* sudah berlangsung sejak zaman Rasulullah saw. banyak diantara para sahabat yang ngalap barokah dari berbagai macam hal yang berasal dari Nabi saw. seperti bekas air wudlu Nabi saw., pakaian yang pernah dipakai beliau, tempat yang pernah beliau disinggahi, juga rambut beliau yang terlepas atau dipotong (waktu *tahallul* umpamanya). Hadits-hadits yang menceritakannya banyak sekali, seperti yang diriwayatkan oleh Imam Imam Muslim, bahwa Asma' binti Abi Bakar (dalam kitab *Al-Libas waz-Zinah*) bercerita bahwa ia pernah mencuci jubah yang pernah dipakai Rasulullah saw. Jubah tersebut berada di tempat 'Aisyah r.a. dan air bekas cucian jubah tersebut digunakan untuk pengobatan/penyembuhan orang-orang yang sakit, dan ternyata orang-orang yang sakit tersebut sembuh.²⁴

²³ Tim Majelis Khoir, *Habib Luthfi bin Yahya Menjawab keluh kesah Umat*, (Malang : Majelis Khoir Publishing, 2012) h. 128

²⁴ Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit.*, h. 285-286

Kecintaan dan penghormatan kepada Wali (*auliya'*) tersebut lebih didasarkan pada alasan yang berdimensi spiritual, seperti sikap dan prilakunya yang tampil sederhana, ibadahnya yang sangat tekun di atas rata-rata masyarakat umum, penampilannya yang santun, *zuhud* dan *wara'* (menjauhi perilaku tercela), tidak mempunyai pamrih kepada siapapun dalam hal materi, suka membimbing masyarakat dalam kehidupan rohani dan keagamaan, mempunyai kelebihan – kelebihan seperti karomahnya dan kemampuan melihat sesuatu yang tidak bisa diketahui orang lain.²⁵

Kalau berziarah kepada aulia, para wali, jangan lupa, yang utama adalah belajar mengoreksi diri atau instropeksi diri sendiri. *Pertama*, seseorang patut merenung tentang pemilik makam yang ia ziarahi. Meski sudah dikubur, beliau tetap mendapat kehormatan dari keluarga, para murid, serta umat Islam, dikunjungi dan didoakan. *Kedua*, seseorang harus ingat, ketika melihat makam tersebut, ia juga sadar bahwa nantinya ia pun akan menemui ajal, sebagaimana pemilik makam tersebut. Jadi, yang terpenting adalah, apakah sudah menyiapkan bekal untuk menuju alam akhirat. Dan, apakah bekalnya sudah

²⁵ *Ibid.* h. 288

cukup untuk menghadapi pertanyaan malaikat serta timbangan amal di akhirat nanti.²⁶

Ketika di makam, bacalah al-Qur'an, dzikrullah, dan shalawat. Pahala-pahala bacaan itu semoga menjadi penyebab turunnya rahmat dari Allah swt. Diharapkan, pahala bacaan itu akan menambah pahala kepada orang yang diziarahi, dan nantinya akan mengalirkan pahala kepada yang menziarahinya. Itulah di antaranya hikmah yang dapat dipetik dari ngalap berkah di makam para wali.²⁷

Adapun individu mulia dapat dijadikan alat bertabarak karena diyakini mempunyai keutamaan dan kedekatan dengan Allah Swt. Meskipun demikian, tetap diyakini bahwa mereka tidak dapat menarik manfaat atau menolak madarat kecuali dengan izin Allah Swt.²⁸

d. Mengingat mati

Yang dimaksud ingat mati adalah berpikrnya hati dan menghadirkan hati ketika ingat mati dengan lisan, bagaimana keadaannya nanti ketika menghadapi kematian dan sekaratnya, serta menghadapi kenyataan-kenyataan perkara-perkara akhirat. Dan berfikir bagaimana akhir

²⁶ Mehdy Zidane (ed.), *op. cit.*, h. 173

²⁷ *Ibid.*

²⁸ Muhammad Al-Maliki Al-Hasani, *Meluruskan Kesalahpahaman Keistimewaan Rasulullah : Hakikat Nubuwwah, Hakikat Basyariyyah, dan tabaruk* diterjemahkan oleh Tarmana Abdul Qosim dari "Mafahim Yajib An Tushahhah", (Bandung : PT Remaja Rosdaka, 2002) cet. 2, h. 51

hidupnya (apakah *husnul khotimah* atau *suul khotimah*). Dan bagaimana keadaan teman-teman dan sahabat-sahabatnya ketika mati, dan kemana di kembalikan (ke surga atau neraka). Dan yang sejenis itu dari pikiran-pikiran dan ingatan-ingatan yang bermanfaat bagi hatinya.

29

Di dalam memperbanyak ingat mati, merasa dekat datangnya kematian terdapat faidah yang agung, manfaat yang banyak. Diantaranya adalah *zuhud* di dunia (hatinya tidak tergiur dunia), *qona'ah* (menerima) sesuatu yang sedikit dari dunia, selalu beristiqomah melakukan amal kebaikan yang merupakan bekal akhirat, menjauhi kejelekan, dan bersegera melakukan taubat kepada Allah dari segala amal kejelekan bila ia melakukannya.³⁰

Justru orang yang benar-benar takut kepada kematian, akan memperbaiki dirinya sendiri, memfokuskan diri untuk bertaubat, beribadah, bermunajat kepada Allah swt. Agar disaat dipanggil keharibaan Allah swt, ia meninggalkan dunia fana ini dengan khusnul khotimah.

²⁹ Muhammad bin Alwi Al-Maliki Al Hasani, *Fiqh Kubur : Kupas Tuntas Amalan-Amalan Yang Berkaitan Dengan Kubur di tinjau dari perspektif Al-Qur'an dan Hadits* diterjemahkan oleh M. Sholehuddin dan Shofwan dari "Tahqiqul Amal Yanfau' Lil mayit Minal A'mal", (Jombang : Darul Hikmah, 2008), h. 124

³⁰ *Ibid.* h. 130

Jadi, orang yang takut mati itu seharusnya bisa mengubah dirinya dalam segala hal agar menjadi lebih baik dan justru menjauhkan dari sifat putus asa. Yang tadinya malas bekerja, jadi semangat bekerja, karena hasil kerjanya nanti diniatkan untuk beribadah, menambah amal sholeh, seperti menyantuni anak yatim dan fakir miskin, sebagaimana yang diperintahkan oleh Allah swt.

Lalu yang tadinya senang terhadap perbuatan maksiat, menarik diri, agar dosa yang membebaninya tidak bertambah. Kemudian ia berupaya untuk bertaubat kepada Allah swt. Agar pada saat kematian tiba, ia mengakhiri hidup dengan khusnul khotimah dan ruhnya membawa iman, Islam dan amal shaleh.³¹

6. Hikmah Ziarah Kubur

Di samping maksud utama ziarah kubur untuk mendo'akan terhadap mayit yang diziarahi agar mendapatkan *maghfiroh* (ampunan) dari Allah Swt., mendapatkan rahmat dan pahala, juga mengandung hikmat yang sangat bermanfaat bagi yang berziarah sendiri, di antaranya ialah :

1) Mengingatkan alam akhirat

Bahwa kelak di alam akhirat, manusia dibangunkan (dihidupkan) kembali oleh Allah Swt. untuk menerima keadilan dan balasan atas segala amal perbuatan manusia

³¹ Tim Majlis Khoir, *op. cit*, h. 187-188

semasa hidup di dunia, baik itu amal yang baik (saleh) yang dibalas dengan pahala, maupun amal yang buruk (jelek) yang akan dibalas dengan siksa (neraka), semuanya akan mendapat pembalasan yang seadil-adilnya.

2) Untuk dapat berzuhud terhadap dunia

Zuhud terhadap dunia yaitu meninggalkan dunia untuk berbakti kepada Allah swt., artinya orang jangan sampai terpicat hati dan pikirannya dengan tipu muslihat dunia, tetapi ia dapat menyalurkan harta benda yang diperolehnya dengan jalan yang halal untuk beramal saleh yang diridhai oleh Allah swt. seperti sedekah, infaq dan zakatkan tersebut itulah harta yang hakiki dan abadi, yang akan dapat diambil manfaatnya kelak di akhirat, sedang harta selain itu hanya titipan dan tidak akan dibawa saat ajal menjemput.

3) Untuk diambil suri tauladan

Setiap manusia pasti akan mengalami kematian, yang waktunya tidak seorangpun yang mengetahui kecuali Allah Swt. Oleh karena datangnya ajal yang tidak terduga tersebut, maka seharusnya seseorang menyiapkan sejak dini bekal yang akan dibawa bila ajal menjemput, bukan harta yang akan dibawa, tetapi amal-amal saleh yang akan dapat menolong.³²

³² Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit.*, h. 237-238

B. Ketenangan Jiwa

1. Pengertian Ketengan Jiwa

Ketenangan berasal dari kata “tenang” yang kemudian diberi imbuhan ke-an. Tenang dalam bahasa Indonesia berarti perasaan hati atau keadaan tidak gelisah; tidak rusuh; tidak kacau; tidak ribut; aman dan tenteram.³³ Sedangkan dalam bahasa Arab dikenal dengan **إِطْمَآنٌ** yang artinya tenang, tentram, aman, atau **السَّكِينُ** yang artinya yang tenang, atau **الطَّمَأْنِينَةُ** yang artinya kedamaian, ketenangan.³⁴

Sedangkan jiwa dalam bahasa Indonesia berarti roh manusia (yang ada di dalam tubuh dan menyebabkan seseorang hidup) atau nyawa; seluruh kehidupan batin manusia (yang terjadi dari perasaan, pikiran, angan-angan, dan sebagainya).³⁵ Kemudian jiwa dalam bahasa Arab dikenal dengan **النَّفْسُ** (**جَ أَنْفُسٌ وَنَفُوسٌ**) : **الرُّوْحُ** yang berarti jiwa, ruh.³⁶

Menurut al-Ghazali, kata *nafs* mengandung dua makna ganda, yaitu : *Pertama*, dimaksudkan berkolaborasinya kekuatan marah dan keinginan biologis (*syahwat*) pada diri manusia. Hematnya, pengertian inilah yang dipakai oleh para

³³ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *op. cit.* h. 1493

³⁴ A.W. Munawir, *op. cit.* h. 864

³⁵ Tim penyusun Kamus Pusat Bahasa, *op. cit.* h. 581

³⁶ A.W. Munawir, *op. cit.* h. 1446

ahli tasawuf. Dan nafsu itu adalah cakupan sifat-sifat tercela pada diri manusia. *Kedua*, suatu perasaan halus (*lathifah*), yaitu jiwa manusia dan substansinya, tetapi berbeda-beda sesuai dengan *ahwal* (kondisi-kondisi ruhani) masing-masing. Jika ia tunduk di bawah perintah dan jauh dari kegoncangan yang disebabkan nafsu syahwat disebut dengan *nafs muthmainah* (jiwa yang tentram). *Nafs* inilah yang merupakan hakikat manusia yang dapat mengetahui Allah dan seluruh yang diketahuinya. Jika ketundukannya tidak sempurna, hemat al-Ghazali, bahkan menjadi pendorong bagi nafsu syahwat dan memperlihatkan keinginan kepadanya, maka *nafs* itu dinamai dengan *nafs al-lawwamah*. Dan jika tunduk dan patuh terhadap tuntutan-tuntutan syahwat dan ajakan-ajakan syetan, *nafs* itu disebut dengan *nafs amarah*.³⁷

Kondisi jiwa seseorang di mana hawa nafsunya telah menjadi “Raja” diistilahkan sebagai jiwa yang dikuasai oleh “*Nafsu amarah*” (*nafs amarah bis-suu*), atau jiwa dengan nafsu jahat yang tidak mengakui kehambaan, bersifat pembangkang atau menolak kebenaran (yang hak). Dalam hal ini hati akan menjadi keruh, durhaka, dan tertutup, sedangkan akal akan menjadi tidak sehat, berpola pikir yang terhanyut

³⁷ Said Hawwa, *Pendidikan Spiritual*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), h. 30-31

dalam pengaruh hawa nafsu. Pintu masuk syethan telah terbuka lebar dan pintu masuk malaikat tertutup rapat.³⁸

Jika *nafs Ammarah* telah berkuasa dalam diri seseorang maka ia akan hidup dipenuhi oleh gejolak syahwat, memiliki hasrat yang besar terhadap kenikmatan-kenikmatan “dunia”, dan muncul perangai-perangai buruk dan jahat, egois, riya’, serakah, dan semacamnya. Hidupnya tidak pernah puas, lupa diri, lupa akhirat. Hati pun sering gelisah, bimbang, dan kecewa. Sungguh, sangat disayangkan karena kebahagiaan atau ketenangan bathinnya akan semakin jauh dari dirinya.³⁹ Allah telah berfirman dalam QS. AL-Mujadilah ayat 19 yang berbunyi :

أَسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ ۗ أُولَٰئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ ۗ

أَلَا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿١٩﴾ (سورة المجادلة : ١٩)

Artinya : “Syaitan telah menguasai mereka lalu menjadikan mereka lupa mengingat Allah; mereka Itulah golongan syaitan. ketahuilah, bahwa Sesungguhnya golongan syaitan Itulah golongan yang merugi.” (QS. Al-Mujadilah : 19)⁴⁰

Bersyukurlah bagi manusia yang memperoleh karunia dari Allah SWT. berupa sinar kesadaran untuk ingat atas keberadaan dirinya selaku hamba Allah yang harus dapat menjalani hidupnya di jalan yang lurus. Yaitu yang telah

³⁸ Joko Suharto Bin Matsnawi, *Menuju Ketenangan Jiwa*, (Jakarta : PT Rineka Cipta, 2007) h. 208

³⁹ *Ibid*, h. 209

⁴⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid X, h. 30

memperoleh kekuatan hati dan akal untuk melawan hawa nafsu atau yang telah dapat mencela atau mengkritik dirinya sendiri bila ia melakukan perbuatan-perbuatan dosa, sehingga nafsunya sudah tidak lagi dominan menguasai jiwanya.

Kondisi jiwa yang telah memiliki kesadaran sebagaimana tersebut, yaitu yang sifatnya selalu berubah-ubah. (*Nafsu Lawwamah*), atau jiwa yang mencela. Jiwa manusia dengan *Nafsu Lawwamah* memiliki sifat tidak stabil, kadang taat kadang khianat, kadang ingat kadang lupa. Suatu saat ia berbuat dosa, tetapi di saat lain ia akan sadar serta menyesali perbuatannya, ia akan mencela dirinya sendiri karena perbuatan itu.⁴¹ Allah berfirman dalam surah Asy-Syams ayat 8-10 yang berbunyi :

فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۖ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۖ وَقَدْ خَابَ مَنْ
دَسَّاهَا ﴿١٠ - ٨ سورة الشمس﴾

Artinya : “(8) Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. (9) Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu. (10) dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.” (QS. Asy-Syams : 8-10)⁴²

Jika Allah SWT. mengendaki kebaikan pada diri seseorang maka orang yang bersangkutan akan diberi pemahaman tentang nilai-nilai agama, dan atas kehendak Allah pula seseorang dapat memperoleh kekuatan hati dan

⁴¹ Joko Suharto Bin Matsnawi, *op. cit*, h. 209

⁴² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid X, hlm. 676

akal untuk mampu menaklukan hawa nafsunya. Jika seseorang telah mampu menaklukan hawa nafsunya berarti ia telah mampu membina jiwa yang takwa, yaitu jiwa yang tunduk berbakti kepada Ilahi. Dalam hal ini kekuatan hawa nafsunya sudah tidak lagi menguasai jiwanya, tetapi justru sebaliknya kekuatan hati nurani dan akal sehatnya telah mampu mengendalikan hawa nafsu pada dirinya. Ibarat api yang telah diperkecil dan mudah dikendalikan. Dalam keadaan ini pintu masuk malaikat akan terbuka lebar dan pintu masuk syaithan akan ditekan rapat, dan iblis pun mengakui bahwa ia tidak akan mampu untuk menyesatkannya.⁴³ Allah berfirman dalam Surah Shaad ayat 82-83 yang berbunyi :

قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿٨٢﴾ إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخَلَّصِينَ .

(سورة ص : ٨٢ - ٨٣)

Artinya : “(82) Iblis menjawab: "Demi kekuasaan Engkau aku akan menyesatkan mereka semuanya. (83) kecuali hamba-hamba-Mu yang disucikan di antara mereka.” (QS. Shaad : 82-83)⁴⁴

Manusia yang telah berada dalam kondisi jiwa seperti itu berarti dalam dirinya telah duduk *nafsu muthma-innah*, yaitu keadaan jiwa yang tenang. Dalam keadaan ini sifat-sifat *mazmumah* seperti iri dengki, dendam, buruk sangka, egois, tamak, sombong, dan semacamnya dapat disingkirkan dari

⁴³ Joko Suharto Bin Matsnawi, *op. cit.*, hlm. 210

⁴⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid VII, h. 395

dalam dirinya dan yang ada justru sifat-sifat mulia, seperti sabar, tawadhu, zuhud, maupun wara'. Dan, mengenai orang-orang yang seperti itu Allah telah berfirman, yang artinya : “*Mereka adalah orang-orang yang mendapat petunjuk dari Tuhannya dan mereka adalah orang-orang yang berbahagia.*” (Surah Luqman ayat 5).⁴⁵

Terbentuklah *nafsul muthmainnah* pada jiwa seseorang adalah karena didasari adanya keimanan yang total, yaitu tidak adanya keraguan sedikitpun dalam beragama. Dengan dasar keimanan yang lurus itu akan terbentuk sikap tawakkal ‘Alallah, berserah diri sepenuhnya kepada ketentuan Allah, menerima dengan ikhlas atas segala Qadha dan Qadar, tidak ada penampikkan maupun rasa kekecewaan. Hatinya ridha dan puas atas segala yang diterimanya, tidak muncul kegelisahan maupun pikiran waswas, tidak ada sesuatu pun yang membuat hatinya tergoyah, ia terima segalanya dengan kepasrahan, kepuasan, dan keridhaan karena ia rasakan semua itu sebagai anugerah atau nikmat dari Allah swt. Orang yang memiliki jiwa seperti ini akan mengenal arti kebahagiaan yang hak, sehingga hatinya akan selalu tenang dan jiwanya menjadi tenang.⁴⁶

⁴⁵ Joko Suharto Bin Matsnawi, *op. cit*, h. 210

⁴⁶ *Ibid.* h. 210-211

يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ﴿٢٨﴾

فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾ (سورة الفجر : ٢٧ - ٣٠)

Artinya : “(27) Hai jiwa yang tenang. (28) Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. (29) Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku. (30) masuklah ke dalam syurga-Ku.” (QS. Al-Fajr : 27-30)⁴⁷

2. Hakikat Ketenangan Jiwa

Ketengan jiwa sering disebut dengan kesehatan mental. Kesehatan mental merupakan terjemahan dari istilah *mental hygiene*. *Mental* (dari kata latin : *mens, mentis*) berarti jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat, sedangkan *hygiene* sering disebut dengan *psikohygiene*. *Psyche* (dari kata Yunani : *Psucho*) berarti napas, asas kehidupan, hidup, jiwa, roh, sukma, semangat.⁴⁸ Ada banyak definisi mengenai kesehatan mental, beberapa diantaranya adalah sebagai berikut :

Kesehatan mental (*mental hygiene*) adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur-prosedur untuk mempertinggi kesehatan rohani. Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan tentram.⁴⁹

⁴⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid X, h. 662

⁴⁸ Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 1*, (Yogyakarta : Kanisius, 2006), h. 22

⁴⁹ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 2010) h. 166

Sedangkan menurut Zakiah Daradjat, kesehatan mental mempunyai beberapa tingkatan definisi, mulai dari yang yang khusus sampai yang bersifat umum. Definisi itu antara lain :

Pertama, Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Menurut definisi ini, orang yang sehat mentalnya adalah orang yang terhindar dari segala gangguan dan penyakit jiwa.⁵⁰

Kedua, Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup. Didefinisikan ini lebih luas dan bersifat umum, karena dihubungkan dengan kehidupan secara keseluruhan. Kesanggupan untuk menyesuaikan diri itu akan membawa orang kepada kenikmatan hidup dan terhindar dari kecemasan, kegelisahan, dan ketidakpuasan. Disamping itu, ia penuh dengan semangat dan kebahagiaan dalam hidup.⁵¹

Ketiga, Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain; serta terhindar dari

⁵⁰ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta : PT Gunung Agung, 1982), cet. 9, h. 11

⁵¹ *Ibid*,

gangguan-gangguan dan penyakit jiwa. Definisi ini mendorong orang memperkembangkan dan memanfaatkan segala potensi yang ada. Jangan sampai ada bakat yang tidak bertumbuh dengan baik, atau digunakan dengan cara yang tidak membawa kepada kebahagiaan, yang mengganggu hak dan kepentingan orang lain.⁵²

Keempat, Kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Definisi ini menunjukkan bahwa fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, sikap jiwa, pandangan dan keyakinan hidup, harus dapat saling membantu dan bekerjasama satu sama lain, sehingga dapat dikatakan adanya keharmonisan, yang menjauhkan orang dari perasaan ragu dan bimbang, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentang batin (konflik).⁵³

Dari definisi-definisi di atas, maka hakekat kesehatan jiwa adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.⁵⁴

⁵² *Ibid*, h. 12

⁵³ *Ibid*, h. 13

⁵⁴ Moh. Sholeh dan Imam Musbikin, *op. cit*, h. 23-24

Kesimpulan ini mengisyaratkan bahwa pribadi yang sehat itu mempunyai tolok ukur, di antaranya : (1). Bebas dari gangguan dan penyakit kejiwaan. (2). Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. (3). Dapat merealisasikan berbagai potensi, seperti kemampuan, bakat, sikap, sifat, keterampilan, sehingga, menjadi benar-benar aktual dan bermanfaat.

Zakiah Daradjat menyimpulkan dan merumuskan tentang kesehatan mental tidak luput memasukan agama sebagai unsur terpadu dari psikologi. Ia menjelaskan : Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya; berlandaskan keimanan dan ketaqwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akherat. Dengan rumusan ini, kesehatan mental adalah suatu ilmu yang berkaitan dengan kesejahteraan dan kebahagiaan manusia, yang mencakup semua bidang hubungan dengan orang lain, dengan alam dan lingkungan serta dengan Tuhan.⁵⁵

Bila seseorang telah memiliki ketenangan jiwa maka akan diperoleh kebahagiaan yang begitu bernilai. Dalam menjalani hidup seseorang akan terasa tidak menemui masalah, segalanya menjadi terasa serba lancar dan

⁵⁵ *Ibid*, h. 25

memuaskan, sehingga tidak pernah muncul rasa kekecewaan. Simaklah beberapa kalimat di bawah ini yang menggambarkan buah kebahagiaan dari ketenangan jiwa,⁵⁶ yaitu :

- a. Dalam menjalani hidup tidak pernah merasa susah, tidak ada tekanan dalam bathinnya. Karena setiap perbuatan dilandasi dengan keikhlasan dan kebahagiaan.
- b. Selalu bersyukur, tidak muncul sikap-sikap penyesalan dalam kehidupannya.
- c. Hidup miskin pun ia tetap tenang dan bahagia, apalagi bila ia kaya. Karena hidup dilandasi dengan keimanan.
- d. Dalam keadaan sakit pun ia tetap bahagia, apalagi bila dalam sehatnya. Karena semua perberian Allah diterima dengan Qonaah, baik itu pemberian berupa sakit atau sehat.
- e. Jika dihina ia tetap bersabar dan tidak sakit hatinya, apalagi bila orang mengakui dan menghargainya. Karena dimatanya hinaan manusia tidak ada apa-apanya selagi selalu melakukan hal dengan benar.
- f. Ditinggal sendiri pun tidak akan sedih hatinya, apalagi bila masih banyak kerabat hidup disampingnya.
- g. Hidup dan mati sepenuhnya ia baktikan kepada Tuhannya. Karena hakikat hidup adalah untuk menyembah Allah dengan selalu menjalankan perintahNya dan menjauhi semua laranganNya.

⁵⁶ Joko Suharto Bin Matsnawi, *op. cit*, h. 212

h. Dan, Allah memanggilnya untuk masuk ke dalam surganya. Yaitu orang-orang yang berjalan diatas ketaqwaan dan keimanan serta yang berjiwa *nafs muthmainnah*.

Ketenangan jiwa juga bisa disebut bahagia. Bahagia adalah apabila kebaikan dan keikhlasannya lebih banyak, itu artinya sifat-sifat hawa nafsunya telah berganti dengan sifat-sifat ruhani. Sedangkan menderita adalah seseorang mengikuti hawa nafsunya maka yang terjadi adalah sebaliknya (sifat-sifat ruhaninya berganti dengan sifat-sifat hawa nafsunya).⁵⁷

Syekh syaqiq al-Balkhi berkata, “Tanda bahagia itu ada lima, kalbu yang lembut, banyak menangis (karena ingat akan dosa), zuhud dari keduniawian, tidak banyak angan-angan, dan memiliki rasa malu yang tinggi. Sebaliknya, tanda orang menderita ada lima, kalbu yang keras, kering air mata, cinta dunia, banyak angan-angan, dan sedikit malu.”⁵⁸

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketenangan Jiwa

Menurut Zakiah Daradjat ada enam kebutuhan jiwa di mana jika tidak terpenuhi akan mengalami ketegangan jiwa. Kebutuhan jiwa tersebut adalah:

⁵⁷ Syekh Abdul Qodir Al-jailani, *Sirrul-Asrar Rasaning rasa* diterjemahkan oleh Zezen ZA Bazul Asyhab dari “*Sirrul Asrar Wa Mazharul Anwar*”, (Tangerang : Penerbit Salima, 2013) cet. 2, h. 141

⁵⁸ *Ibid.* h. 150

a. Kebutuhan akan rasa kasih sayang

Rasa kasih sayang adalah kebutuhan jiwa yang paling pokok dalam hidup manusia. Setiap orang ingin merasa disayangi oleh orang tua, keluarga, dan kalau dapat oleh setiap orang yang dikenalnya. Apabila orang merasa tidak disenangi oleh masyarakat di mana ia hidup, ia akan merasa sedih dan gelisah.

Kasih sayang akan terpenuhi jika orang percaya kepada Tuhan dan dapat betul-betul meyakini bahwa Tuhan itu Maha Pengasih dan Penyayang kepada umatnya. Karenanya orang yang sungguh-sungguh percaya kepada Tuhan tidak akan pernah menjadi terganggu atau sakit jiwa, andaikata tidak mendapat kasih sayang dari orang atau masyarakat di mana ia hidup.⁵⁹

b. Kebutuhan akan rasa aman

Kebutuhan akan rasa aman itulah yang mendorong orang untuk berusaha mencari rezeki dan perlindungan. Itu pula yang menyebabkan orang bertindak keras dan kejam kepada orang yang disangkanya akan membahayakan dirinya atau akan merusak mata pencahariannya ataupun kedudukannya. Orang akan berusaha menghindarkan segala kemungkinan yang akan membawanya kepada kesusahan atau kehilangan rasa aman.

⁵⁹ Zakiah Daradjat, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta : PT Gunung Agung, 1983), Cet. 7, h. 36-37

Biasanya orang yang tidak ber-Tuhan atau yang kurang dapat memanfaatkan kepercayaannya kepada Tuhan, apabila ditimpa oleh bahaya atau bencana yang besar, maka ia akan kehilangan akal. Pada umumnya orang yang merasakan kehilangan rasa aman, akan mencurigai setiap orang. Tidak saja perbuatan yang kelihatannya menyerang, mengeritik dan menegur, yang dipandang sebagai ancaman, bahkan kadang-kadang perbuatan baik pun dipandang sebagai ancaman terhadap dirinya. Maka orang yang kehilangan rasa aman itu, akan menyingkirkan setiap orang yang dicurigainya, bahkan mungkin pula membunuhnya. Hidupnya tidak akan pernah tenang, selalu dipenuhi oleh ketakutan dan kecurigaan.

Tetapi lain halnya dengan orang yang percaya kepada Tuhan Yang Mahaesa. Mereka merasa selalu dilindungi oleh Tuhan dan dalam suasana dan keadaan bagaimanapun, mereka tidak merasa takut. Mereka yakin, bahwa tidak ada satu daya upaya dan tiada satu kekuatanpun yang akan mempengaruhi atau membinasakannya, kalau Tuhan tidak mengizinkan.

Mengingat kebutuhan jiwa akan rasa aman itu, maka perlu adanya kepercayaan kepada Tuhan, yang akan memberikan ketenangan jiwa. Kepercayaan tersebut akan menghindarkan orang dari perbuatan-perbuatan kejam, keji

dan penyelewengan, sehingga ia akan terhindar dari gangguan jiwa.⁶⁰

c. Kebutuhan akan rasa harga diri

Setiap orang membutuhkan rasa harga diri, ingin dihargai dan diperhatikan. Rasa kurang mendapatkan penghargaan itu adalah sangat sakit. Maka orang yang merasa kurang dihargai, dihina atau dipandang rendah oleh orang lain, akan berusaha mencari jalan untuk mempertahankan harga dirinya.

Apabila orang yang merasa kurang mendapat penghargaan itu tidak percaya kepada Tuhan, maka akan dicarinyalah penghargaan itu dengan caranya sendiri, mungkin dengan memfitnah orang lain, mengadu-domba, menghina bahkan mungkin pula dengan melakukan perbuatan-perbuatan agresif terhadap orang yang disangkanya menghinanya.

Bagi orang yang percaya kepada Tuhan, walaupun dalam kehidupan sehari-hari ia kurang mendapatkan penghargaan dari orang lain, ia tidak akan sampai kehilangan harga diri sama sekali, karena masih ada Tuhan yang dapat memberikan imbalan atau kompensasi dari perasaan berharga itu. Tanpa kepercayaan kepada Tuhan,

⁶⁰ *Ibid*, h. 37-39

orang yang merasa kurang mendapat penghargaan mungkin jatuh kepada gangguan / sakit jiwa.⁶¹

d. Kebutuhan akan rasa bebas

Kebutuhan akan rasa bebas, tidak terikat atau terhalang oleh kungkungan-kungkungan dan ikaan-ikatan tertentu, juga salah satu kebutuhan jiwa yang terpokok dalam hidup manusia. Orang yang merasa tidak bebas mengeluarkan apa yang terasa dalam hatinya atau tidak dapat melakukan sesuatu yang diinginya, akan mencari jalan agar ia dapat merasa bebas dalam hidupnya.

Orang yang percaya kepada Tuhan tidak akan merasa hilang kebebasannya sama sekali, kendatipun ia dipenjara, dikurung di kamar gelap dan tidak boleh bertemu dengan siapapun, tidak akan sampai ia menderita gangguan jiwa , karena di dalam kesepian dan tekanan perasaan yang mencekam itu, ia masih dapat bebas mengungkapkan apa yang terasa kepada Tuhan Yang Maha Mendengar, Maha Melihat dan Maha Mengerti.⁶²

e. Kebutuhan akan rasa sukses

Rasa sukses/berhasil, juga termasuk kebutuhan jiwa yang terpokok dalam hidup. Orang harus merasa bahwa ia berhasil dalam hidupnya. Apabila orang sering mengalami kegagalan dalam hidupnya, mungkin ia akan

⁶¹ *Ibid*, h. 42-43

⁶² *Ibid*, h. 44-46

menjadi putus asa, hilang kepercayaan kepada diri dan selanjutnya akan takut menghadapi kesukaran itu, sudah terbayang olehnya kegagalan lebih dahulu. Pandangan hidupnya akan ditandai dengan rasa pesimis, tidak semangat dan apatis.

Tetapi jika percaya kepada Tuhan dan meyakini bahwa Tuhan mempunyai takdir yang harus dipercayai oleh manusia, kegagalannya tidak akan membawanya kepada rasa putus asa, pesimis, panik atau bingung, karena ia tahu bahwa Tuhan melarangnya berputus asa. Rahmat Tuhan akan tetap dilimpahkan-Nya.⁶³

f. Kebutuhan akan rasa tahu (menenal)

Kebutuhan manusia akan menenal inilah yang banyak mendorong orang untuk mengadakan penelitian dan riset ilmiah, yang menyebabkan orang mau bersusah payah, mengorbankan waktu dan tenaganya, menempuh jalan yang mengerikan dan berbahaya. Kebutuhan inilah yang memungkinkan berkembangnya ilmu pengetahuan dan kebutuhan ini pula yang menyebabkan anak-anak kecil suka bertanya dan mencari-cari jawab dari hal-hal yang meragukan.

Akan tetapi tidak semua yang ingin diketahui oleh manusia dapat dicapainya melalui ilmu pengetahuan. Masih banyak sekali hal-hal yang menjadi rahasia alam.

⁶³ *Ibid*, h. 47

Bagi orang yang percaya kepada Tuhan, hal ini tidak akan menyebabkan gelisah. Dia tahu bahwa pengetahuan manusia itu terbatas, yang serba tahu hanyalah Tuhan.⁶⁴

Tidak selamanya orang dalam kehidupan ini, dapat memenuhi keenam kebutuhan jiwa terpokok di atas ini, karena bermacam-macam suasana yang mempengaruhi dan yang harus dihadapinya. Jika tidak terpenuhi maka orang akan gelisah dan mencari jalan untuk mengatasinya, baik dengan cara yang wajar maupun yang tidak wajar atau kurang sehat. Untuk menutupi atau mengimbangi kekurangan-kekurangan yang dirasakan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut, perlu adanya kepercayaan kepada Tuhan.⁶⁵

Kepercayaan kepada Tuhan itu adlaah mutlak perlu, demi untuk menjamin kesehatan mental seseorang. Tanpa kepercayaan kepada Tuhan, tidak mungkin orang dapat merasakan ketenangan jiwa dan kebahagiaan hidup. Jadi kepercayaan kepada Tuhan adalah kebutuhan jiwa manusia yang paling pokok, yang dapat menolong orang dalam memenuhi kekosongan jiwanya.⁶⁶

4. Langkah-langkah Penenang Jiwa

Menghadapi berbagai persoalan hidup dan kehidupan ini selalu menjadikan batin seseorang gelisah, tidak senang,

⁶⁴ *Ibid*, h. 48-49

⁶⁵ *Ibid*, h. 35-36

⁶⁶ *Ibid*, h. 52

dan tidak tentu arah. Terkadang, yang membuat itu terjadi bukan hanya hal-hal yang bersifat cobaan atau derita, tetapi juga hal-hal yang berbentuk kenikmatan dan kebahagiaan.⁶⁷ Di dalam al-Qur'an surah al-Hadid ayat 23, Allah menggambarkan :

لِكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ

مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٣﴾ (سورة الحديد : ٢٣)

Artinya : “(kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. dan Allah tidak menyukai Setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri” (QS. Al-Hadid : 23)⁶⁸

Sikap tersebut adalah sikap yang tenang dalam menghadapi apa saja, baik yang terjadi itu sesuatu yang menyedihkan maupun yang menyenangkan. Semuanya bisa dihadapi dengan jiwa yang tenang dan tentram. Untuk menjadikan jiwa terbiasa tenang dan tentram, ada wasiat Rasulullah yang pernah beliau sampaikan kepada seorang sahabatnya, Abu Dzarr al-Ghiffari,⁶⁹

⁶⁷ Muslim Nasution, *Menuju Ketenangan Batin*, (Jakarta : Gema Insani Press, 2002) cet.2, h. 85

⁶⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid IX, h. 689

⁶⁹ Muslim Nasution, *op. cit.*, h. 85

عَنْ أَبِي ذَرٍّ قَالَ: أَوْصَانِي خَلِيلِي صَلَّى بَسْعَ : بِحُبِّ الْمَسَاكِينِ وَأَنْ أَدْنُو مِنْهُمْ، وَأَنْ أَنْظُرَ إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنِّي وَلَا أَنْظُرَ إِلَى مَنْ هُوَ أَعْلَى مِنِّي، وَأَنْ أَصِلَ رَحْمِي وَإِنْ جَفَوْنِي، وَأَنْ أُكْثِرَ قَوْلَ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، وَأَنْ أَتَكَلَّمَ الْحَقَّ، وَلَوْ كَانَ مُرًّا وَلَا تَأْخُذَنِي فِي اللَّهِ لَوْمَةً لَائِمَةً، وَأَنْ لَا أَسْأَلَ النَّاسَ شَيْئًا.

Artinya : “*Abu Dzarr berkata, ‘Rasulullah berwasiat kepadaku tujuh hal : (1) agar menyayangi orang miskin dan mendekati mereka; (2) melihat orang yang lebih rendah dan lebih susah; (3) jangan melihat orang-orang yang lebih tinggi (kaya); (4) memelihara silaturahmi sekalipun terhadap orang yang memusuhi; (5) memperbanyak dzikir, mengucapkan, ‘Tidak ada kemampuan dan daya kecuali dari Allah SWT; (6) mengucapkan perkataan yang benar sekalipun terasa pahit; (7) tidak ambil peduli terhadap celaan orang lain asal dalam melakukan yang diperintahkan Allah SWT.’*” (HR. Ahmad dan ath-Thabrani)

Hadits tersebut memberikan arahan sikap seseorang yang bisa dilakukan untuk menenangkan jiwa. Hal-hal tersebut adalah sebagai berikut :

a. Menyayangi orang miskin

Salah satu sarana untuk menenangkan batin adalah memberikan perhatian kepada orang-orang miskin, ditimpa kesusahan, yatim piatu, dan sebagainya. Nabi Muhammad saw. dikenal sebagai orang yang senang membantu orang susah, akrab dengan orang-orang miskin, membela dan memperhatikan mereka. Karena itulah, Allah menganjurkan orang-orang yang memiliki kelebihan harta (kaya) memberikan bantuannya kepada

para fakir miskin baik melalui zakat atau yang lainnya. Hal itu dilakukan bukan hanya sekedar untuk mendapatkan balasan pahala dari Allah, tetapi juga untuk memperoleh perasaan tenang di dalam hati. Dari aspek sosial, apabila orang-orang yang ekonominya lemah mendapat perhatian dari semua pihak, gejolak dan kesenjangan sosial akan dapat dikurangi.

Disamping itu, dengan mendekati dan memberikan perhatian terhadap orang-orang miskin, akan terasa pula nikmat yang diberikan Allah kepada manusia, sehingga dengan nikmat itu, hidup menjadi bahagia, lebih indah, lebih nyaman, tidak seperti apa yang dialami oleh orang-orang yang sedang dilanda kemiskinan atau kesusahan. Perasaan bahagia terhadap nikmat Allah menumbuhkan semangat dan motivasi serta rasa aman dan tenang. Bila perasaan itu terus berkembang dalam pribadi seseorang, batin akan semakin damai. Dengan mensyukuri nikmat itu pula, akan muncul kesadaran untuk tidak sombong, karena disadari bahwa nikmat sekecil apa pun atau sebesar apapun, tidak lain adalah pemberian dari Allah SWT.⁷⁰

- b. Melihat orang yang di bawah, jangan melihat orang yang diatas

⁷⁰ *Ibid*, h. 86-87

Hadits tersebut memberikan pengertian bahwa hidup ini tidak semuanya indah, tidak semua orang hidupnya enak dan indah, ada yang susah, ada yang senang, ada yang sehat, dan ada yang sakit. Dalam hadits itu, dianjurkan untuk melihat realitas hidup ini. Berapa banyak orang yang hidup disekitar kita lebih susah daripada kita. Bila seseorang selalu melihat orang yang lebih susah dan menderita darinya, akan muncul rasa syukur dan bahagia karena dia tidak demikian halnya. Akibatnya, walaupun di tengah mengalami penderitaan, tetapi bila dibandingkan dengan yang diderita orang lain, apa yang dideritanya itu jauh lebih ringan daripada yang dialami orang lain. Dengan adanya perasaan seperti itu, hati akan menjadi lebih tenang.

Dengan penuh kesadaran menerima adanya perbedaan dalam berbagai hal pada kehidupan ini, tentu hati tidak memberontak dan melawan arus, tidak menantang realitas. Menghayati kehidupan demikian akan membuat sikap menjadi lebih damai, baik dengan alam sekitar maupun dengan sesama manusia. Dengan itu, perbedaan tidak dijadikan penyebab ketegangan, tetapi dijadikan kenikmatan. Perbedaan status sosial tidak dijadikan dasar kecemburuan dan pertikaian, tetapi dijadikan sarana pendekatan sosial satu dengan lainnya. Dengan adanya orang kaya dan orang miskin, terjalin

lingkungan saling membutuhkan di antara keduanya, terjalin rapi dan indah. Orang kaya membutuhkan bantuan tenaga si miskin dan si miskin membutuhkan bantuan materi si kaya.⁷¹

c. Tetap menjaga silaturahmi

Manusia adalah makhluk sosial. Ia tidak bisa menghindarkan dirinya dari berhubungan dengan manusia lain. Artinya, berbagai kebutuhan hidupnya yang akan membuat hidupnya tenang, bahagia, dan damai tidak bisa diraih dan diciptakan tanpa adanya bantuan orang lain. Karena itu, dalam hadits tersebut dikatakan bahwa hubungan silaturahmi harus tetap dipelihara, bahkan sekalipun terhadap orang yang melakukan permusuhan.

Nabi Muhammad saw. pernah bersabda bahwa silaturahmi mendatangkan rizki, silaturahmi juga dapat memanjangkan umur. Banyak ayat dan hadits yang menyuruh mempererat dan memperkuat silaturahmi di antara sesama.⁷²

d. Banyak mengucapkan (لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ) (tidak ada daya dan kekuatan kecuali dari Allah)

Hendaklah tetap menghadirkan keberadaan Allah dalam setiap situasi dan keadaan, baik bahagia maupun celaka. Keimanan dan keterkaitan kepada Allah yang kuat

⁷¹ *Ibid*, h. 87-89

⁷² *Ibid*, h. 89-90

dalam diri seseorang membuatnya tidak mudah digoncang dan diombang-ambingkan sesuatu, ia akan selalu mengembalikan dan mengaitkan hal itu dengan Allah SWT yang memiliki sifat-sifat kesempurnaan. Dengan terus-menerus berusaha mendekati diri kepada Allah, baik melalui ibadah-ibadah ritual maupun lainnya, akan membuat batin menjadi tenang dan tentram.⁷³

e. Mengatakan yang hak (benar) sekalipun pahit

Salah satu maksud hadits tersebut adalah bahwa hidup ini harus dijaga agar tetap berada di dalam kebenaran, dan kebenaran haruslah dibela dan menjadi pikiran. Dengan ungkapan lain, kalau ingin hidup tenang, janganlah melanggar kebenaran, yakni jangan melanggar aturan-aturan yang berlaku. Baik aturan-aturan dari Allah maupun aturan-aturan undang-undang dalam negara.

Mengatakan yang hak berarti tidak melanggarnya. Semakin banyak melakukan pelanggaran terhadap aturan, semakin gelisah jiwanya, ia merasa terancam dan merasa bersalah. Hal itu membuat jiwanya tidak tenang. Masyarakatpun, bila mereka semakin berani melakukan pelanggaran hukum, akan semakin membawa kepada kekacauan. Dengan itu, masyarakat akan semakin tidak tenang.⁷⁴

⁷³ *Ibid*, h. 90

⁷⁴ *Ibid*, h. 91

- f. Tidak ambil peduli terhadap orang lain asalkan yang dilakukan benar-benar karena Allah

Salah satu yang membuat seseorang tidak tenang adalah karena ia terlalu ambil perhatian terhadap ucapan orang lain tentang dirinya, yakni terlalu sensitif terhadap penilaian orang tentang dirinya.

Hadits tersebut mengarahkan seseorang agar tidak terlalu mempersoalkan penilaian orang lain, yang penting apa yang dilakukan sesuai dengan keinginan dan penilaian Allah SWT. Penilaian manusia tidak perlu menjadi dasar penilaian. Kalau apa yang dikerjakan telah sesuai dengan aturan dan bimbingan Allah, biarkan orang lain menilainya salah atau benar.

Bila sikap tersebut dimiliki, jiwanya tidak terpengaruh oleh ucapan dan ungkapan orang lain, baik yang positif maupun yang negatif. Walaupun demikian, tidak berarti bahwa tidak peduli sama sekali terhadap penilaian orang terhadap dirinya, tetapi penilai itu harus disesuaikan dengan bimbingan dan ketentuan ALLah SWT, karena salah satu ciri orang yang baik itu adalah selalu mendengarkan perkataan yang baik dan kemudian melakukannya.⁷⁵

- g. Tidak mengemis kepada orang lain.

⁷⁵ *Ibid*, h. 92

Hidup mandiri adalah sikap yang terpuji. Orang yang menggantungkan nasibnya kepada orang lain, tentu jiwanya terombang-ambing dan serba tidak pasti. Kehidupan yang tidak pasti membuat jiwa tidak tenang. Karena itu, agama Islam melarang umatnya memintaminta atau mengemis kepada orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Orang yang bersikap mandiri, jiwanya akan kuat dan sikapnya lebih berani dalam menghadapi kehidupan ini dibandingkan orang yang biasa menggantungkan hidupnya kepada orang lain. Orang yang tidak bisa mandiri, jiwanya lemah dan tidak berani mengambil resiko, ia selalu hidup dan bersikap *plinplan*, serba tidak pasti dan ragu. Hal itu tentu batin tidak nyaman dan tidak aman.

Bila sifat pengemis ini dikembangkan lebih luas, berarti memeralat orang lain untuk mencapai keinginan. Bisa juga dianggap melakukan eksploitasi terhadap orang lain demi memenuhi dan menyenangkan dirinya. Pada hakikatnya, orang yang memperoleh kebahagiaan di atas derita orang lain bukanlah orang yang hebat dan kuat. Sekalipun lahiriah ia bisa menguasai orang lain, namun pada hakikatnya ia adalah orang yang lemah sebab ia tidak bisa membahagiakan dirinya sendiri. Ia harus menginjak (mengeksplotasi) orang lain. Akibat dari

eksploitasi itu, orang lain menjadi menderita. Orang yang membuat orang lain menderita pastilah jiwanya tidak tenang sebab ia akan dikejar-kejar oleh dosa dan kesalahan yang ia lakukan. Kalbunya tidak bisa mendustai itu; kemanapun ia pergi, rasa berdosa itu tetap akan menghantui pikirannya.⁷⁶

C. Hubungan Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa

Ziarah kubur sangat erat berhubungan dengan ketenangan jiwa, karena dalam proses ziarah kubur ada berbagai praktek/ritual kegiatan yang dapat menghantarkan jiwa seseorang itu tenang. Diantara praktek/ritual kegiatan tersebut yaitu berwudlu, membaca dzikir dan do'a, membaca ayat-ayat al-Qur'an, dan hikmah mengingat mati.

1. Berwudhu

Wudlu secara bahasa berasal dari sighat : *وَضُوءٌ وَضُوءًا*

وَضَاءَةٌ , artinya bersih. Sedangkan menurut *syara'* wudlu

berarti “membasuh, mengalirkan dan membersihkan dengan menggunakan air pada setiap bagian dari anggota-anggota wudlu menghilangkan hadats kecil”. Wudhu merupakan kegiatan bersuci dari hadats kecil dengan cara membasuh anggota badan tertentu dengan air yang suci dan mensucikan disertai niat. Selain untuk membersihkan diri, wudlu juga

⁷⁶ *Ibid*, h. 93-94

merupakan syarat sah mengerjakan ibadah, seperti sholat, thawaf, dan membaca al-Qur'an.⁷⁷

Wudhu mengandung dua aspek kebersihan, yaitu antara kebersihan jasmani dan rohani, kebersihan untuk fisik dan jiwa, serta untuk dunia dan alam akhirat. Dengan membasuh muka, tangan, telinga, dan kaki sebanyak kurang lebih lima kali dalam sehari, secara tidak langsung kita melakukan pencucian anggota-anggota tubuh yang sering dihindangi kotoran.⁷⁸

Dalam sebuah hadits, Rasulullah SAW bersabda:

“apabila seorang hamba muslim atau mukmin berwudhu, kemudian ia membasuh wajahnya, maka akan keluar dari wajahnya bersama air itu (bersama tetesan air yang terakhir) segala kesalahan yang ia lakukan dengan pandangan kedua matanya. Apabila ia membasuh kedua tangannya, maka akan keluar dari keduatangannya bersama air itu (bersama tetesan air yang terakhir) segala kesalahan yang ia lakukan dengan kedua tangannya. Jika ia membasuh kedua kakinya, maka akan keluar bersama air itu (bersama tetesan air yang terakhir) segala kesalahan yang ia lakukan dengan kakinya, sampai akhirnya ia akan keluar dalam keadaan bersih dari dosa-dosa (HR. Muslim).⁷⁹

Dalam hadits yang lain, Rasulullah SAW juga bersabda:

“Maukah kutunjukkan kepada kalian sesuatu yang dapat menjadi sebab Allah menghapuskan dosa-dosa dan

⁷⁷ Aminatuz Zahroh, *Wudlu Itu Menyehatkan*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2014), h. 11-13

⁷⁸ Najamuddin Muhammad, *Ajaibnya Tahajjud Basmi Kanker*, (Jogjakarta: Berlian, 2013) h. 134

⁷⁹ *Ibid*, h. 134-135

meninggikan derajat? Para sahabat menjawab, tentu saja mau wahai Rasulullah. Kemudian beliau menjawab, yaitu menyempurnakan wudhu dalam kondisi yang tidak menyenangkan, memperbanyak langkah menuju masjid, dan menunggu shalat berikutnya sesudah mengerjakan shalat, maka itulah ribath. (HR. Muslim)⁸⁰

Dari hadits tersebut sangat jelas bahwa wudhu dapat membersihkan fisik dan batin. Orang yang sebelumnya melihat dosa atau melakukan sesuatu yang maksiat, dengan wudhu bisa dibersihkan. Orang yang sebelumnya mukanya ada debu atau tangannya kotor, dengan wudhu dapat hilang dengan siraman dan usapan air wudhu. Jadi, wudhu merupakan media pembersih sebelum menghadap Allah SWT. Orang yang secara batin dan fisik bersih, beragam penyakit akan sulit hinggap.⁸¹

Selain memberikan manfaat yang besar bagi kesehatan fisik, wudhu juga memberikan manfaat bagi kesehatan psikis. Salah satu emosi yang membuat psikis terganggu dan tidak stabil adalah amarah. Amarah adalah emosi yang paling sulit dikendalikan dan paling berbahaya. Sejumlah masalah yang menghancurkan keidhupan keluarga dan masyarakat melibatkan gejolak amarah. Amarah adalah emosi yang paling sulit diajak beradaptasi karena amarah

⁸⁰ *Ibid*, h. 135

⁸¹ *Ibid*, h. 135-136

mendorong seseorang untuk bertikai. Disinilah urgensi wudlu untuk meredam gejala amarah.⁸²

Berwudhu dapat menyegarkan hati dan pikiran seseorang serta dapat menghilangkan stres, depresi, dan beban pikiran. Kesegaran air dalam berwudhu membuat pikiran rileks dan kembali segar. Gerakan-gerakan dalam berwudhu juga mampu menghilangkan kelelahan seseorang. Karena gerakan-gerakan dalam berwudhu seperti membasuh wajah, tangan telinga, dan sebagainya mampu memberi relaksasi terhadap otot-otot seseorang yang lelah. Kesegaran air di setiap basuhan berwudhu akan membersihkan dan membuat seseorang semakin segar dan ringan. Debu serta kotoran yang menempel hilang, lelah dan capek hilang dan seseorang dapat kembali memulai aktivitas dengan tubuh yang segar.

Jadi bisa ditarik kesimpulan bahwa orang yang melakukan ziarah kubur yang didahului dengan berwudhu terlebih dahulu akan mendapatkan dua manfaat yaitu manfaat secara lahiriah dan bathiniyah. Sehat jasmani dan rohani.

2. Membaca Dzikir dan Do'a


Dalam Ensiklopedia Islam, kata dzikir bermakna menuturkan, mengingat, menjaga, mengerti, dan perbuatan baik. Sedangkan secara luas dzikir berarti mengingat dan menghayati dengan adanya kehadiran-Nya, sebagai wujud

⁸² Muhammad Syafi'ie el-Bantanie, *Dahsyatnya Terapi Wudlu*, (Jakarta : PT. Elex Media Komputindo, 2010) h. 71

penghambaan diri kepada-Nya. Sikap batin yang bisa diungkapkan melalui ucapan tahlil, tahmid, tasibh, dan takbir. Di dalam al-Qur'an, kata dzikir diartikan sebagai pembangkit daya ingat⁸³

Dzikir merupakan ibadah dengan cara menyebut nama Allah dan merenungkan kuasa, sifat, dan perbuatan serta nikmat-nikmat Nya. Dalam surat ar-Ra'd ayat 28, Allah berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(سورة الرّٰد : ٢٨) 

Artinya : "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram" (QS ar-Ra'd {13}: 28)⁸⁴

Mengapa dengan dzikir hati menjadi tenang dan tenteram? Sebagaimana yang dipahami bersama, hati atau kalbu sifatnya adalah *Rabbaniyah* dan *rohaniah*. Buktinya, kalbu dapat merasakan gelisah, sengsara, resah, dan sedih. Kalbu bisa tertutup, mati, berkarat, melemah, lalai, dan lupa. Kalbu juga bisa merasa nyaman, tenteram, senang, gembira,

⁸³ Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta : Erlangga, 2012), h. 79

⁸⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid V, h. 103

dan bahagia. Ia juga bisa terbuka, hidup, bersih, menguar, ingat, dan terjaga.⁸⁵

Nah, salah satu faktor penyebab yang membuat kalbu menjadi tidak tenteram dan tidak tenang adalah *ghaflah* (lalai dan lupa kepada Allah). Orang yang lalai dan lupa kepada Allah akan membuatnya lupa kepada dirinya sendiri. Orang yang lalai dari dzikir juga tidak akan pernah merasa hidupnya tenang dan tenteram. Ia akan selalu dalam keadaan gelisah, resah, dan susah. Orang yang lupa kepada Allah akan tenggelam ke dalam telaga kelupaan, kebimbangan, dan keterasingan. Ia akan jauh darlingkaran cahaya dan akan masuk ke dalam lingkaran kegelapan. Allah menegaskan.⁸⁶

Penjelasan tersebut mungkin terlalu normatif. Bagaimana dengan penjelasan ilmiah? Simaklah beberapa bukti ilmiah terkait rahasia dzikir sebagai penenang jiwa dan terapi berikut, diantaranya menurut ilmu medis, dalam otak manusia, terdapat zat kimiawi yang secara otomatis keluar ketika berdzikir. Zat itu bernama endorfin yang berfungsi untuk menenangkan otak, sebagaimana morfin mampu menenangkan otak. Bedanya, morfin berasal dari luar tubuh, sementara endorfin berasal dari dalam tubuh.⁸⁷

⁸⁵ Agus Nur cahyu, *Bukti-Bukti Ilmiah Manfaat Ajaib Ibadah Sehari-Hari*, (Jakarta: Sabil, 2013) h. 98-99

⁸⁶ *Ibid*, h. 99

⁸⁷ *Ibid*, h. 99-100

Penjelasan ilmiah lainnya seperti yang terungkap di tno1.co.id. seorang dokter spesialis saraf dari rumah sakit satyanegara, sunter, Arman Yurisaldi Salleh, mengungkapkan bahwa dzikir mampu menyetatkan saraf. Hal itu terbukti setelah ia melakukan penelitian terhadap pasien-pasien yang ia tangani, ternyata, pasien yang suka berdzikirmengalami perbaikan lebih cepat dibandingkan pasien yang tidak suka berdzikir.⁸⁸

Misalnya, beberapa orang pasien yang mengalami gangguan saraf, seperti penderita alzheimer da stroke, akan membaik kondisinya setelah membiasakan dzikir dengan mengucapkan kalimat “*laa ilaaha illallah*” dan kalimat istighfar “*astaghfirullah*”. Menurutny, setelah ditinjau dari ilmu kedokteran kontemporer, pengucapan dua kalimat dzikir tersebut dapat menghilangkan nyeri dan bisa menumbuhkan ketenangan serta kestabilan saraf. Sebab, dalam kedua bacaan dzikir tersebut terdapat huruf jahr yang dapatmengeluarkan karbon dioksida dari otak.⁸⁹

Dalam kalimat “*laa ilaaha illallah*” terdapat huruf jahr yang diulang tujuh kali, yaitu huruf “*lam*”. Sementara dalam kalimat “*astaghfirullah*” terdapat huruf “*ghain*”, “*ra*” dan dua buah “*lam*”. Dengan demikian ada empat huruf jahr yang harus dilafalkan keras sehingga kalimat dzikir tersebut

⁸⁸ *Ibid*, h. 100

⁸⁹ *Ibid*,

akan mengeluarkan karbon dioksida lebih banyak saat udara dihembuskan keluar mulut.⁹⁰

Karbon dioksida yang dikeluarkan oleh tubuh tidak mempengaruhi perubahan diameter pembuluh darah dalam otak. Sebab, bila proses pengeluaran zat ini kacau maka karbon dioksida yang keluar juga kacau sehingga menyebabkan pembuluh darah di otak akan melebar.⁹¹

Dari penelitian tersebut Arman menyimpulkan bahwa dilihat dari tinjauan ilmu saraf, terdapat hubungan yang erat antara pelafalan huruf (*makharij huruf*) pada bacaan dzikir dengan aliran darah pernapasan keluar yang mengandung zat karbon dioksida dan proses yang rumit di dalam otak pada kondisi fisik atau psikis seseorang. Jelaslah sekarang bahwa berdzikir kepada Allah dapat membuat hati dan jiwa seseorang menjadi tenteram.⁹²

Sedangkan Doa adalah meminta kepada Allah melalui ucapan lidah atau getaran hati dengan menyebut namanya, sebagai wujud penghambaan diri kepada-Nya. Sedangkan doa dalam pengertian Islami adalah seruan, permintaan, pertolongan, dan ibadah kepada Allah, supaya terhindar dari mara bahaya dan mendapatkan manfaat.⁹³

⁹⁰ *Ibid*, h. 101

⁹¹ *Ibid*,

⁹² *Ibid*,

⁹³ Rifyal Ka'bah, *Dzikir dan Doa Dalam al-Qur'an*, (Jakarta : PT. Sabdodadi, 1999), h. 33

Berdoa merupakan salah satu obat penawar hati, hatinya yang tadinya gundah gulana menjadi tenang, sebab ia telah mencurahkan segala masalah dan harapannya. Ia telah yakin dan percaya bahwa Allah akan menolongnya. Dengan berdoa ia akan tenteram, sehingga dalam menghadapi permasalahannya ia akan lebih mudah dan tenang.⁹⁴

Rasulullah SAW sendiri telah bersabda dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Abdullah bin Mas'ud, ia mengatakan bahwasanya Rasulullah bersabda, "*tidak akan menimpa pada seseorang suatu keresahan atau kesedihan bila ia membaca doa*".⁹⁵

Allah SWT telah berjanji jika ada seorang hamba yang meminta Nya (berdoa) maka Allah kan mengabulkannya, selama doa itu tidak mengandung perbuatan dosa dan mendoakan orang lain dalam kejelekan serta tidak tergesa-gesa, sehingga jika ia merasa doanya lambat, atau belum dikabulkan, lalu berputus asa dan enggan untuk berdoa lagi, hal semacam inilah yang mempengaruhi gagalnya sebuah doa.⁹⁶

Jika seseorang menginginkan doanya dikabulkan oleh Allah SWT, maka dalam berdoa harus dengan hati yang khusyu' dan bersungguh-sungguh dan harus memperhatikan

⁹⁴ Zumroh, *Tombo Ati Upaya Membersihkan Qalbu dari Kuman-Kuman Penyakit*, op. cit, h. 125

⁹⁵ *Ibid*, h. 125-126

⁹⁶ *Ibid*, h. 127

mengenai adab dalam berdoa, seperti mengangkat tangan kepada Allah SWT memulai doa dengan pujian-pujian kepada Allah, sebelum menyampaikan apa yang menjadi keinginannya hendaklah memohon ampun terlebih dahulu ke[ada Allah dan mengeluarkan sedekah sebelum berdoa serta harus yakin bahwa doanya akan dikabulkan oleh Allah.⁹⁷

Allah SWT sangat senang kepada hamba-hamba Nya yang mau berdoa kepadaNya, sebaliknya Allah sangat murka terhadap hamba-hambaNya yang enggan berdoa kepadaNya, seorang hamba tersebut sombong dan seolah-olah sudah tidak lagi membutuhkan Allah, padahal segala rizki dan segala apa yang ia terima adalah dari Allah SWT. Namun ia mengingkarinya, ia merasa bahwa apa yang telah ia peroleh itu dari usaha dan kerja kerasnya sendiri. Hamba seperti inilah yang akan mendapat murka Allah dan ia akan dihukum oleh Allah SWT.⁹⁸

Jadi kesimpulannya, orang yang ziarah kubur pasti tidak lepas dengan berdzikir kepada Allah dan berdo'a. Berdzikir dalam ziarah kubur biasanya dikemas dalam "tahlil", sedangkan do'a untuk mendo'akan kepada si mayit yang diziarahi dan sekaligus berdo'a untuk dirinya sendiri dengan bertawasul kepada wali yang sedang ia ziarahi. Dengan berdzikir dan berdo'a hati akan menjadi tenang.

⁹⁷ *Ibid*, h. 128

⁹⁸ *Ibid*, h. 129

3. Membaca Al-qur'an

Al-qur'an adalah obat untuk menyembuhkan berbagai penyakit, baik penyakit hati, kebodohan, dan keraguan atau kebimbangan serta menjadi rahmat bagi orang-orang yang beriman.⁹⁹

Allah SWT telah berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' ayat 82 yang berbunyi:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا

خَسَارًا ﴿٨٢﴾ (سورة الإسراء : ٨٢)

Artinya : “Dan kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman”.¹⁰⁰ (QS. Al-Isra' ayat 82)

Al-qur'an adalah penawar hati bagi orang-orang yang mau membaca dan memahami apa yang terkandung di dalamnya. Sebab, Al-Qur'an itu memuat ajaran-ajaran yang akan memberikan petunjuk bagi manusia.¹⁰¹

Menurut hasil penelitian, ternyata membaca al-Qur'an setelah shalat Maghrib dan sesudah shalat Subuh dapat meningkatkan kecerdasan otak sampai 80%. Sebab, pada waktu tersebut ada pergantian dari siang ke malam dan dari

⁹⁹ *Ibid*, h. 130

¹⁰⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid V, h. 524-525

¹⁰¹ Zumroh, *op. cit*, h. 130

malam ke siang hari. Di samping itu, ada tiga aktifitas sekaligus, membaca, melihat, dan mendengar.¹⁰²

Hal ini diperkuat dengan penelitian Dr. Al-Qadhi di Florida Amerika Serikat. Dalam penelitian tersebut, Al-Qadhi berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat al-Qur'an, seorang muslim, baik mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Penurunan depresi, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, dan menangkal berbagai macam penyakit merupakan pengaruh umum yang dirasakan orang-orang yang menjadi objek penelitiannya.¹⁰³

Penemuan sang dokter ahli jiwa ini didapat tidak serampangan. Penelitiannya ditunjang dengan bantuan peralatan elektronik terbaru untuk mendeteksi tekanan darah, detak jantung, ketahanan otot, dan ketahanan kulit terhadap aliran listrik. Dari hasil uji coba tersebut ia berkesimpulan bahwa bacaan al-Qur'an berpengaruh besar hingga 97% dalam melahirkan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit. Hal ini sesuai dengan laporan sebuah penelitian yang disampaikan dalam Konferensi Kedokteran Islam Amerika Utara pada tahun 1984.¹⁰⁴

¹⁰² Agus Nur cahyu, *Bukti-Bukti Ilmiah Manfaat Ajaib Ibadah Sehari-Hari*, *op. cit.*, h. 102

¹⁰³ *Ibid*, h. 102-103

¹⁰⁴ *Ibid*, h. 103

Ternyata, kesimpulan hasil uji coba tersebut diperkuat lagi oleh penelitian Muhammad Salim yang dipublikasikan Universitas Boston. Objek penelitiannya adalah lima orang sukarelawan yang terdiri dari 3 pria dan 2 wanita. Kelimanya sama sekali tidak mengerti bahasa Arab dan mereka pun tidak diberi tahu bahwa yang akan diperdengarkan adalah al-Qur'an.¹⁰⁵

Penelitian yang dilakukan sebanyak 210 kali ini terbagi dua sesi, yakni membacakan al-Qur'an dengan tartil dan membacakan bahasa Arab yang bukan al-Qur'an. Kesimpulannya, responden mendapatkan ketenangan sampai 65% ketika mendengarkan bacaan al-Qur'an dan mendapatkan ketenangan hanya 35% ketika mendengarkan bahasa Arab yang bukan dari al-Qur'an.¹⁰⁶

Bahkan, al-Qur'an dapat memberikan pengaruh besar jika diperdengarkan kepada bayi, baik saat masih di dalam kandungan atau sudah lahir. Hal tersebut setidaknya diperkuat oleh dr. Nurhayati dari Malaysia dalam seminar konseling dan psikoterapi Islam di Malaysia pada tahun 1997.¹⁰⁷

Menurut penelitiannya, bayi yang berusia 48 jam yang diperdengarkan ayat-ayat al-Qur'an dari tape recorder menunjukkan respons tersenyum dan menjadi lebih tenang. Nurhayati bahkan membandingkan dengan musik klasik yang

¹⁰⁵ *Ibid*,

¹⁰⁶ *Ibid*, h. 103-104

¹⁰⁷ *Ibid*, h. 104

dapat mempengaruhi kecerdasan intelektual (IQ) dan kecerdasan emosi (EQ) seseorang.¹⁰⁸

Selain mempengaruhi IQ dan EQ, bacaan al-Quran mempengaruhi kecerdasan spiritual (SQ). Penelitian ini dan penelitian-penelitian sebelumnya telah banyak tersebar di dunia maya. Jadi, sudah bukan rahasia lagi bagi orang banyak.¹⁰⁹ Ibnu Katsir berpendapat bahwa, al-Qur'an sebagai obat karena mampu melenyapkan berbagai penyakit hati seperti ragu, nifak, syirik, penyimpangan dan kecenderungan dalam kebatilan.¹¹⁰

Dalam ziarah kubur sudah pasti didapati orang-orang yang sedang membaca al-Qur'an, entah itu membaca al-Qur'an dalam rangkaian "tahlil" maupun secara spesifik dibaca sendiri, misalkan yang paling sering adalah dengan membaca surat Yasin. Membaca al-Qur'an adalah suatu ibadah yang dicintai oleh Allah swt. Di dalam al-Qur'anpun terdapat pelajaran-pelajaran yang bisa diambil manfaatnya serta al-Qur'an sebagai pedoman hidup bagi umat Islam. Tidak sampai disitu saja al-Qur'an dapat menjadi obat untuk manusia, obat secara fisik dan obat secara psikis (hati menjadi tenang)

¹⁰⁸ *Ibid*,

¹⁰⁹ *Ibid*, h. 105

¹¹⁰ Mustamir Pedak, *Qur'anic Super Healing : Sembuh dan Sehat dengan Mu'jizat al-Qur'an* (Semarang : Pustaka Nun, 2002), h. 49

4. Hikmah Mengingat Mati

Di dalam memperbanyak ingat mati, merasa dekat datangnya kematian terdapat faidah yang agung, manfaat yang banyak. Diantaranya adalah *zuhud* di dunia (hatinya tidak tergiur dunia), *qona'ah* (menerima) sesuatu yang sedikit dari dunia, selalu beristiqomah melakukan amal kebaikan yang merupakan bekal akhirat, menjauhi kejelekan, dan bersegera melakukan taubat kepada Allah dari segala amal kejelekan bila ia melakukannya.¹¹¹

Ia bertafakur dengan hati yang khushyuk, mengambil pelajaran dari orang yang sudah ditimbun ditanah. Ia berpikirkira-pikir bahwa kematian pasti terjadi, dan sesuatu yang pasti tidak dapat dikatakan jauh. Lalu, ia membayangkan bahwa dirinya sendiri pasti akan berada di posisi almarhum yang diziarahnya itu. Bagaimana ia terpisah dari keluarga dan orang-orang yang dicintainya. Bagaimana cita-cita dan ambisi yang menyala-nyala tiba-tiba terputus oleh pedang tajam kematian. Bagaimana wajahnya yang dulu tampan atau cantik menjadi tak berguna dan tertimbun tanah, kemudian bagian-

¹¹¹ Muhammad bin Alwi Al-Maliki Al Hasani, *Fiqh Kubur : Kupas Tuntas Amalan-Amalan Yang Berkaitan Dengan Kubur di tinjau dari perspektif Al-Qur'an dan Hadits* diterjemahkan oleh M. Sholehuddin dan Shofwan dari "Tahqiqul Amal Yanfau' Lil mayit Minal A'mal", *op. cit.* h. 130

bagian tubuhnya yang dulu begitu sempurna kini menjadi rusak dan terpecah-pecah, dan seterusnya.¹¹²

¹¹² Rakily-ar, Bintus Sami', *40 Hadits Shahih : Teladan Rasul dalam berziarah Kubur*, Yogyakarta : Pustaka Pesantren, 2011, h. 129

BAB III

GAMBARAN UMUM LOKASI MAKAM SUNAN KUDUS DAN KARAKTERISTIK RESPONDEN

A. Biografi Sunan Kudus

Sunan Kudus atau Sayyid Ja'far Shadiq lahir pada tahun 1400 M. Beliau adalah putra pasangan Sunan Ngundung (Sayyid Utsman Haji) dengan Syarifah Dewi Rahil, cucunya Sunan Ampel. Sunan Ngundung sendiri merupakan putra Sultan di Palestina yang hijrah ke tanah Jawa dan bergabung dengan kerajaan Islam Demak, yang kemudian diangkat sebagai panglima perang tentara Islam. Namun, ayahnya tersebut gugur sesebagai syahid dalam peperangan melawan Majapahit. Dari silsilah ayahnya, beliau masih keturunan Rasulullah Saw.¹

Nur Said, dalam sebuah penelitiannya mengenai jejak perjuangan Sunan Kudus, menganalisis beberapa kepribadian, ajaran, dan strategi dakwah beliau yang ia temukan melalui tanda budaya, seperti peninggalan benda cagar budaya, mitologi, sejarah, cerita rakyat, dan tradisi yang berkembang dalam masyarakat Kudus. Dari data-data itu, ia mempunyai beberapa kesimpulan. *Pertama*, Sunan Kudus adalah pecinta Ilmu. Hal ini dapat dilihat dari ilmu yang dikuasai beliau, yaitu ilmu ushul, ilmu

¹ Masykur Arif, *Kumpulan Karamah dan Ajaran Walisanga*, (Jakarta : Safirah, 2014) h. 200

hadits, ilmu tauhid, fiqih, mantiq, juga ilmu tasawuf. Beliau mendapatkan gelar Guru Akbar dengan predikat *Waliyul Ilmu*.²

Kedua, Sunan Kudus adalah seorang saudagar. Beliau terkenal sebagai saudagar karena ulet dalam bekerja. Beliau membangun jaringan dakwah melalui para saudagar, baik lokal maupun global. Sebagai pemimpin di daerah Kudus dan tokoh kunci berdirinya Kadipaten Kudus, beliau dianggap sebagai pelopor perdagangan di Kudus. Bahkan, beliau juga dianggap sebagai pelopor perdagangan di Demak dan Jepara. Dikatakan, jika sekarang Kudus terkenal dengan industrinya yang maju, Jepara dengan produk ukir yang terkenal sampai ke mancanegara, Demak sebagai kota pelabuhan penghasil ikan yang cukup besar tentu tak lepas dari rintisan Sunan Kudus dengan para wali yang lain.³

Ketiga, Sunan Kudus adalah seorang yang multikultural. Hal ini dapat dilihat melalui strategis dakwah beliau yang menggunakan pendekatan kultural dengan memperhatikan dan menghormati unsur-unsur tradisi atau adat-istiadat lama yang sudah berkembang di masyarakat. Dengan kata lain, walaupun beliau membawa nilai-nilai baru, tetapi beliau tetap berangkat dari kesadaran toleransi dan penghargaan terhadap unsur-unsur dalam masyarakatnya.⁴

² *Ibid.* h. 201

³ *Ibid.*

⁴ *Ibid.* h. 202

Keempat, Sunan Kudus adalah seorang filosof. Hal ini terlihat dari tutur kata dan tindakan beliau yang berlandaskan pada renungan dan pemikiran yang mendalam. Artinya, dalam setiap bertindak beliau tidak gegabah dan tidak tergesa-gesa. Pemikiran yang mendalam itu merupakan ciri khas pemikiran filosofis, yaitu sebuah pemikiran yang mengungkap hakikat segala sesuatu. Jika segala sesuatu ditemukan hakikatnya, maka ia akan bertindak dengan tepat dan benar. Untuk mengetahui bahwa beliau memiliki karakter pemikiran yang filosofis dapat dilihat melalui perilaku dan berbagai peninggalannya yang sangat mengedepankan kearifan.⁵

Kelima, Sunan Kudus adalah seorang patriot. Tentu bukan tanpa alasan jika para Walisanga dan Sultan Demak menyerahkan jabatan panglima perang kepada beliau. Jabatan kenegarawanan itu diwarisi dari ayahnya, yang juga mantan panglima perang Kesultanan Demak. Beliau memiliki disiplin yang tinggi, berjiwa patriotis atau memiliki cinta yang tinggi terhadap tanah air. Beliau berani mengarungi lautan, memasuki hutan belantara, menaiki gunung, dan meninggalkan keluarga untuk sementara, demi memperjuangkan tanah air dan menyebarkan Islam ke seluruh pelosok negeri.⁶

Keenam, Sunan Kudus adalah seseorang yang kreatif. Hal ini dapat dilihat dari kegemaran beliau dalam mengubah gending

⁵ *Ibid.*

⁶ *Ibid.* h. 203

Jawa, seperti *Mijil*, *Maskumambang*, serta cerita-cerita rakyat yang mengandung pesan moral dan kebertauhidan. Semua ini menunjukkan bahwa beliau seorang yang kreatif.⁷

Ketujuh, Sunan Kudus adalah seorang yang populis. Beliau terkenal sebagai sosok pemimpin yang merakyat. Sebagai pemimpin beliau tidak hanya duduk di “menara gading” yang menunggu laporan dari bawahannya atau dari masyarakat mengenai kondisi daerahnya, tetapi beliau “turun gunung” atau *blusukan* untuk melihat kondisi riil dan bertanya langsung apa yang diinginkan dan dikehendaki oleh rakyat sehingga kebijakan-kebijakan yang beliau hasilkan berbasis pada realitas dari rakyat itu sendiri.⁸

Kedelapan, Sunan Kudus adalah seorang sufi. Dalam menjalankan ajaran tasawuf, beliau mamadukan antara syariat dan hakikat, tidak pisah-pisah. Tidak ada yang lebih dikedepankan. Syariat penting, hakikat juga penting.⁹

Kesembilan, Sunan Kudus adalah seorang arsitek. Hal ini tampak dari karya seni yang beliau ciptakan, terutama yang ada pada Menara Kudus. Orang yang melihat menara tersebut akan dibuat kagum. Selain karena bentuknya yang unik, juga karena tidak ditemukan bentuk menara semacam itu di seluruh masjid yang ada di dunia. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa beliau memiliki jiwa seni yang tinggi. Tidak mungkin beliau dapat

⁷ *Ibid.*

⁸ *Ibid.*

⁹ *Ibid.*

menciptakan menara yang indah semacam itu jika beliau tidak memiliki rasa kesukaan yang tinggi terhadap nilai-nilai seni. Karena itulah, beliau dapat disebut sebagai arsitek yang andal.¹⁰

Demikianlah Sunan Kudus menjalani hidupnya. Beliau wafat pada tahun 1550 M. Dikabarkan, beliau wafat saat menjadi imam shalat Subuh di Masjid Menara Kudus. Beliau wafat dalam posisi bersujud. Beliau pun dimakamkan di lingkungan Masjid Menara Kudus.¹¹

Sunan Kudus juga dikenal sebagai pendiri kota Kudus. Kudus mulai tampil dalam panggung sejarah sejak abad XVI M, sebelum itu Kudus belum dikenal dalam sejarah. Dengan demikian berarti Kudus mulai tampil sejak masa kewalian di Jawa. Berdasarkan hasil penelitian di Jawa membuktikan bahwa pemukiman yang bercorak Islam sudah muncul di Kudus pada abad XV M. Hal itu merujuk pada hasil toponim Langgar Dalem dan Sengkalan yang menunjukkan angka tahun 863 H atau bertepatan dengan 1458 M. Akan tetapi pemukiman itu diperkirakan baru berupa pemukiman kecil.¹²

Secara detail, kelahiran kota Kudus dapat dirujuk melalui dua sumber yaitu *pertama*, *candra sengkala* yang ada di masjid Langgar Dalem Desa Langgar Dalem Kecamatan Kota, berupa *candra sengkala memet*, yaitu simbolisasi dalam bentuk gambar

¹⁰ *Ibid.* h. 204

¹¹ *Ibid.*

¹² Sri Indrahti, *Kudus dan Islam : Nilai-nilai Budaya Lokal dan Industri Wisata Ziarah*, (Semarang : CV. Madina, 2012), h. 49

yang agak rumit untuk ditafsirkan artinya. Simbol tersebut berupa trisula yang dililit naga (*trisula pinulet naga*) yang menunjukkan angka tahun 863 H bertepatan dengan 1458 M. *Kedua*, inskrip di atas mihrab Masjid Menara (Al-Aqsha) berupa *candra sengkala lamba*, yaitu berupa tulisan bahasa Arab.¹³

Inskrip yang masih jelas terlihat di atas mihrab Masjid Al-Aqsha Kudus tersebut menyebutkan angka 956 Hijriah atau Senin Pahing tanggal 3 Oktober 1549 M. Inskripsi tersebut telah memuat beberapa data antara lain mengenai tahun pendirian masjid, nama tokoh yang mendirikan masjid, nama kota Kudus, nama Masjid Kudus, dan nama menara Kudus. Selain prasasti di atas mihrab Masjid Menara Kudus tersebut, ada pula prasasti yang terdapat pada *Blandar* Menara Kudus dengan huruf Jawa dan bahasa Jawa berupa sengkalan yang berbunyi “*gapuro rusak ewahing jagad wong ngarungu*”. Yang berarti tahun Jawa 1609 bertepatan dengan tahun 1687 M.¹⁴

B. Letak Geografis Makam Sunan Kudus

Syekh Ja'far Shodiq atau Sunan Kudus dimakamkan di Desa kauman, Kecamatan Kota, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah tepatnya di belakang Masjid al-Aqsha. Lokasi tersebut terletak sekitar 1,5 Km ke arah barat dari pusat kota Kudus (alun-alun Kudus atau Simpang Tujuh).

¹³ *Ibid.* h. 49-50

¹⁴ *Ibid.* h. 50

Desa Kauman berasal dari bahasa Arab “*qoum*”. Pada tahapan perkembangan berikutnya masyarakat kemudian menyebut dengan sebutan *qouman* atau Kauman. Kauman ini dipandang sebagai tempat tinggal para ulama dan kaum agama, wilayahnya di sekitar Masjid Menara.¹⁵

Di pintu masuk makamnya, terukir kalimat *asmaul husna* yang berangka tahun 1296 Hijriah atau 1878 M. Jirat dan nisan Sunan Kudus terbuat dari batu andesit dan tampak masih asli serta tidak ada angka tahun yang menerangkannya.¹⁶

Pada makam Sunan Kudus tersebut terdapat cungkup tunggal dengan bentuk limasan. Di dalam cungkup terdapat bilik khusus yang terbuat dari batu kapur yang berukiran motif sulur-suluran dan bentuk palang yang di bagian tengahnya terdapat ukiran bunga yang sedang mekar. Di dalam bilik itulah terdapat makam Sunan Kudus.

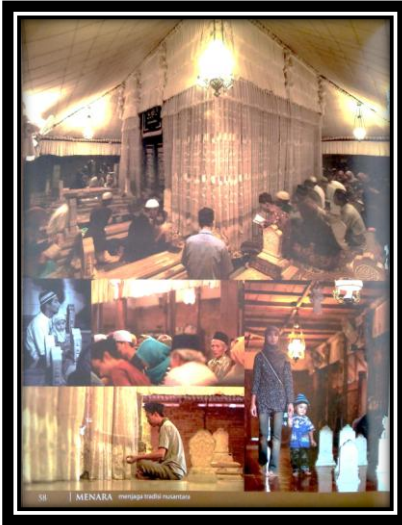
Lubang sempit sebagai lubang angin diukir dengan beberapa hiasan. Pada tiap sisi dinding bagian atas terdapat hiasan berupa kala yang disamarkan dalam wujud sulur-suluran. Lantai di dalam cungkup makam pun terbuat dari keramik berwarna hijau dengan motif kotak-kotak. Dan, di sekitar makam Sunan Kudus terdapat makam-makam lain yang tak lain adalah para kerabatnya.¹⁷

¹⁵ *Ibid.* h. 46

¹⁶ Masykur Arif, *Kumpulan Karomah dan Ajaran Walisungan*, (Jakarta : Safirah, 2014). h. 229

¹⁷ *Ibid.* h. 230-231

Gambar 1



Gambar 2



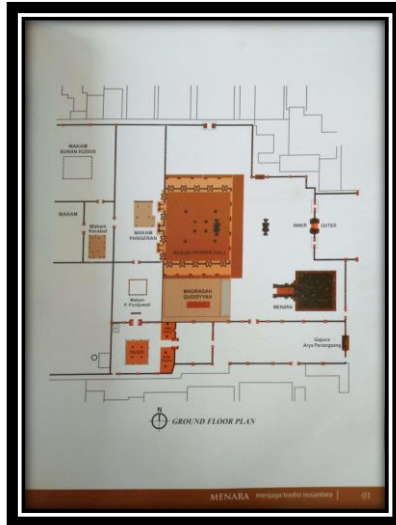
Sumber : kedua foto diambil dari buku Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015. (gambar 1 h. 57 dan gambar 2 h. 58)

C. Peninggalan Bersejarah Sunan Kudus

Peninggalan bersejarah dari Sunan Kudus yang sampai saat ini masih dapat disaksikan adalah makam dan masjid beserta menara kudus.

Gambar 3. Denah lokasi kompleks makam Sunan Kudus

Sumber foto dibawah ini diambil dari buku Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015. h. 01



1. Masjid Menara

Strategi dakwah yang beliau tempuh salah satunya dengan mendirikan Masjid Menara Kudus, yang arsitekturnya masih bergaya campuran Hindu dan Islam. Tujuannya agar masyarakat Jawa yang masih menganut Hindu Syiwo-Buddho mudah menerima Islam.¹⁸

Masjid sebagai peninggalan bersejarah dari Sunan Kudus adalah Masjid Menara Kudus yang sampai saat ini masih berdiri. Menurut catatan yang ada di masjid itu, masjid tersebut didirikan pada 956 Hijriyah atau 1549 M. Di situ terdapat inskripsi dalam kalimat berbahasa Arab yang artinya, “...Telah mendirikan masjid Aqsa ini di negeri Quds...” . Hal ini menunjukkan bahwa pada awalnya, Ja’far Shadiq memberi

¹⁸ Rahmad Abdullah, *Walisono : Gelora Dakwah dan Jihad di Tanah Jawa (1404 – 1482)*, (Sukoharjo : Al-Wafi, 2015), h. 196

nama pada masjid ini sama dengan masjid yang ada di Palestina, yaitu Masjid Al-Aqsha.¹⁹

Pada mulanya, kota yang ditempati masjid ini bernama Tajug, namun kemudian diganti menjadi Quds, yang kemudian berubah menjadi Kudus. Dan, Ja'far Shadiq sebagai pendirinya pun terkenal dengan sebutan Sunan Kudus. Menurut Purbajacaraka, Kudus merupakan kota satu-satunya yang berasal dari bahasa Arab, yakni al-Quds yang berarti suci.²⁰

Di masjid Menara Kudus inilah Sunan Kudus mengajarkan Islam sekaligus menjadi pemimpin panutan masyarakat Islam Kudus. Untuk memperbanyak jumlah umat Islam, beliau juga menyebarkan Islam dengan cara melakukan Tabligh keliling, dari satu tempat ke tempat yang lain. Dakwah Sunan Kudus tidak hanya dalam kalangan masyarakat umum, akan tetapi beliau juga banyak berdakwah di kalangan kaum penguasa dan priyayi Jawa. Di antara yang pernah jadi muridnya ialah Sunan Prawoto, penguasa Demak, dan Arya Penangsang Adipati Jipan Panolan.²¹

Masjid menara sampai saat ini telah mengalami beberapa perubahan, baik berupa perbaikan, yaitu penggantian mustaka dan perluasan terutama bagian serambi depan untuk

¹⁹ *Ibid.* h. 231

²⁰ *Ibid.* h. 232

²¹ Rahmad Abdullah, *op. cit.*, h. 197

menampung jamaah yang semakin melimpah. Di atas serambi itu pun dibangun kubah.²²

Gambar 4



Sumber : foto diambil dari buku Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015. h. 09

2. Menara

Di Masjid Kudus terdapat sebuah menara yang unik dan sangat terkenal. Menara itu berbeda dengan menara-menara di masjid nusantara, bahkan di seluruh dunia. Menara itu menyerupai candi yang menunjukkan bahwa Sunan Kudus yang mendirikan menara itu peduli dengan kultur masyarakat lokal. Sehingga, masjid pun diberi nuansa loka. Pada tiang

²² Purwadi dkk, *Jejak Para Wali dan Ziarah Spiritual*, (Kompas : Jakarta, 2006), h. 105

atap masjid menara tersebut terdapat candra sengkala yang berbunyi, Gapura rusak ewahing jagad, yang memiliki arti tanda angka tahun 1605 jawa atau sama dengan tahun 1685 M.

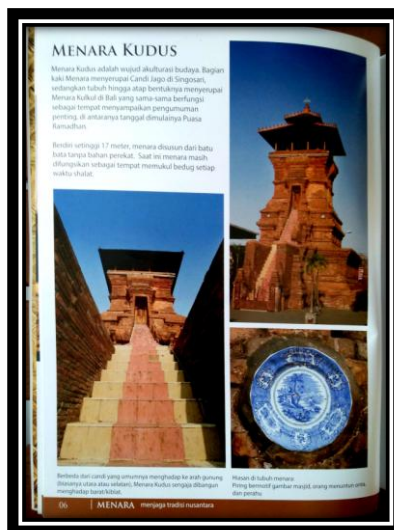
Sengkala tersebut hanya menunjukkan bahwa pada tahun yang tertera itu terjadi perbaikan atap yang mulai rusak. Jadi, tidak diketahui kapan pastinya menara itu dibangun. Menara Kudus itu bercorak bangunan Hindu yang mirip dengan Candi Jago dan makam raja Wisnuwardhana yang didirikan tahun 1275-1300 M di dekat Malang.²³

Menara dalam konteksnya dengan masjid, pada umumnya digunakan untuk tempat mengumandangkan azan ketika waktu shalat telah tiba. Bangunan menara menghadap ke barat dan bentuknya menyerupai bangunan candi yang terbagi atas tiga bagian, yaitu: bagian kaki, tubuh, dan puncak. Kaki menara mempunyai denah berbentuk bujur sangkar yang setiap sisinya berukuran 9,5 meter. Di kaki menara ini terdapat ornamen-ornamen yang menghiasi kaki menara berupa panil-panil segi empat panjang tanpa hiasan. Badan menara berdenah bujur sangkar dengan ukuran setiap sisinya 6,30 meter. Pada badan menara terdapat panil-panil segi empat polos, lingkaran dan palang Yunani yang diisi piring-piring porselin. Adapun puncak menara berupa ruangan mirip pendapa yang berlantaikan papan. Di atas bangunan tersebut

²³ Masykur Arif, *op. cit.*, h. 232-233

diberi atap tumpang beringkat dua, yang terbuat dari sirap²⁴. Pada sisi barat terdapat penampil yang menjorok ke depan. Di kanan kiri penampil itu terdapat tembok yang merupakan sayap tangga. Tangga itu menghubungkan bagian dasar bangunan dengan kaki dan tubuh bangunan, sedangkan untuk menuju puncak menara harus melalui tangga lagi yang terbuat dari kayu.²⁵

Gambar 6



Sumber : foto diambil dari buku Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015. h. 06

3. Gapura

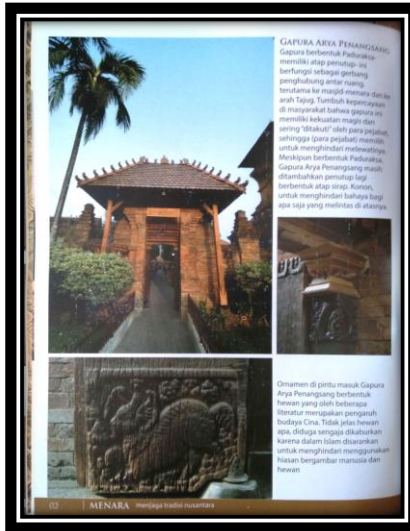
Bentuk gapura ini ada yang berupa paduraksa dan bentar. Keseluruhan bahan gapura adalah bata. Fungsi gapura

²⁴ Sirap adalah kepingan papan tipis-tipis, biasanya dibuat dari kayu besi atau kayu ulin, dipakai untuk atap, dinding rumah. Kamusbesarbahasaindonesia.com

²⁵ Purwadi dkk, *op. cit.*, h. 105-106

semacam ini mempunyai korelasi dengan seni bangunan pada masa pra-Islam. Makna simbolis gapura bentar adalah penolak bala dan simbol dari gunung retak yang siap menjempit segala sesuatu yang jahat yang melaluinya.²⁶

Gambar 7



Sumber : foto diambil dari buku Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015. h. 02

4. Tempat Wudhu

Keberadaan tempat wudhu bagi sebuah bangunan masjid merupakan sesuatu yang sangat esensial, karena hal ini memiliki kaitan erat dengan salah satu syarat sahnya shalat yaitu bersih dari hadats besar dan kecil. Terkait dengan fungsi

²⁶ *Ibid.* h. 107

utama tempat tempat wudhu, di kompleks masjid Menara Kudus terdapat tempat wudhu kuno, yaitu di sebelah selatan masjid dan di sebelah barat laut bangunan Tajug. Menarik perhatian bahwa tempat wudhu di sebelah selatan masjid mempunyai hiasan pada lubang pancuran dengan ornamen bebrbentuk kepala arca. Tempat wudhu tersebut dibuat dari susunan bata dengan enam belas pancuran yang ditempatkan pada kedua sisinya.²⁷

Gambar 8



Sumber : foto diambil dari buku Em Nadjib Hasan dan Maesah Anggni, *Menara : Menjaga Tradisi Nusantara*, Arjuna : Kudus, 2015. h. 24

D. Dakwah atau Tablig Sunan Kudus

Sebagai seorang wali sekaligus pemimpin yang diserahkan daerah Kudus, Sudah Kudus memimpin masyarakat muslim di Kudus dengan panduan hukum Allah, yaitu syariat Islam yang berdasarkan al-Qur'an dan as-Sunnah. Ketika terjadi

²⁷ *Ibid.*

permasalahan dalam masyarakat Islam, beliau yang selalu memutuskan perkara dengan hukum Allah. Pelaksanaan hukum Islam yang berkaitan dengan hukum *hadd* dan *jinayat* biasa ditegakkan di alun-alun, tanah lapang yang terletak disebelah timur Masjid Menara Kudus. Oleh karenanya, dengan kedalaman ilmu beliau tentang ajaran Islam, beliau juga diangkat oleh Sultan Fattah menjadi hakim pengadilan Kerajaan Islam Demak.²⁸

Sunan Kudus pula yang memberikan pandangan agar setiap hari jum'at diadakan musyawarah para wali bersama sultan Kerajaan Islam Demak. Tujuannya untuk mengambil berbagai kebijakan terhadap permasalahan yang muncul dalam upaya menggelorakan dakwah Islam dan *jihād fi sabilillah*. Setelah selesai sholat jum'at, diadakan Tabligh Akbar untuk menyeru masyarakat agar semakin kuat dalam menjalankan ajaran Islam. Sebelum dimulai ceramah, diadakan pertunjukkan dengan pengiring syair-syair Islam. Tujuannya untuk mengumpulkan pengunjung dari masyarakat sekitar agar mereka datang menghadirinya dengan jumlah besar.²⁹

Sunan Kudus adalah seorang ulama yang besar jasanya dalam memerhatikan keagungan kerajaan Islam Demak. Beliau hendak menjadikan Kerajaan Islam Demak benar-benar menjadi kubu pertahanan Islam pusaka Nabi Muhammad guna mendidik orang Jawa memeluk Islam yang sejati.³⁰

²⁸ Rahmad Abdullah, *op. cit.*, h. 198

²⁹ *Ibid.* h. 199

³⁰ *Ibid.*

Cara dakwah atau tablig Sunan Kudus yang penuh simpati dan toleransi dapat dilihat antara lain sebagai berikut :

- a. Dalam menarik pemeluk agama Hindu, Sunan saat itu mengikat lembu (sapi) di halaman masjid menara dengan maksud menarik perhatian para pemeluk agama Hindu yang memuja lembu supaya mereka datang ke masjid. Setelah orang-orang Hindu datang ke halaman masjid, Sunan Kudus mengucapkan salam bahagia dan selamat datang lalu kemudian berceramah, berdakwah, dan saling berdialog. Dalam rangka mengambil hati orang-orang yang beragama Hindu, Sunan mengumumkan larangan kepada masyarakat Kudus agar tidak menyembelih dan makan daging lembu. Tujuannya adalah untuk menghormati para pemeluk agama Hindu. Dengan metode seperti itu, akhirnya sebagian besar pemeluk agama Hindu menjadi simpati kepada Sunan Kudus dan bersedia masuk Islam. Demikian daya tarik Sunan Kudus yang membuat kegiatan dakwahnya berhasil. Pelarangan ini adalah simbol penghormatan bagi pemeluk agama Hindu yang pada saat itu masih mayoritas. Padahal sapi tidak diharamkan bagi pemeluk agama Islam. Sampai sekarang, masyarakat Kudus masih memegang teguh tradisi tidak menyembelih sapi, termasuk pada hari raya kurban. Sebagai gantinya, masyarakat Kudus lebih memilih untuk menyembelih kerbau atau kambing. Menurut cerita rakyat, alasan lain mengapa masyarakat Kudus tidak pernah menyembelih sapi karena

mengikuti apa yang telah dilakukan oleh Sunan Kudus. Dahulu Sunan Kudus pernah merasa dahaga, kemudian ditolong oleh seorang pendeta Hindu dengan diberi air susu sapi. Sebagai ungkapan terima kasih dari Sunan Kudus, maka masyarakat Kudus dilarang menyembelih sapi.³¹

- b. Dalam menyampaikan ajaran agama Islam kepada rakyat awam, Sunan Kudus menggunakan cabang kesenian yang disukai masyarakat saat itu. Dia menggubah gendhing Mijil dan Maskumambang. Selain itu, Sunan juga menggubah syair tembang yang berisi ajaran agama Islam dan filsafat kehidupan.³²

Melihat latar belakang budaya masyarakat yang demikian, maka filosofi dan strategi dakwah yang diajarkan dan dilaksanakan oleh Sunan Kudus khususnya maupun para wali Sembilan di Jawa pada umumnya dapat dirumuskan “*menang tanpa ngasoraken*” artinya menang tanpa merendahkan yang lain. Dari cerita di atas, maka dapat jelaskan secara historis bahwa sebelum kedatangan agama Islam, daerah Kudus dan daerah sekitarnya adalah pusat dari agama Hindu. Supaya tidak menyinggung masyarakat yang baru memeluk Islam dengan kepercayaan mereka yang lama, maka dilaranglah mereka menyembelih sapi.³³

³¹ Sri Indrahti, *op. cit*, h. 42-44

³² *Ibid.* h. 44

³³ *Ibid.* h. 44

E. Peran Pengurus Makam Sunan Kudus

Kepengurusan makam Sunan Kudus diwadahi dengan lahirnya sebuah yayasan bernama YM3SK yaitu Yayasan Masjid, Menara, Makam Sunan Kudus. Fungsi atau tugasnya yaitu merawat, melestarikan peninggalan-peninggalan dari Sunan Kudus baik yang kasat mata (bangunan) maupun yang non kasat mata (ajaran-ajaran Sunan Kudus) dan terakhir meneruskan dalam berdakwah.³⁴ Kemudian tugas lain dari YM3SK diantaranya memfasilitasi peziarah agar lebih nyaman dalam melakukan ziarahnya, membantu dan memandu peziarah untuk melakukan ziarah yang benar serta menegor praktik ziarah yang menyimpang.³⁵

Gambar 9



³⁴ Wawancara dengan Bapak Denny Nur Hakim selaku salah satu staf kepengurusan dari YM3SK, pada tanggal 05 April 2017 pukul 14.00 WIB di kantor yayasan

³⁵ Wawancara dengan Bapak Drs. Muhammad Najib selaku ketua umum dari YM3SK, pada tanggal 3 April 2017 pukul 20.00 WIB di kantor pengurus

Kantor Pengurus berada di Jl. Sunan Kudus No. 194 Kudus –
59315

Sumber : foto diambil oleh penulis pada tanggal 10 April
2017

Gambar 10



Tajug Penerimaan Tamu Peziarah Makam Sunan Kudus
Sumber : foto diambil oleh penulis pada tanggal 10 April
2017

Sedangkan struktur kepengurusan dari YM3SK (Yayasan Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus) adalah Ketua : Drs. Muhammad Najib; Wakil : H. M. Fathan, dan Bendahara : KH. Arifin Fanani dan Drs. Ahmad Zaini.³⁶

Berkaitan dengan Melestarikan peninggalan Sunan dari segi bangunan atau secara fisik yaitu dengan selalu membersihkan masjid, menara, dan makam Sunan Kudus. Setiap hari ada petugas yang membersihkannya, setiap menjelang hari Jum'at juga dibersihkan, dan setiap menjelang bulan Ramadhan dan hari raya.

³⁶ Wawancara dengan Bapak Nur Hakim, *op. cit.*

Sedangkan melestarikan dakwah atau ajaran-ajaran dari Sunan Kudus, pihak YM3SK (Yayasan Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus) membuat serangkaian jadwal acara yaitu³⁷ :

1. Setiap malam Selasa diadakan pengajian dengan mengkaji kitab Riyadhus Shalihin yang diasuh oleh KH. Syaifudin Luthfi lokasi di Masjid al-Aqsho
2. Setiap malam Rabu diadakan tadarus al-Qur'an putra putri, tadarus putra dipimpin oleh Bapak Anilur Rofiq dan tadarus putri dipimpin oleh Ibu Ainuriyah di Masjid al-Aqsho
3. Setiap malam Senin diadakan maulid Nabi dengan membaca al-Barzanji di Tajug makam Sunan Kudus
4. Setiap Jum'at fajar atau setelah shalat shubuh diadakan mengkaji tafsir al-Qur'an yang diasuh oleh KH. Sya'roni Ahmadi lokasi di Masjid Menara
5. Dan setiap bulan suci Ramadhan ada banyak kegiatan kegamaan, yaitu :
 - a) Shalat tarawih berjamaah di Tajug makam Sunan Kudus yang di Imami oleh KH. Muhammad Izza (untuk anak-anak, remaja, dan santri serta pengunjung yang berkenan ikut)
 - b) Shalat terawih berjamaah dengan mengkhhatamkan al-Qur'an di Masjid al-Aqsho yang mulai tanggal 1-25 diimami oleh KH. Abdul Basyit al-Hafidz, dan setelah itu

³⁷ Wawancara dengan Bapak Munadjad selaku petugas penjaga Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus, pada tanggal 10 April 2017 pukul 14.30 WIB di Tajug penerimaan tamu makam Sunan Kudus

- diganti oleh Imam Masjid al-Aqsho seperti biasanya. (untuk orang dewasa, santri, dan pengunjung yang berkenan ikut)
- c) Setelah shalat terawih dilakukan tadarus al-Qur'an dilanjutkan dengan mauidhoh hasanah yang penceramahnya selalu ganti setiap malam. Ini dimulai tanggal 3 Ramadhan sampai tanggal 25
 - d) Setiap setengah 10 malam sampai jam 1 dini hari dilakukan tekdur (memukul bedug) diatas masjid menara.
 - e) Setiap Jum'at fajar atau setelah shalat shubuh diadakan mengaji tafsir al-Qur'an yang diasuh oleh KH. Syaroni Ahmadi lokasi di Masjid Menara
 - f) Dan setiap sore hari mulai jam 4 sampai menjelang maghrib diadakan mengkaji kitab kuning yang diasuh oleh KH. Muhammad Faruq
6. Sedangkan tradisi yang berkembang dari dahulu sampai sekarang yang masih dilesatarikan pengurus maupun warga sekitar adalah :
- a) Agenda bulan Rabiul Awal
 - Mengadakan khitan masal yang diikuti oleh masyarakat Kudus dan sekitarnya.
 - b) Agenda bulan Muharram
 - Dibulan ini ada agenda tradisi *buka luwur* yang merupakan peristiwa rutin tiap tahun. *Buka luwur* adalah upacara penggantian *luwur* atau kain mori yang

digunakan untuk membungkus jirat, nisan, dan cungkup makam Sunan Kudus. Acara yang dilaksanakan setiap tanggal 10 Muharram itu sebenarnya acara pemasangan *luwur* yang baru. *Buka luwur*-nya sendiri sejak enam tahun terakhir, dilakukan pada tiap tanggal 1 Muharram. Puncak acara *Buka Luwur* memberi kesan bagi masyarakat bahwa pada tanggal itulah hari wafatnya Sunan Kudus.

Upacara *Buka Luwur* setiap tahunnya memiliki serangkaian ritus. *Jamas Keris* atau mencuci keris pusaka Sunan Kudus merupakan bagian dari ritus awal. *Penjamasan Keris luk sembilan Kyai Cinthoko* atau sering disebut Kyai Ciphoko, jatuh pada setiap hari Senin atau Kamis pertama setelah hari *Tasyriq* (tanggal 11-13 Dzulhijjah).

Selanjutnya pada malam tanggal 9 Muharram digelar acara terbangun dan pembacaan Kitab *Berzanji* atau Maulid Nabi, dan diakhiri dengan Doa Rasul. Pagi harinya, yaitu tanggal 9 Muharram pagi, dilakukan khataman al-Qur'an bi al-ghaib, dan dilanjutkan dengan penyembelihan hewan seperti kerbau dan kambing sumbangan dari masyarakat yang akan dibagikan kembali kepada masyarakat.

Pada malam tanggal 10 Muharram digelar tahlilan dan pengajian umum. Puncak acara *Buka Luwur* adalah pada tanggal 10 Muharram, yaitu pemasangan *luwur* baru.

Acara *Buka Luwur* yang berpusat di *Tajug* (joglo tempat penerimaan tamu) itu dilakukan dengan beberapa prosesi, diantaranya pembacaan riwayat Sunan Kudus, dilanjutkan dengan pembacaan kalimat tasbih secara bersama-sama. Rangkaian prosesi di *Tajug* ini diakhiri dengan pemasangan *luwur* baru yang ditutup dengan pembacaan tahlil berikut do'anya. Pada hari yang sama, masyarakat ikut “berpesta” dengan memperebutkan makanan berupa nasi dan daging yang dibungkus daun jati.³⁸

c) Agenda bulan Sya'ban

Dibulan Sya'ban ada tradisi yang namanya *Dhandhangan* (juga ditulis *dandangan*) merupakan festival yang diadakan di Kabupaten Kudus, Jawa Tengah, Indonesia, untuk menandai dimulainya ibadah puasa pada bulan Ramadan. Masjid Menara Kudus biasanya menjadi pusat keramaian pada acara ini. Menurut tradisi, nama *dhandhangan* diambil dari suara beduk masjid tersebut saat ditabuh untuk menandai awal bulan puasa. Awalnya, *dhandhangan* adalah tradisi berkumpulnya para santri di depan Masjid Menara Kudus setiap menjelang Ramadan untuk menunggu pengumuman dari Sunan Kudus tentang penentuan awal puasa. Selanjutnya, kesempatan ini juga dimanfaatkan para pedagang untuk berjualan di sekitar masjid sehingga

³⁸ Purwadi dkk, *op. cit*, hlm. 112 - 114

akhirnya kini dikenal masyarakat sebagai pasar malam yang ada setiap menjelang Ramadan.

Pada perayaan ini beragam barang dijual dan pada masa kini sering diikuti berbagai sponsor dari sejumlah industri besar. Meskipun demikian, ada satu mainan yang selalu terkait dengan festival ini, yaitu kepala "Barongan Gembong Kamijoyo". Selain itu, diadakan pula berbagai acara kebudayaan seperti festival rebana dan pawai (*kirab*)

Kirab Dandangan yang menampilkan potensi dari sejumlah desa yang ada di Kudus, seperti visualisasi Kiai Telingsing, Sunan Kudus, rumah adat Kudus, batil (merapikan rokok), dan membatik. Kirab dimulai dari Jalan Kiai Telingsing menuju pangkalan ojek di kompleks Menara Kudus yang ada di Jalan Sunan Kudus dengan jarak sekitar 3 kilometer. Jumlah peserta arak-arakan Dandangan yang tercatat, sekitar ratusan peserta berasal dari kelompok seniman, masyarakat, dan pelajar. Puncak dari kegiatan tersebut diisi dengan teatrikal sejarah perayaan Dandangan. Dari delapan rombongan yang mengikuti kirab tersebut, tampak hadir artis ibu kota Mandala Soji yang memerankan tokoh Sunan Kudus. Kepala Dinas Kebudayaan dan Pariwisata Pemerintah Kabupaten Kudus, Hadi Sucipto mengungkapkan, kegiatan hari ini merupakan upaya melestarikan budaya

Kudus serta mengenalkan potensi wisata setempat kepada masyarakat luas.³⁹

d) Agenda bulan Syawal

Bulan Syawal adalah hari hari Idul Fitri, dari pengurus mengadakan Halal Bihalal, dikantor kepengurusan YM3SK, dimana pesertanya adalah pengurus itu sendiri dan warga masyarakat Kudus.

e) Bulan Dzulhijjah

Dibulan ini ada agenda besar, yaitu penyembelihan hewan kurban. Penyembelihan ini dilakukan di hari terakhir bulan tasyrik yaitu tanggal 13 Dzulhijjah, dengan tujuan untuk mendata di desa atau lokasi mana saja yang belum mendapatkan daging kurban tersebut. Karena, pendistribusian daging kurban ini mengutamakan kepada desa atau dukuh yang belum pernah mendapatkan daging kurban atau berada di lokasi Islam yang minoritas.⁴⁰

F. Karakteristik Responden

Kehadiran peziarah di makam Sunan Kudus dari hari kehari jumlahnya mengalami kenaikan, terutama dihari libur nasional maupun hari libur kerja. Membludaknya peziarah biasanya mulai dari hari Kamis sore sampai hari Ahad.

³⁹ <https://id.wikipedia.org/wiki/Dhandhangan> diunduh pada tanggal 10 April 2017 pukul 20.00 WIB

⁴⁰ Wawancara dengan Bapak Denny Nur Hakim selaku salah satu staf kepengurusan dari YM3SK, pada tanggal 10 April 2017 pukul 13.40 WIB di kantor yayasan

Peziarahpun berasal dari berbagai lapis golongan, mulai dari strata bawah sampai strata atas, namun jumlah mayoritas peziarah adalah dari strata menengah kebawah. Peziarah makam Sunan Kudus tidak hanya masyarakat lokal saja, namun juga dari masyarakat luar kota dan juga warga asing.

Dari banyaknya peziarah makam Sunan Kudus yang datang, penulis tidak mungkin untuk menggali data kesemua peziarah, disamping terlalu banyak peziarah juga mengenai tenaga dan waktu. Penulis disini hanya mengambil beberapa sampel peziarah saja. Mereka dari berbagai lapis masyarakat yang berbeda, mulai dari pekerjaan sampai daerah asal mereka. Untuk lebih jelasnya seperti tabel berikut :

N o.	Nama	Usia	Pekerjaan	Daerah asal
1.	Sufaati	60 thn	-	Jepara
2.	KH. Abdul Syakur	60 thn	Kyai	Batang
3.	Noor	26 thn	Pengusaha konveksi	Jepara
4.	Suriah	47 thn	Swasta	Jepara
5.	Jumari	56 thn	Swasta	Kudus
6.	Subali	50 thn	Kyai	Pekalongan
7.	Nadia Faridatul W.	20 thn	Santri	Jatim
8.	Abdul Wahab	33 thn	Santri	Grobogan
9.	Afif Anwar	20 thn	Santri	Grobogan

10.	Achmad Yusufriyanto	27 thn	Santri	Kudus
11.	M. Amirul Khoirudin	20 thn	Santri	Kudus
12.	Zakaria Ahmad	20 thn	Santri	Kudus
13.	Manarul Hidayat	18 thn	Pelajar	Kudus
14.	Aminullah Ibrahim	18 thn	Pelajar	Kudus

Disamping peziarah yang menjadi responden utama, penulis juga melibatkan pengurus dari YM3SK (Yayasan Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus), pedagang sekitar makam Sunan Kudus, juru parkir, dan masyarakat sekitar makam Sunan Kudus.

Pengurus Makam Sunan Kudus

No.	Nama pengurus	Jabatan
1.	Drs. H. Em Nadjib Hassan	Ketua Umum YM3SK
2.	KH. Muhammad Izza	Juru Kunci makam Sunan Kudus
3.	Denny Nur Hakim	Salah satu staf kepengurusan
4.	Munadjad	Penjaga Tajug makam Sunan Kudus
5.	Abdullah (nama samaran)	Juru parkir

Pedagang Sekitar Makam Sunan Kudus

No.	Nama	Usaha	Lama membuka usaha	Daerah asal
1.	Lina (nama toko Ilham)	Penjual sarung, peci, mukena, dll	12 tahun	Kudus
2.	Subarkah	Fotografer	10 tahun	Kudus
3.	Aziz Putra	Penjual jenang, dodol, dll	80 tahun	Kudus
4.	Mbak Siti	Penjual sate ayam	12 tahun	Madura
5.	Eko Sudarto	Tukang ojek	7,5 tahun	Kudus

Masyarakat Warga Sekitar

No.	Nama	Pekerjaan	Alamat
1.	Abdul Mun'im	Swasta	Demangan Kudus

BAB IV

HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

A. Tradisi Ziarah

Tradisi ziarah kubur yaitu adat kebiasaan mengunjungi tempat yang dianggap keramat (para wali) yang masih dijalankan turun-temurun dari nenek moyang. Dengan mengunjungi makam para wali, melihat situs dan peninggalan mereka, diharapkan ada stimulus baru yang masuk ke dalam benak kesadaran peziarah sehingga memunculkan kekuatan baru dalam beragama. Dengan cara ini, ziarah akan memberikan arah, motivasi dan akhirnya tumbuh kesadaran secara penuh untuk patuh, tunduk dan menjalankan kuasa Ilahi, sebagaimana yang telah dilakukan wali sanga. Sebagai tokoh, wali sanga telah berhasil membawa Islam, menyebarkannya melalui pesisir Jawa dan melembagakan Islam dalam sebuah peradaban Islam yang adaptatif dengan tradisi lokal Jawa.¹

Kehadiran peziarah bukan hanya didorong oleh motif sejarah, melainkan juga karena ada tradisi untuk mengunjungi makam keluarga atau tokoh yang dianggap berperan penting dalam sejarah hidupnya dan sejarah masyarakatnya. Kunjungan yang disebut ziarah ke tempat atau makam tokoh ini sebenarnya

¹ Purwadi dkk, *Jejak Para Wali dan Ziarah Spiritual*, (Kompas : Jakarta, 2006), h. 5

bukan hanya menjadi tradisi umat Islam. Sebagian kecil masyarakat Belanda pun masih suka mengunjungi makam keluarga mereka yang dikuburkan di pekuburan Menteng ataupun kota-kota lain di Indonesia. Namun ziarah sudah menjadi fenomena tersendiri yang unik bagi masyarakat muslim. Tidak hanya masyarakat muslim Indonesia tetapi juga di seluruh dunia.²

1. Ketertarikan Masyarakat Melakukan Ziarah ke Makam Sunan Kudus

Sunan Kudus merupakan salah satu penyebar Agama Islam di Tanah Jawa dan termasuk salah satu dari Walisongo yang sudah terkenal di Pulau Jawa. Nama Sunan Kudus diambil dari nama daerah tempat dimana beliau menyebarkan Agama Islam, yaitu Kudus, yang sekarang menjadi nama sebuah Kabupaten di Jawa Tengah. Kabupaten Kudus berbatasan langsung dengan wilayah Kabupaten Grobogan, Pati, Jepara dan Demak. Masjid Menara Kudus merupakan nama yang sering diucapkan oleh warga masyarakat Kudus, sedangkan nama lainnya adalah Masjid Al Aqsha dan Masjid Manar. Didalam Kompleks Masjid Menara Kudus terdapat 3 bangunan utama yang menarik perhatian masyarakat yaitu masjid itu sendiri, Menara Kudus, serta Makam Sunan Kudus yang sering dikunjungi Peziarah dari berbagai daerah.³

² *Ibid*, h. 8

³ [Http://www.ppmaswaja.org/index.php/2016/12/29/wisata-ziarah-menara-kudus-dan-makam-sunan-kudus/](http://www.ppmaswaja.org/index.php/2016/12/29/wisata-ziarah-menara-kudus-dan-makam-sunan-kudus/) diunduh pada tanggal 07 April 2017 pukul 11.20 WIB

Dari hasil pengamatan penulis semakin hari semakin banyak orang yang tertarik untuk berziarah atau berkunjung kekompleks makam Sunan Kudus dengan berbagai macam-macam alasan. Penulis berhasil mewawancarai sebagian peziarah yang datang ke Makam Sunan Kudus, diantaranya ada pelajar, santri sekitar makam, pengusaha, dan lain sebagainya.

Peziarah yang berhasil penulis wawancarai diantaranya adalah Seorang Ibu dari Jepara namanya Sufaati⁴ (60) ia mengaku bahwa kegiatan ziarah ke Sunan Kudus sudah sering ia lakukan sewaktu kecil, jadi tidak asing lagi dengan kegiatan ziarah tersebut. Ia juga ingin mendapatkan keberkahan dari ziarah ke Sunan Kudus. Itulah mengapa ia selalu tertarik dan masih melestarikan kegiatan berziarah ke Sunan Kudus. Sedangkan menurut KH. Abdul Syakur⁵ (60) peziarah asal Kendal, ia mengatakan Sunan Kudus adalah seorang wali yang sangat gigih dalam berdakwah melakukan pengislaman di tanah Kudus ini dengan cara-cara yang lembut tidak melukai hati para pengikut Hindu – Budha. Hal senada

⁴ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60) peziarah dari Jepara, pada tanggal 3 April 2017 pukul 11.00 WIB di Tajug utama

⁵ Wawancara dengan Bapak KH. Abdul Syakur (60) peziarah asal batang dengan membawa rombongan dari Weleri Kendal, pada tanggal 03 April 2017 pukul 12.20 WIB di Tajug utama.

diungkapkan oleh Subali⁶ (50), bahwa Sunan Kudus adalah wali kekasih Allah. Sedangkan menurut Jumari⁷ (56) ia ingin sowan kepada Sunan Kudus.

Ada juga yang tertarik melakukan ziarah ke makam Sunan Kudus karena ingin berwisata saja atau hanya sekedar refreshing semata. Mungkin karena penatnya pikiran dan banyaknya pekerjaan menjadikan lemah dan membutuhkan udara segar untuk merilekskan semua itu. Seperti yang dikatakan oleh Suriah⁸ (47) bahwa ketertarikannya berziarah untuk wisata dan senang-senang. Dan hal senada diungkapkan oleh Noor⁹ (26) bahwa ia tertarik berziarah untuk berwisata dan hanya ingin berziarah saja.

Penulis pun berhasil mewawancarai santri sekitar kompleks makam yang sering melakukan ziarah ke Sunan Kudus, rata-rata berumur 20 – 30 tahun. Mereka berasal dari berbagai daerah, ada yang dari daerah Kudus, Grobogan, dan

⁶ Wawancara dengan Bapak Subali (50) yang menjadi Ketua rombongan atau Kyai dari Pekalongan, pada tanggal 05 April 2017 pukul 14.30 WIB di Tajug utama.

⁷ Wawancara dengan Bapak Jumari (56) peziarah asal Kudus berprofesi swasta, pada tanggal 05 April 2017 pukul 16.25 WIB di Tajug utama.

⁸ Wawancara dengan Ibu Suriah (47) peziarah asal Jepara berprofesi swasta, pada tanggal 05 April 2017 pukul 16.00 WIB di Tajug utama.

⁹ Wawancara dengan Bapak Noor (26) peziarah asal Jepara berprofesi pengusaha konveksi, pada tanggal 03 April 2017 pukul 13.00 WIB di Tajug utama.

Jawa Timur. Menurut Zakaria¹⁰ (20), ia tertarik untuk berziarah karena ziarah ini sudah menjadi kewajiban seseorang untuk selalu mengingat dengan kematian dan pastinya untuk mengalap berkah. Sedangkan santri lain M. Amirul Khoirudin¹¹ (20) mengatakan bahwa ziarah itu adat yang sudah dikenalkan kepadanya sejak kecil. Karena beliau Sunan Kudus adalah “*Waliyyul Ilmi*”.

Ahmad Yusufriyanto¹² (27) mengatakan bukan hanya ke makam Sunan Kudus saja, melainkan ia tertarik melakukan ziarah kepada semua wali yang ada, terutama para Auliya’ yang masyhur. Ia menegaskan selama masih bisa berziarah kenapa tidak. Senada dengan itu, Abdul Wahab¹³ (33) mengatakan bawa Sunan Kudus adalah wali Allah dan sudah kelihatan karomahnya.

Berbeda dengan yang dikatakan oleh Afif Anwar¹⁴ (20) ia tertarik karena Makam Sunan Kudus relatif dekat

¹⁰ Wawancara dengan Zakaria (20) santri asal Kudus, pada tanggal 6 April 2017, pukul 09.00 WIB di Masjid al-Aqsho

¹¹ Wawancara dengan M. Amirul Khoirudin (20) santri asal Kudus, pada tanggal 06 April 2017, pukul 09.30 WIB di Masjid al-Aqsho

¹² Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27) santri asal Kudus, pada tanggal 06 April 2017, pukul 10.40 WIB di makam Sunan Kudus

¹³ Wawancara dengan Abdul Wahab (33) santri asal Grobogan, pada tanggal 06 April 2017 pukul 13.00 WIB di makam Sunan Kudus

¹⁴ Wawancara dengan Afif Anwar (27) santri asal Grobogan, pada tanggal 06 April 2017 pukul 11.30 WIB di Tagug utama

dengan tempat mukimnya. Dan Nadia Faridatul Widad¹⁵ (20) ia tertarik melakukan ziarah karena bisa langsung bertawasul sekaligus bisa keluar pondok (refreshing).

2. Pengertian Ziarah Kubur bagi Peziarah

Dalam syari'at Islam, ziarah kubur itu bukan sekedar menengok kubur bukan pula sekedar tahu dan mengerti dimana ia di kubur, atau untuk mengetahui keadaan kubur atau makam, akan tetapi kedatangan seorang ke kubur adalah dengan maksud untuk mendoakan kepada yang di kubur muslim dan mengirim pahala untuknya atas bacaan ayat-ayat al-Quran dan kalimat-kalimat *Tayyibah* seperti *tahlil*, *tahmid*, *tasbih*, shalawat dan lainnya.¹⁶

Arti ziarah bagi para peziarah makam Sunan Kudus, satu dengan yang lain berbeda-beda, ada yang dapat menjebarkannya dengan panjang lebar, ada yang tidak menjawab, dan ada pula yang menjawab dengan singkat. Itu semua disebabkan oleh tingkat pengalaman dan tingkat wawasan intelektual mereka berbeda-beda.

Sufaati¹⁷ (20) mengatakan bahwa sesungguhnya ziarah yaitu tawasul kepada Sunan Kudus, karena Sunan Kudus adalah orang yang dekat dengan Allah Ta'ala. Dengan

¹⁵ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20) santri asal Situbondo Jatim, pada tanggal 06 April 2017 pukul 14.00 WIB di Tajug utama

¹⁶ M. Afnan Chafidh dan A. Ma'ruf Asrori, *op. cit*, h. 230

¹⁷ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*.

bertawasul kepada Sunan Kudus agar do'a semoga cepat terkabul. Hakekatnya tetap meminta kepada Allah tapi lewat mbah Sunan Kudus. Hal senada diungkapkan oleh Ahmad Yusufriyanto¹⁸ (27) bahwa ziarah yaitu suatu bentuk wasilah kepada Allah. Di dalam ziarah, berdo'a hanya kepada Allah, selain mendo'akan yang diziarahi juga bertawasul. Begitu pula dengan Zakaria¹⁹ (20), ia mengatakan bahwa arti sebenarnya ziarah (menurut bahasa) yaitu mengunjungi, tapi kalau berziarah kepada para wali tujuannya bertawasul dan mendekatkan diri kepada Allah. Kemudian santriwati Nadia Faridatul Widad²⁰ (20) memberi jawaban yang hampir sama, ziarah yaitu berkunjung ke tempat orang-orang yang sudah meninggal dengan tujuan untuk mengharap barokah serta wasilah kepada yang diziarahi dan untuk berdo'a kepada Allah.

Tawasul berasal dari bahasa Arab : *wasala – yusilu – wasilatan*, yang berarti jalan. Wasilah biasa dimaknai sebagai jalan untuk dapat mendekatkan diri kepada Tuhan. Atau dengan kata lain mengerjakan sesuatu sesuatu amal kebaikan, yang dapat mendekatkan diri kepada Tuhan.²¹

¹⁸ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op. cit.*

¹⁹ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit.*

²⁰ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op. cit.*

²¹ Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006), h. 157

Dalil (alasan) yang biasa digunakan untuk menunjukkan kebolehan bertawasul adalah firman Allah dalam al-Qur'an surat al-Maidah ayat 35:

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٣٥﴾ (سورة المائدة : ٣٥)

Artinya : *“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan carilah jalan yang mendekatkan diri (wasilah) kepada-Nya, dan berjihadlah pada jalan-Nya, supaya kamu mendapat keberuntungan.”*²²

Berdoa dengan tawasul juga didasarkan pada hadits Nabi saw : *“Adalah Sayyidina Umar bin Khaththab ra, apabila terjadi kemarau beliau berdoa dengan bertawasul dengan Abbas bin Abdul Muththalib (paman Nabi). Umar bin Khaththab berdoa : Ya Allah... Bahwasannya kami pernah berdoa dengan bertawasul kepada Engkau dengan Nabi, mana Engkau turunkan hujan, dan sekarang kami bertawasul dengan paman Nabi kami, maka Ya Allah, turunkanlah hujan. Anas berkata : Maka turunlah hujan kepada kami.”* (HR. Bukhari dari Anas bin Malik)

Berdasarkan ayat dan hadits tersebut, maka yang dimaksud berdoa secara bertawasul adalah berdoa kepada Tuhan (bukan kepada yang lain-Nya), dengan memperingatkan sesuatu yang dikasihi Allah. Ulama berbeda pendapat tentang kebolehan berdoa dengan cara bertawasul ini.

²² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid II, h. 391

Menurut mayoritas ulama *ahlus sunnah wal jama'ah*, berdo'a dengan cara yang demikian diperbolehkan, bahkan dinilai sebagai sesuatu kebaikan dan memiliki nilai pahala. Dasar yang dipakai oleh ulama ahlus sunnah adalah aat dan hadits yang telah disebutkan.

Wasilah tak ubahnya meminta pertolongan kepada seseorang yang dekat dengan pemimpin. Berdo'a kepada Tuhan juga dapat dilakukan dengan jalan bertawasul, baik dengan orang yang masih hidup ataupun yang sudah meninggal.²³

Sebagai contoh bertawasul kepada orang yang sudah meninggal yaitu : ketika berziarah ke suatu makam seorang ulama besar, lalu berdo'a kepada tuhan : “Ya Allah, Ya Tuhan Yang Pengasih dan Penyayang, saya mohon ampunan dan keridlaan-Mu, atas kemuliaan Nabi dan kekasih-Mu. Kabulkanlah permohonan saya, Ya Allah yang Rahman dan Rahim.”

Perlu digaris bawahi, bahwa doa dengan cara bertawasul sebagaimana dicontohkan di atas, menurut ulama *ahlus sunnah wal jama'ah*, sangat jauh berbeda dengan cara-cara yang dilakukan oleh orang-orang kafir yang menyembah berhala, seperti yang dikatakan oleh Ibnu Taimiyyah.

²³ Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam*, *op. cit.*, h. 158

Orang Islam yang berdoa dengan seperti itu, pada dasarnya tidak meminta kepada Nabi, wali, atau ulama, tetapi semata-mata hanya kepada Allah SWT.²⁴

Posisi tawasul adalah memberi pengaruh terhadap pribadi si peminta. Kalau kebetulan orang yang berpenyakit, hanya bisa berjalan bertatih-tatih, tawasul tersebut membantu dalam berjalan, sehingga bisa berjalan lebih cepat dibandingkan kalau jalan sendiri.

Masalah kemusyrikan dalam bertawasul ini, bagi orang yang mengerti dan memiliki tauhid yang kuat ia tidak akan mengalami kesulitan, sebab ada koridornya. Orang awam atau anak kecil pun tahu, yang didatangi itu orang mati. Bukan Tuhan. Ini menunjukkan, bahwa tidak syirik. Yang perlu dijaga, jangan sampai *ta'aluq* (tergantung) kepada orang yang diziarahi, seolah-olah kubur tersebut memberi *atsar* (manfaat) kepada diri seseorang, itu yang tidak dibenarkan. Jadi, ketika ziarah kepada Wali Allah swt semata-mata minta dibimbing dan dituntun oleh orang-orang yang dekat kepada Allah swt. Baik itu yang masih hidup, maupun yang sudah meninggal.²⁵

Sedangkan menurut KH. Abdul Syakur²⁶ (60) ziarah adalah berkunjung kepada orang-orang yang sholeh baik yang

²⁴ *Ibid*, h. 159

²⁵ Tim Majlis Khoir, *Habib Luthfi bin Yahya Menjawab keluh kesah Umat*, (Malang : Majlis Khoir Publishing, 2012) h. 128

²⁶ Wawancara dengan Bapak KH. Abdul Syakur (60), *op. cit.*

sudah meninggal maupun yang masih hidup. Kemudian Jumari²⁷ (56) memberikan jawaban bahwa ziarah itu mendoakan orang yang sudah meninggal. Peziarah yang lain Subali²⁸ (50) mengartikan hampir sama yaitu ziarah itu berkunjung dan sejatinya ziarah itu berdzikir, membaca tahlil, dan membaca ayat-ayat suci al-Qur'an, dll. Senada dengan Subali, seorang santri yaitu Abdul Wahab²⁹ (33) mengartikan ziarah adalah membesuk tempat pemakaman dan membaca kalimat *Thoyyibah*.

Istilah tahlil berasal dari bahasa Arab "*Tahlil*" yang berarti *la ilaha illallah*. Tahlil pada umumnya membaca serangkaian kalimat yang terdiri dari : 1). Ayat-ayat al-Qur'an (biasanya terdiri dari : Surat Al-Fatihah, Surat Al-Ikhlash, Surat Al-Falaq, Surat An-Nass, kemudian awal surat Al-Baqarah, ayat Kursi dan dua atau tiga ayat-ayat surat Al-Baqarah), 2). Shalawat kepada Nabi Muhammad s.a.w. dengan sughah / bentuknya yang tidak dibakukan. 3). Dzikir / tahlil (bacaan *La Ilaha Illallah*, dan sering kali ditambah dengan bacaan *Ya Allah Ya Rahim*, atau *Ya Rahmanu Ya Rahim*). 4). *Tasbih* dan *tahmid* (membaca *Subhanallah wa Bihamdih Subhanallahi al-'Adhim*, atau kalimat lain yang searti). 5). *Istighfar* (memohon ampun kepada Allah, untuk dirinya sendiri

²⁷ Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op. cit.*

²⁸ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit.*

²⁹ Wawancara dengan Abdul Wahab (33) santri asal Grobogan, pada tanggal 06 April 2017 pukul 13.00 WIB di makam Sunan Kudus

maupun untuk orang lain, baik yang masih hidup maupun yang sudah meninggal). 6). Do'a, sesuai dengan tujuan masing-masing individu.³⁰

Ada juga yang mengartikan bahwa ziarah itu suatu ajang curhat kepada orang-orang Sholeh yang sudah meninggal dunia. Seperti yang dilakukan oleh M. Amirul Khairudin³¹ (20) Menurutnya ziarah baginya adalah curhat kepada Sunan Kudus dan sekaligus sowan (mendatangi). Ziarahpun dapat menjadikan orang ingat akan kematian, jawaban dari Afif anwar³² (20).

3. Motivasi/Niat Masyarakat Ziarah ke Makam Sunan Kudus

Motivasi berasal dari kata “motif” diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam diri manusia dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Bahkan motif dapat diartikan sebagai suatu kondisi intern (kesiapsiagaan). Berawal dari kata “motif” itu, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak telah menjadi aktif. Motivasi akan aktif pada suatu hal tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan yang sangat dirahasiakan.³³

³⁰ Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit.*, h. 237-238

³¹ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op. cit.*

³² Wawancara dengan Afif Anwar (27), *op. cit.*

³³ Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta : Rajawali Pers, 1992) h. 73

Motivasi adalah keadaan psikologis yang merangsang dan memberi arah terhadap aktivitas manusia. Dialah kekuatan yang menggerakkan dan mendorong aktivitas seseorang. Motivasi seseorang itulah yang membimbingnya ke arah tujuannya. Begitulah tujuan-tujuan dan aktifitas-aktifitas seseorang berkaitan dengan motivasinya. Sedangkan tujuan adalah apa yang terdapat pada lingkungan yang mengelilingi seseorang yang pencapaiannya membawa kepada pemuasan motivasi tertentu. Dari sinilah jelas bagaimana tujuan-tujuan itu berkaitan dengan motivasi. Dan merupakan keharusan seseorang mengetahui apa yang mendorong manusia dalam aktivitas-aktivitasnya supaya dapat kita memahami aktivitas-aktivitas yang dikerjakannya.³⁴

Dalam Islam semua perbuatan akan dinilai dari niatnya. ‘Umar ibn al-Khaththab mendengar Rasulullah saw. bersabda :

إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَى. فَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ فَهِجْرَتُهُ إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ، وَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ لِدُنْيَا يُصِيبُهَا أَوْ امْرَأَةٍ يَنْكِحُهَا فَهِجْرَتُهُ إِلَى مَا هَاجَرَ إِلَيْهِ.

Artinya : “Amal itu tergantung pada niatnya. Bagi setiap orang apa yang ia niatkan. Siapa hijrahnya karena Allah dan Rasul-Nya, maka hijrahnya karena Allah dan Rasul-Nya. Sedangkan hijrahnya adalah karena dunia yang ia

³⁴ M. Hafi Anshari, *Dasar-Dasar Ilmu Jiwa Agama*, (Surabaya: Usana Offset Printing, 1991) h. 51- 52

ingin miliki atau perempuan yang ia ingin nikahi, maka hijrahnya karena hal itu pula.”³⁵

Makna hadits ini adalah salah satu ajaran pokok agama, bahwa inti setiap perbuatan. Kata “niat” (*niyyah*) dalam istilah orang Arab hampir sinonim dengan “kehendak” (*qashd*) dan “keinginan” (*iradah*). Niat adakalanya dipahami sebagai satu macam keinginan, dan adakalanya dipahami semakna dengan keinginan. Mayoritas (jumhur) ulama mengatakan bahwa hadits ini berlaku umum, tidak hanya berlaku pada amal saleh saja; melainkan mencakup niat baik ataupun buruk.³⁶ Apa yang diniatkan itulah yang akan didaptkannya.

Motivasi atau niat dari peziarah makam Sunan Kudus sudah pasti berbeda dengan yang lainnya. Penulis berhasil mewawancarai sebagian peziarah makam Sunan Kudus, berikut hasil yang penuli peroleh dari motivasi atau niat dari peziarah, diantaranya :

a. *Ngalap* (mengharap) berkah dan tawasul

Ada beberapa peziarah yang niatnya ngalap berkah dan tawasul, diantaranya yaitu : Sufaati³⁷ (60), ia niat dari rumah mengharapkan berkah dan bertawasul kepada Sunan Kudus serta berdoa agar anaknya yang sedang sakit cepat disembuhkan oleh Allah SWT. Ia

³⁵ Izza Rohman Nahrowi, (ed), *Ikhlās Tanpa Batas*, (Jakarta : Zaman, 2010), Cet. II, h. 17-18

³⁶ *Ibid.*, h. 21-22

³⁷ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

berziarah ke Sunan Kudus dengan membawa 3 botol air mineral besar, dengan maksud air tersebut membawa barokah buat anaknya; Subali³⁸ (50) mengatakan ngalap barokah; Afif Anwar³⁹ (20) mengatakan ingin bertawasul, mencari berkah; Abdul wahab⁴⁰ (33) mengatakan ingin mengalap keberkahan beliau; Nadia Faridatul Widad⁴¹ (20) mengatakan supaya mendapatkan barokahnya Sunan Kudus.

b. Curhat

M. Amirul Khairudin⁴² (20) ia mengatakan ingin curhat kepada beliau, mohon dido'akan, dan menenangkan pikiran.

c. Mendekatkan diri kepada Allah

Ahmad Yusfriyanto⁴³ (27) ia mengatakan ingin mendekatkan diri kepada Allah

d. Ingin lulus ujian

Aminullah Ibrahim⁴⁴ (18) dan Manarul Hidayah⁴⁵ (18) keduanya kelas 3 MA. Datang ziarah ke Sunan

³⁸ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit*

³⁹ Wawancara dengan Bapak Afif Anwar (20), *op. cit*

⁴⁰ Wawancara dengan Abdul Wahab (33), *op. cit*

⁴¹ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad, *op. cit*

⁴² Wawancara dengan M. Amirul Khairudin (20), *op. cit*

⁴³ Wawancara dengan Ahmad Yusfriyanto (27), *op. cit*

⁴⁴ Wawancara dengan Aminullah Ibrahim (18) pelajar asal Kudus pada tanggal 7 april 2017

⁴⁵ Wawancara dengan Manarul Hidayat (18) pelajar asal Kudus pada tanggal 7 april 2017

Kudus ingin bertawasul agar dimudahkan mengerjakan soal dan lulus dalam Ujian Nasional.

e. Berwisata dan senang-senang

Suriah⁴⁶ (47) motivasinya adalah senang-senang. Noor⁴⁷ (26) ia mengatakan ingin berwisata.

f. Ingin lebih mengenal sejarah Sunan Kudus

KH. Abdul Syakur⁴⁸ (60) ia mengatakan ingin tahu sejarah Sunan Kudus, kelebihan-kelebihannya, kemudian menghayatinya serta mengikuti jejak – jejak dari Sunan Kudus.

g. Ingat mati / mendoakan orang yang sudah meninggal

Jumari⁴⁹ (56) mengatakan tujuannya mendoakan orang yang sudah meninggal, bertawasul kepada mbah Sunan, aar sehat sekeluarga, gampang rezeki, bisa ziarah ke Mekah Medinah. Zakaria⁵⁰ (20) ia mengatakan agar selalu bisa mendekatkan diri kepada Allah dan selalu bisa ingat dengan kematian.

Disamping peziarah yang penulis wawancarai mengenai motivasi / niatnya, penulis mencoba menanyakan

⁴⁶ Wawancara dengan Ibu Suriah (47), *op. cit*

⁴⁷ Wawancara dengan Noor (26), *op. cit*

⁴⁸ Wawancara dengan Bapak KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

⁴⁹ Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op. cit*

⁵⁰ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit*

hal ini kepada Drs. H. Em Nadjib Hasan⁵¹ selaku ketua umum YM3SK. Ia mengatakan bahwa ziarah kubur sekarang ziarahnya saja yang ada dan kuburnya dihilangkan, dalam artian ziarah hanya berkunjung saja. Dan ada juga yang mengatakan dengan wisata ziarah atau wisata regili, itu sebenarnya tidak relevan, karena tidak ada yang namanya ziarah ditambahi wisata, kalau wisata cukup wisata saja kalau niatnya ziarah cukup ziarah saja. Sedangkan dilihat dari motivasi mereka yang datang ke makam Sunan Kudus itu bermacam-macam. Melihat fenomena saat ini, musim Ujian Nasional, anak-anak sekolah banyak sekali yang berdatangan ziarah ke Sunan Kudus, agar hajatnya terpenuhi dapat lulus ujian nasional.

4. Waktu Berziarah

Tradisi ziarah makam sunan Kudus biasa dilakukan setiap saat bagi masyarakat kudus dan sekitarnya. Namun demikian, pada malam Jum'at (Kamis malam) dan Jum'at pagi merupakan waktu - waktu yang ramai dikunjungi oleh para peziarah. Pada Jum'at pagi makam Sunan Kudus juga dipadati para peziarah, terutama mereka yang selesai mengikuti pengajian Tafsir Jalalain di Masjid Menara Kudus. Bagi masyarakat Kudus, tradisi ziarah ke makam Sunan

⁵¹ Wawancara dengan Bapak Drs. H. Em Nadjib Hasan selaku ketua umum YM3SK, pada tanggal 3 April 2017 pukul 20.00 WIB di kantor pengurus

Kudus ini juga lazim dilakukan oleh warga masyarakat yang akan menunaikan ibadah haji dan juga sepulang dari menunaikan ibadah haji sebelum sampai ke rumah. Sementara bagi peziarah dari luar Kudus, banyak yang berdatangan untuk berziarah terutama pada bulan Muharram dan Sya'ban, tapi sejak beberapa tahun terakhir ada tren baru yakni pada waktu hari-hari libur kerja atau libur sekolah.⁵²

Penulis berhasil mewawancarai sebagian peziarah makam Sunan Kudus, kebanyakan dari mereka sering melakukan ziarah sampai tidak dapat menghitung jumlahnya lagi, namun dalam melakukan ziarah mereka tidak dibatasi oleh hari-hari tertentu.

Menurut juru parkir makam Sunan Kudus dan para pedangan sekitar makam Sunan Kudus, bahwa hari liburlah yang paling banyak pengunjungnya yaitu mulai jum'at sore sampai hari minggu. Sedangkan menurut Eko Sudarto⁵³ yang berprofesi sebagai tukang ojek makam Sunan Kudus mengatakan bahwa hari yang ramai adalah sabtu, minggu dan bulan yang ramai itu ada 5 yaitu *suro*, *mulud*, *rejab*, *ruwah*, *syawal*.

⁵² Purwadi dkk, *op. cit.*, h. 111 - 112

⁵³ Wawancara dengan Bapak Eko Sudarto yang berprofesi sebagai tukang ojek menara, pada tanggal 05 April 2017, pukul 15.40 di pangkalan tukang ojek taman Menara Kudus

Sedangkan Drs. H. Em Nadjib Hasan⁵⁴ selaku ketua umum YM3SK (Yayasan Menara, Masjid dan Makam Sunan Kudus) mengatakan Sejak beliau wafat, makamnya sudah ramai diziarah oleh warga sekitar, namun dengan perkembangan zaman, teknologi, dan transportasi. Dari tahun ketahun jumlah orang yang berdatangan ke makam Sunan Kudus bertambah banyak. Kemudian dulu memang ada hari/bulan yang spesial yang sering dimanfaatkan peziarah untuk datang berziarah misalnya bulan Sya'ban atau ruwah, bulan Muharrom, Bulan Rajab, dll. Ada juga misalnya bulan dzulqo'dah (orang jawa menamai bulan *apit*) orang-orang yang berziarah ke makam Sunan Kudus jumlahnya cuma sedikit atau sepi. Namun sekarang tidak ada bulan/hari tertentu, semuanya ramai, terebih kalau itu hari libur. Alhamdulillah, orang-orang mengisi/memanfaatkan liburan dengan hal positif yaitu untuk ziarah ke Makam Sunan Kudus, berarti kharisma / kebesaran dari Sunan Kudus masih kuat dan sangat dihormati oleh masyarakat sekitar maupun dari luar daerah.

Dibawah ini penulis suguhkan data pengunjung peziarah makam Sunan Kudus mulai tahun 2015, 2016 dan bulan Januari – Februari tahun 2017. Data ini tidak bersifat mutlak, karena data ini hanya diperoleh dari peziarah yang mendaftar pada buku pendaftaran tamu makam Sunan Kudus,

⁵⁴ Wawancara dengan Bapak Drs. H. Em Nadjib Hasan, *op. cit*

sedangkan banyak juga para pengunjung yang tidak mendaftarkan dirinya di buku tamu peziarah makam Sunan Kudus. Naik turunya pengunjung menjadi kewajaran, namun itu semua tergantung bulan dan hari libur nasional dan hari libur kerja.

Data yang penulis sajikan ini adalah data yang penulis terima dari salah satu staf di YM3SK (Yayasan Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus) yaitu dari Bapak Denny Nur Hakim pada tanggal 11 April 2017 dan disempurnakan tanggal 20 Juni 2017.

Tabel pengunjung Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus tahun 2015

No.	Bulan	Pelajar	Maha siswa	Dinas	Asing	Umum	Jumlah
1.	Januari	48	4	2	6	41882	41942
2.	Februari	73	8	4	0	23241	23326
3.	Maret	313	2	9	0	28759	28759
4.	April	69	35	0	0	39425	39425
5.	Mei	127	18	3	19	62086	62086
6.	Juni	2	8	0	0	54281	54291
7.	Juli	0	8	12	9	34571	34600
8.	Agustus	11	2	19	2	38213	38247
9.	September	6	100	4	0	43012	43122
10.	Oktober	103	18	6	2	58523	58652
11.	Npermbler	16	727	0	3	59651	60397
12.	Desember	10	2	0	52	53622	53686

Tabel pengunjung Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus
tahun 2016

No.	Bulan	Pelajar	Maha siswa	Dinas	Asing	Umum	Jumlah
1.	Januari	10	16	19	7	54382	54434
2.	Februari	87	2	11	3	65126	65229
3.	Maret	62	6	30612	0	19	30699
4.	April	120	25	51276	0	14	51435
5.	Mei	2	18	2	6	125673	125701
6.	Juni	3	4	32251	0	3	32261
7.	Juli	0	3	8	2	45750	45763
8.	Agustus	27	59	15	2	34880	34983
9.	September	137	2	86	1	39256	39482
10.	Oktober	9	108	17	4	74752	74892
11.	November	79	534	5	20	48604	49242
12.	Desember	15	3	2	32	51699	51751

Tabel pengunjung Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus
tahun 2017

No.	Bulan	Pelajar	Maha siswa	Dinas	Asing	Umum	Jumlah
1.	Januari	194	29	13	4	58325	58565
2.	Februari	81	11	14	0	48357	48463
3.	Maret	16	42	11	97	60.101	60267
4.	April	16	21	8	0	95204	95249
5.	Mei						

6.	Juni						
7.	Juli						
8.	Agustus						
9.	September						
10.	Oktober						
11.	NperMBER						
12.	Desember						

5. Kedatangan Peziarah

Kedatangan peziarah ke makam Sunan Kudus ada berbagai macam, mereka ada yang datang bersama keluarganya, ada juga yang seorang diri, dan banyak pula yang datang ke makam Sunan Kudus dengan rombongan menggunakan bis.

a. Bersama keluarga

Kegiatan ziarah bersama keluarga biasanya dilakukan oleh peziarah yang berdomisili dekat dengan makam Sunan Kudus. Seperti yang dilakukan oleh Jumari⁵⁵ (56) yang berdomisili Kudus, ia datang ke Sunan kudus dengan didampingi oleh Istrinya, kegiatan ziarah ini sering mereka lakukan bersama. Ada juga peziarah yang sama-sama berasal dari Jepara Noor⁵⁶ (26) dan

⁵⁵ Observasi dengan peziarah Bapak Jumari pada tanggal 5 April 2017

⁵⁶ Observasi dengan peziarah Noor (26) pada tanggal 2 April 2017

Suriah⁵⁷ (47) yang melakukan ziarah dengan keluarganya sekaligus berwisata.

b. Individu

Peziarah yang melakukan ziarah seorang diripun banyak ditemukan, rata-rata mereka ada hajat khusus yang ingin ditawaskan kepada Sunan Kudus dan ada juga yang ingin mencari ketenangan jiwa. Salah satu peziarah yang datang secara individu adalah Sufaati⁵⁸ (60), ia berasal dari Jepara dengan naik angkutan umum dan bus mini, diusianya yang sudah lanjut, ia datang dengan tujuan mengarapkan berkah dari Sunan Kudus dan berikhtiyar tawasul kepada Sunan Kudus agar Allah menyembuhkan penyakit yang sedang diderita anaknya.

c. Rombongan

Kegiatan ziarah ke makam Sunan Kudus juga dilakukan oleh rombongan-rombongan dari suatu perkumpulan atau Jamiyyah keagamaan. Misalnya rombongan dari Weleri Kendal yang dipimpin oleh KH. Abdul Syakur⁵⁹ (60) yang berjumlah 60 orang dengan menggunakan 1 bis dan rombongan dari Pekalongan yang di pimpin oleh bapak Subali yang berjumlah 60 orang dengan menggunakan 1 bis.

⁵⁷ Observasi dengan peziarah Ibu Suriah (47) pada tanggal 5 April 2017

⁵⁸ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

⁵⁹ Observasi dengan rombongan dari Weleri Kendal yang dipimpin oleh KH. Abdul Syakur (60), pada tanggal 02 April 2017

6. Ritual Yang Dilakukan Peziarah

Setiap individu atau rombongan memiliki ciri tersendiri dalam melakukan ritual di makam Sunan Kudus. Semua berbeda-beda, misalnya dalam hal bacaan satu dengan yang lainnya berbeda, begitupula dengan nada suara yang diucapkannya, ada yang melafalkan dengan suara keras dan ada juga yang dengan suara yang lembut. Semuanya berbeda, namun menariknya walaupun berbeda, tidak ada yang bertengkar atau tersinggung satu sama lain, malah yang terjadi adalah persatuan/mempersatukan.

Kemudian penulis mencoba untuk mengamati dan mengikuti ritual apa saja yang dijalani oleh peziarah makam Sunan Kudus, diantaranya rombongan dari Pekalongan yang dipimpin oleh Subali⁶⁰ (50). Pertama para peziarah dari rombongan tersebut ada yang melakukan wudlu terlebih dahulu, ada juga yang langsung masuk makam. Kemudian peziarah memasuki area makam, sebelum sampai dipesarean utama makam Sunan Kudus, sebagian peziarah ada yang menyentuh atas dari pintu gapuro masuk makam. Kalau orangnya tidak tinggi maka untuk menyentuhnya dilakukan dengan melompat ataupun berjinjit.

Setelah semuanya sampai dipesarean utama makam Sunan Kudus, kemudian sang Kyai memandu semua

⁶⁰ Observasi dengan rombongan dari Pekalongan yang dipimpin oleh Subali (50), pada tanggal 05 April 2017

rombongannya untuk berdiri memberi salam dan puji-pujian kepada Sunan Kudus. Kemudian duduk dilanjutkan kirim fatihah yang sudah meninggal dan dilanjutkan dengan membaca Yasin serta tahlil. Penulis memperhatikan bahwa semua peziarah membaca Yasin dengan serentak dan dengan suara yang agak keras, tidak ada satupun yang tidak membaca, mereka membaca dengan fasih dan khusyuk.

Setelah ziarah sudah selesai, para rombongan meninggalkan lokasi kemudian melanjutkan perjalanan selanjutnya yaitu ke Sunan Muria.

Selanjutnya rombongan dari Weleri Kendal yang dipimpin oleh KH. Abdul Syakur⁶¹ (60). Peserta lebih dominan perempuan daripada laki-laki. Rombongan tiba dikompleks Makam Sunan Kudus pukul 12.20 WIB. Sebagian peziarah melakukan wudlu terlebih dahulu dan ada juga peziarah yang langsung masuk ke makam Sunan Kudus. Kemudian mereka ada yang melakukan loncat ringan untuk menggapai atau menyentuh atas dari pintu gapuro masuk Sunan Kudus.

Setelah semua peziarah dari rombongan kendal berada dipusara makam Sunan Kudus. Kemudian sang kyai mengajak semuanya berdiri untuk memberi salam penghormatan kepada Sunan Kudus dilanjutkan dengan puji-pujian berbahasa Arab.

⁶¹ Observasi dengan rombongan dari Weleri Kendal yang dipimpin oleh KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

Setelah memberi salam dan puji-pujian semua peziarah diajak duduk oleh sang kyai, kemudian dilanjutkan dengan mulai berkirim fatimah dan tahlil. Semua peziarah mengikuti dengan khusyuk dan atusias serta tidak ada yang berbicara sendiri.

Penulis menyimpulkan bahwa ritual yang sering dilakukan oleh kebanyakan peziarah adalah

- a. Berwudlu atau bersuci,
- b. Menyentuh atap gapura makam
- c. Membaca Yasin.
- d. Membaca Tahlil
- e. Berdoa dan setelah itu berpamitan dengan Sunan Kudus
- f. Setelah keluar makam, peziarahpun masih melakukan menyentuh atap gapuro

7. Peluang Kerja bagi Masyarakat Sekitar Makam

Setiap ada keramaian pada suatu obyek wisata pasti membawa peningkatan pendapatan rumah tangga (keluarga) pada masyarakat di sekitarnya karena dengan banyaknya pengunjung yang datang ke tempat tersebut dapat memberikan peluang kerja bagi masyarakat sekitar makam. Dengan cara membuka usaha untuk menambah pendapatan dan meningkatkan kesejahteraan hidupnya termasuk peningkatan pendapatan rumah tangga yang terjadi pada masyarakat sekitar makam.

Manfaat ekonomi yang nampak dari pelaksanaan upacara ziarah yang dilakukan di makam Sunan Kudus yaitu bagi masyarakat Jawa khususnya, sesuatu yang bernilai keramat pasti akan menarik nilai kereligiusannya untuk dikunjungi, oleh karena itu tidak mengherankan apabila kompleks makam Sunan Kudus banyak dikunjungi para peziarah dari berbagai daerah seperti: Jepara, Kendal, Semarang, Demak, dan lain-lain. Hal tersebut secara langsung maupun tidak langsung akan menciptakan situasi dan kondisi tertentu bagi lingkungan masyarakat sekitar makam.

Dengan adanya tradisi ziarah di makam Sunan Kudus tidak hanya menciptakan suasana ramai tetapi juga bisa memberi peluang kerja bagi masyarakat di sekitar makam. Secara strategis keberadaan makam Sunan Kudus telah memberi tambahan pendapatan bagi kehidupan masyarakat setempat, khususnya bagi masyarakat yang mempunyai jiwa berwirausaha. Oleh sebab itu di sekitar makam Sunan Kudus telah tumbuh berbagai macam usaha baik yang dilakukan oleh masyarakat sekitar maupun orang-orang yang datang ke kompleks makam Sunan Kudus untuk berdagang. Ada yang membuka warung makan (seperti mie ayam, bakso, soto dan lain sebagainya), berjualan pakaian, minyak wangi, buku-buku, serta adanya jasa fotografer, tukang becak, ojek, dll.

Penulis berhasil mewawancarai beberapa pedagang atau pemilik usaha yang ada disekitar makam. Misalnya kisah dari Lina⁶² (nama tokonya Ilham) yang sejak dia lulus kuliah sudah membuka usaha toko baju, karena dia dahulunya tidak diperbolehkan kerja dipabrik / perusahaan oleh orang tuanya. Jadi dia memutuskan untuk membuka toko di sekitar makam Sunan Kudus dan sudah berjualan kira-kira 12 tahun dengan omset perbulannya minimal 5 juta rupiah.

Toko selanjutnya yang berhasil penulis wawancarai adalah toko Aziz putra⁶³ yang letaknya pas didepan pintu keluar makam Sunan Kudus, toko ini sudah berdiri 80 tahun, pemilik aslinya bapak Aziz yang sudah wafat dan sekarang diwarisi oleh anak perempuannya. Toko ini menjual berbagai macam khas oleh-oleh Kudus, misalnya jenang, dodol, dll. Omset perhari jika ramai bisa mencapai 3 juta.

Disamping berdirinya toko-toko di sekitar makam Sunan Kudus, juga ada yang menawarkan jasa fotografer, salah satunya yaitu Subarkah⁶⁴ (37) warga Singocandi Kudus. Ia menjalani jasa fotografer ini sudah 10 tahun, dengan omset kalau ramai mencapai 100 ribu rupiah. Penulis juga berhasil mewawancarai penjual sate ayam di sekitar makam Sunan

⁶² Wawancara dengan Ibu Lina pemilik toko Ilham yang membuka usaha pakaian jadi, pada tanggal 04 April 2017 pukul 16.00 WIB

⁶³ Wawancara dengan karyawan dan anak pemilik toko Azizi Putra, pada tanggal 04 April 2017 pukul 15.15 WIB

⁶⁴ Wawancara dengan Bapak Subarkah membuka jasa fotografer, pada tanggal 04 April 2017 pukul 15.30 WIB

Kudus, namanya mbak Siti⁶⁵. Ia bukanlah orang asli Kudus, melainkan dari Madura. Ia memulai berjualan sate ayam jam 4 sore sampai hasilnya sate tersebut. Dengan adanya makam Sunan Kudus ia sangat bersyukur sekali karena mampu menciptakan ladang usaha bagi masyarakat. Ia mengaku sudah berjualan sate selama 12 tahun dan sehari omsetnya 50 ribu rupiah.

Melalui usaha-usaha tersebut, masyarakat yang membuka usaha di makam Sunan Kudus dapat meningkatkan penghasilannya, setidaknya-tidaknya mendapat tambahan penghasilan untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya. Ada juga yang membuka usaha di sekitar makam Sunan Kudus menganggap kerjaan tersebut sebagai usaha atau kerjaan sambilan (sampingan) saja karena jika dijadikan usaha tetap hasilnya kurang memadai. Seperti penuturan dari Eko Sudarto⁶⁶ yang berprofesi menjadi tukang ojek selama kurang lebih 7,5 tahun. Ia mengaku hasil dari ojeknya masih kurang cukup, kadang sehari ia hanya mendapatkan 25 ribu dan kadang kalau ramai 50 ribu lebih. Lebih lanjut ia menuturkan ada 5 bulan yang dianggapnya paling ramai daripada bulan-bulan yang lain yaitu *suro*, *mulud*, *rejab*, *ruwah*, *syawal*. Namun, berapapun hasil yang didapat tetap ia syukuri dan

⁶⁵ Wawancara dengan mbak Siti penjual sate ayam, pada tanggal 04 April 2017 pukul 16.00 WIB

⁶⁶ Wawancara dengan bapak Eko Sudarto yang berprofesi sebagai tukang ojek menara, pada tanggal 05 April 2017, pukul 15.40 di pangkalan tukang ojek taman Menara Kudus

setidaknya masih bisa menambah pendapatannya dan meningkatkan kesejahteraan hidup keluarga.

Setiap satu tahun sekali di kompleks makam Sunan Kudus diadakan tradisi “*dandangan*” yang diselenggarakan setiap menjelang bulan Ramadhan. Setiap orang dari berbagai wilayah berbondong-bondong untuk membuka ladang usaha di sana. Tak ketinggalan pula dari warga sekitar makam ikut berjualan, namanya Abdul Mun’im⁶⁷ yang berdomisi di Demangan Kudus. Ia hanya berjualan disetiap *dandangan* tiba semata. Tradisi *dandangan* biasanya terjadi 2 minggu sebelum bulan Ramadhan tiba. Selama 2 minggu tersebut Abdul Mun’im mampu mengeruk keuntungan lebih dari 5 juta rupiah hanya dengan berjualan sarung saja.

8. Manfaat Atau Hikmah Ziarah Bagi Peziarah

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ قَالَ نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ زِيَارَةِ الْقُبُورِ وَعَنْ لُحُومِ الْأَضَاحِيِّ بَعْدَ ثَلَاثٍ وَعَنْ التَّبِيدِ فِي الدُّبَاءِ وَالتَّقْيِيرِ وَالْحَنْتَمِ وَالْمَزْفَتِ قَالَ ثُمَّ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَعْدَ ذَلِكَ أَلَا إِنِّي قَدْ كُنْتُ نَهَيْتُكُمْ عَنْ ثَلَاثٍ ثُمَّ بَدَأَ لِي فِيهِنَّ نَهَيْتُكُمْ عَنْ زِيَارَةِ الْقُبُورِ ثُمَّ بَدَأَ لِي أَنَّهَا تُرِقُّ الْقَلْبَ وَتُدْمِعُ الْعَيْنَ وَتُذَكِّرُ الْآخِرَةَ فَزُورُوهَا وَلَا تَقُولُوا هُجْرًا (رواه احمد والبيهقي)

Artinya : *Diriwayatkan dari Anas ibn Malik bahwa Rasulullah telah melarang ziarah kubur, melarang memakan daging kurban setelah tiga hari, dan meminum minuman di*

⁶⁷ Wawancara kepada warga sekitar Bapak Abdul Mun’im, pada tanggal 05 April 2017, pukul 17.00 WIB

dalam wadah *ad-Dubba'*, *an-Naqir*, *al-Hatam*, dan *al-Muzaffat*. Kemudian Rasulullah berkata (beberapa waktu) sesudah pelarangan itu, “Aku pernah melarang kalian dari tiga perkara. Namun kemudian teranglah apa-apa tentang ketiganya. Aku mencegah kalian berziarah kubur, kemudian teranglah bagiku bahwa ziarah kubur membuat hati kalian menjadi lunajk; bahwa ia mampu membuat air mata menetes; bahwa ia mengingatkan akan akhirat. Oleh karena itu, berziarah kuburlah kalian dan janganlah berkata-kata buruk.” (HR. Ahmad dan al-Baihaqi)⁶⁸

Dari wawancara yang penulis lakukan, bisa disimpulkan bahwa manfaat atau hikmah dari berziarah ke makam Sunan Kudus yaitu :

1. Mengharap berkah

Berkah berasal dari bahasa Arab “*barakah*” yang berarti “*ziyadatul khoir*”, yakni bertambah banyaknya kebaikan. Berkah dapat berada dalam banyak hal, semisal ilmu, umur, makanan, minuman, dagangan, dll. Dengan berkah, kebaikan semua hal tersebut akan terus bertambah.

Ngalap berkah berarti mengais berkah. Hal itu dapat ditempuh dengan berbagai cara, diantaranya dengan media makam wali, memang, wali atau kuburan tidak mempunyai berkah atau kekuatan sedikit pun. Berkah dan kekuatan hanya dimiliki Allah semata. Namun Allah akan

⁶⁸ Rakily-ar, Bintus Sami', *40 Hadits Shahih : Teladan Rasul dalam berziarah Kubur*, (Yogyakarta : Pustaka Pesantren, 2011), h. 127-128

mengalirkan berkah lewat orang-orang yang dicintainya.⁶⁹

Beitu pula dengan peziarah yang ada dimakam Sunan Kudus, diantaranya Subali⁷⁰ (50), ia mengatakan banyak manfaat dalam berziarah diantaranya mendapatkan ketenangan dan mengharap berkah. Sedangkan Sufaati⁷¹ (60), ia mengatakan hatinya tentram, dan berharap mendapatkan berkah.

Ketika berada di makam, bacalah al-Qur'an, dzikrullah, dan shalawat. Pahala-pahala bacaan itu semoga menjadi penyebab turunnya rahmat dari Allah swt. Diharapkan, pahala bacaan itu akan menambah pahala kepada orang yang diziarahi, dan nantinya akan mengalirkan pahala kepada yang menziarahinya. Itulah di antaranya hikmah yang dapat kita petik dari ngalap berkah di makam para wali.⁷²

2. Hati lebih tenang

Pada hakikatnya ziarah itu melakukan wudlu, berdzikir, berdo'a, membaca al-Qur'an, dan mengingat mati, kesemuanya itu dapat menghantarkan jiwa seseorang menjadi tenang dan damai.

⁶⁹ Ibnu Masykuri, *Panduan Praktis Ziarah Kubur*, (Kediri, Lirboyo Press : 2014), Cet II, h. 63-64

⁷⁰ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit*

⁷¹ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

⁷² Mehdy Zidane (ed.), *op. cit*, h. 173

Zakaria⁷³ (20), ia mengatakan hatinya lebih terang, tenang; M. Amirul Khairudin⁷⁴ (20), ia mengatakan merasa lebih tenang dan beban pikirannya berkurang; Nadia Faridatul Widad⁷⁵ (30), ia mengatakan hati lebih senang dan tenang; Manarul Hidayat⁷⁶ (18) fikiran tenang.

3. Wisata

Disamping ziarah sebagai ranah religi dan spiritual, ziarah bagi peziarah juga sebagai ajang wisata, mereka mendapatkan apa yang mereka niatkan.

Misalnya peziarah Suriah⁷⁷ (47) ia mengatakan bahwa ziarah banyak manfaatnya, diantaranya bisa wisata; kemudian Noor⁷⁸ (26) ia mengatakan lebih tenang dan dapat berwisata keluarga.

4. Mengingat mati

Di dalam memperbanyak ingat mati, merasa dekat datangnya kematian terdapat faidah yang agung, manfaat yang banyak. Diantaranya adalah *zuhud* di dunia (hatinya tidak tergiur dunia), *qona'ah* (menerima) sesuatu yang sedikit dari dunia, selalu beristiqomah melakukan amal kebaikan yang merupakan bekal akhirat, menjauhi

⁷³ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit*

⁷⁴ Wawancara dengan M. Amirul Khairudin (20), *op. cit*

⁷⁵ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op. cit*

⁷⁶ Wawancara dengan Manarul Hidayat (18), *op. cit*

⁷⁷ Wawancara dengan Ibu Suriah (47), *op. cit*

⁷⁸ Wawancara dengan Noor (26), *op. cit*

kejelekan, dan bersegera melakukan taubat kepada Allah dari segala amal kejelekan bila ia melakukannya.⁷⁹

Misalnya peziarah KH. Abdul Syakur⁸⁰ (60), ia menatakan bahwa ziarah itu dapat mengingatkan orang kepada kematian, bertawasul mohon kepada Allah lewat perantara Sunan Kudus agar do'a - do'a cepet terkabul, karena Sunan Kudus adalah orang yang dekat dengan Allah. Sedangkan Abdul Wahab⁸¹ (33) mengatakan ada banyak manfaat dibalik berziarah, disamping ingat mati, juga mengingat sejarah masa perjuangan beliau.

B. Ketenangan Jiwa Peziarah Sunan Kudus

Ketenangan berasal dari kata “tenang” yang kemudian diberi imbuhan ke-an. Ketenangan secara etimologi berarti mantap, tidak gusar, yaitu : suasana jiwa yang berada dalam keseimbangan sehingga menyebabkan seseorang tidak terburu-buru atau gelisah. Dalam bahasa Arab, kata tenang ditunjukkan dengan kata *ath-Thuma'ninah* yang artinya ketentraman hati kepada sesuatu dan tidak tergoncang atau resah.

⁷⁹ Muhammad bin Alwi Al-Maliki Al Hasani, *Fiqh Kubur : Kupas Tuntas Amalan-Amalan Yang Berkaitan Dengan Kubur di tinjau dari perspektif Al-Qur'an dan Hadits* diterjemahkan oleh M. Sholehuddin dan Shofwan dari “Tahqiqul Amal Yanfau' Lil mayit Minal A'mal”, *op. cit.* h. 130

⁸⁰ Wawancara dengan KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

⁸¹ Wawancara dengan Abdul Wahab (33), *op. cit*

Dibawah ini penulis sebutkan beberapa indikator dari ketenangan jiwa yang dikutip dari laporan penelitian individual yang disusun oleh Dra. Wafiyah NIP. 195007271981032001 dengan judul “*Pengaruh Tingkat Ketaatan Beribadah Terhadap Jiwa (Studi Perbedaan Antara Mahasiswa Fakultas Dakwah yang kos dengan yang Mukim di Pesantren)* pada tahun 2011, dibiayai dengan dana bantuan penelitian DIPA IAIN Walisongo Semarang. Indikatornya yaitu :

1. Bebas dari gangguan dan penyakit kejiwaan
2. Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antara pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan
3. Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sifat) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan
4. Memiliki rasa aman (*sensu of security*) yang tepat, mampu berhubungan dengan orang lain dalam bidang kerja, pergaulan, dan dalam lingkungan kerja.
5. Memiliki penelian (*self evaluation*) dan wawasan diri yang rasional dengan harga diri yang tidak berlebihan, memiliki kesehatan secara moral, tidak dihindangi rasa bersalah. Selain itu juga dapat menilai perilaku yang asosial dan tidak manusiawi sebagai gejala perilaku yang menyimpang.
6. Mempunyai kontak dengan realitas secara efisien, tanpa ada fantasi dan angan-angan berlebihan. Pandangan hidupnya realitas dan cukup luas. Dia sanggup menerima segala cobaan

hidup, kejutan-kejutan mental serta nasib buruk lainnya dengan besar hati.

7. Memiliki tujuan hidup yang tepat, wajar, dan realitas sehingga dapat dicapai dengan kemampuan sendiri serta memiliki keuletan dalam mengejar tujuan hidupnya agar bermanfaat bagi diri sendiri maupun bagi masyarakat pada umumnya.
8. Dapat menyesuaikan diri secara konstruktif pada kenyataan, meskipun kenyataan itu buruk baginya.
9. Memperoleh kepuasan diri dari hasil jerih payahnya usahanya.
10. Merasa lebih puas memberi daripada menerima
11. Bebas dari rasa tegang dan cemas
12. Berhubungan dengan orang lain secara tolong-menolong dan saling memuaskan.
13. Menerima kekecewaan untuk dipakainya sebagai pelajaran untuk dikemudian hari
14. Menjuruskan rasa permusuhan kepada penyelesaian yang kreatif dan konstruktif.
15. Mempunyai rasa kasih sayang yang besar.
16. Sehat pikiran, angan-angan, keinginan-keinginan, dorongan-dorongan, emosi-emosi, perasaan dan segenap perilaku
17. Memiliki konsep diri yang sehat, yaitu adanya pengakuan diri (mengakui segala kelebihan dan kekurangan sendiri), dan menerima ketentuan hidup atau nasib dengan sikap yang rasional.

18. Kejujuran, keadilan, kebijaksanaan, kemurnian, keberanian, rendah hati, dan lain-lain.
19. Mempunyai kemampuan mengadakan adaptasi yang supel terhadap setiap perubahan sosial dan perubahan diri sendiri.

Penulis berhasil mewawancarai beberapa peziarah dari makam Sunan Kudus untuk melakukan penggalan data mengenai ketenangan jiwanya. Dari banyaknya indikator diatas, penulis hanya menggaris bawahi beberapa point yang dianggap sudah mewakili dari keseluruhan. Diantaranya yaitu :

1. Tidak Memiliki Penyakit Kejiwaan

Sakit jiwa sering disebut dengan skizofrenia. Yaitu sebuah kata yang berasal dari bahasa Yunani : *Schizein*, yang berarti terpisah atau pecah dan *phrenia* yang berarti jiwa atau pikiran. Dari kata-kata tersebut menjelaskan tentang karakteristik utama dari gangguan skizofrenia yaitu adanya pemisah antara pikiran, emosi, dan perilaku dari orang yang mengalaminya. Pasien dengan gangguan ini digambarkan memiliki deteriorasi jangka panjang serta gejala klinis umum berupa halusinasi dan delusi.⁸²

Ketika melihat orang yang berpakaian compang-camping bahkan telanjang, lalu orang yang berbicara sendiri dengan marah-marah tanpa tujuan jelas, biasanya seseorang

⁸² Fitri Fauziah, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, (Jakarta : UI Press, 2005), h. 121

akan menganggap mereka “gila”. Semacam inilah yang disebut dengan skizofrenia yang merupakan gangguan mental yang paling parah.⁸³

Dari keterangan diatas, penulis memiliki kesimpulan dan keyakinan dari hasil pengamatan selama penulis meneliti bahwa sesungguhnya peziarah makam Sunan Kudus tidak ada yang mengalami gangguan jiwa atau szikofrenia.

2. Terhindar dari Kegelisahan/Kecemasan

Pada umumnya hati manusia dipenuhi dengan kegelisahan karena adanya berbagai persoalan. Semua itu dapat mengakibatkan mata bathin menjadi keruh dan jika dibiarkan akan semakin pekat bahkan menutupi pandangan. Adapun cara untuk menghindari dari segala persoalan yang dapat mengotori hati adalah bersabar. Hanya dengan bersabar, orang dapat mengekang hawa nafsunya serta mampu mengobati kegelisahan yang ada.⁸⁴

Banyak hal yang dapat menyebabkan penyakit hati apalagi di zaman yang penuh dengan stressor seperti sekarang ini, orang-orang dengan mudahnya mengalami stress, takut serta cemas yang amat karena kurangnya berserah diri terhadap Allah Swt. Seringkali manusia merasa gelisah akan suatu hal-hal yang belum namak dan belum terjadi. Bahkan

⁸³ *Ibid*, 122

⁸⁴ Syaikh Imam al Ghazali ra, *Rahasia Ketajaman Mata Bathin*, (Surabaya : Karya Agung, t.th.), h. 82

yang lebih parah adalah sampai mengganggu aktivitas kehidupan yang normal. Hal yang demikian sudah merupakan suatu penyakit cemas yang mengganggu penderitanya sehingga bisa terjadi depresi. Bisa jadi kecemasan dan depresi muncul secara bersamaan. Islam memandang kecemasan sebagai salah satu penyakit dari hati karena jauhnya hati manusia dari bersandar kepada Allah Swt, sehingga muncul berbagai rasa cemas, was-was dan berbagai ketidak tenangan jiwa.

Kecemasan merupakan suatu hal yang alami ada pada diri manusia, yang berfungsi sebagai rambu jika dalam taraf yang normal. Tentu saja psikologi sebagai ilmu yang mengkaji aspek psikis manusia menjelaskan pula mengenai kecemasan ini. Bukan hanya kecemasan dalam taraf yang wajar, tetapi juga menjelaskan bagaimana kecemasan menjadi parah hingga tingkat yang akut dan menjadikan seseorang tak dapat berfungsi normal.⁸⁵

Kecemasan dalam bahasa inggris sering disebut dengan *anxietas (anxiety)* ialah suatu keadaan *aprehensi* atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Banyak hal yang harus dicemaskan misalnya, kesehatan, relasi sosial, ujian, karir, relasi internasional, dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal

85

[Http://www.jendelastra.com/wawasan/artikel/gangguan-kecemasan-anxiety-disorder-dalam-islam-dan-psikologi-generel-anxiety-disord](http://www.jendelastra.com/wawasan/artikel/gangguan-kecemasan-anxiety-disorder-dalam-islam-dan-psikologi-generel-anxiety-disord) diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 13.47 WIB

yang dapat menjadi sumber kekhawatiran. Kecemasan bermanfaat bila hal tersebut mendorong seseorang untuk melakukan pemeriksaan medis secara reguler atau motivasi seseorang untuk belajar menjelang ujian. Kecemasan adalah respon yang tepat terhadap ancaman tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatnya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau seperti datang tanpa ada penyebabnya yaitu bila bukan merupakan respons terhadap lingkungan.⁸⁶

Kecemasan memang sudah menjadi hal wajar dan semua manusia pasti pernah mengalaminya. Namun, jika tingkat kecemasan itu dosisnya terlalu sering muncul maka itu tidaklah menjadi normal lagi melainkan jiwanya sudah mengalami suatu gangguan. Melihat fenomena itu, penulis mewawancarai peziarah makam Sunan Kudus perihal sering atau tidaknya mengalami kecemasan / kegelisahan.

Ahmad Yusufriyanto⁸⁷ (27) mengatakan gelisah itu adalah suatu sifat manusia. Tapi selama seseorang mau mengingat Allah dan Rasulullah gelisah tidak akan ada. Sedangkan Abdul Wahab⁸⁸ (33) mengatakan ia kadang merasa susah dan kadang juga merasa senang.

⁸⁶ Jeffrey S. Nevid, dkk, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta : Penerbit Erlangga, 2003), h. 163

⁸⁷ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op. cit*

⁸⁸ Wawancara dengan Abdul Wahab (33), *op. cit*

Kemudian banyak juga peziarah mengatakan bahwa dirinya tidak sering mengalami kecemasan / kegelisahan diantaranya KH. Abdul Syakur⁸⁹ (60) mengatakan tidak; Noor⁹⁰ (26) mengatakan tidak; Subali⁹¹ (50) mengatakan tidak; Suriah⁹² (47) mengatakan tidak; Jumari⁹³ (56) mengatakan tidak; Afif anwar⁹⁴ (20) mengatakan tidak; Manarul Hidayat⁹⁵ (18) mengatakan tidak; Aminullah Ibrahim⁹⁶ (18) mengatakan tidak.

Ada juga peziarah yang sering mengalami kegelisahan, diantaranya Nadia Faridatul Widat⁹⁷ (20) mengatakan lumayan gelisah; Sufaati⁹⁸ (60) mengatakan masih sedikit gelisah karena anak masih sakit. Tapi tetap ia menjalani dengan kesabaran; M. Amirul Khoriudin⁹⁹ (20) mengatakan sering gelisah, karena terkadang timbul rasa kecewa, sedih, iri, tidak sebahagia orang lain; Zakaria¹⁰⁰ (20) mengatakan kadang-kadang juga, tapi kalau saya gelisah biasanya saya langsung bermunajat kepada Allah.

⁸⁹ Wawancara dengan KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

⁹⁰ Wawancara dengan Noor (26), *op. cit*

⁹¹ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit*

⁹² Wawancara dengan Ibu Suriah (47), *op. cit*

⁹³ Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op. cit*

⁹⁴ Wawancara dengan Afif Anwar (20), *op. cit*

⁹⁵ Wawancara dengan Manarul Hidayat (18), *op. cit*

⁹⁶ Wawancara dengan Aminullah Ibrahim (18), *op. cit*

⁹⁷ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op. cit*

⁹⁸ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

⁹⁹ Wawancara dengan M. Amirul Khairudin (20), *op. cit*

¹⁰⁰ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit*

Kecemasan seringkali merampas kenikmatan dan kenyamanan hidup seseorang, serta membuat mereka selalu gelisah dan tidak bisa tidur lelap sepanjang malam. Ada beberapa hal yang selalu menyebabkan situasi tersebut terjadi di antaranya :

- a. Lemahnya keimanan dan kepercayaan terhadap Allah Swt.
- b. Kurangnya tawakkal mereka terhadap Allah Swt.
- c. Terlalu sering memikirkan kejayaan masa depannya dan apa yang akan terjadi kelak dengan pola pikir dan cara pandang yang negative terhadap dunia dan seisinya.
- d. Rendahnya permohonan mereka tentang tujuan dari penciptaan mereka.
- e. Selalu tergantung pada diri sendiri dan sesama manusia lain dalam urusan di dunia, sehingga lupa menggantungkan hidupnya kepada Allah Swt.
- f. Mudah dipengaruhi oleh hawa nafsu ketamakan, keserakahan, ambisi, keegoisan yang berlebihan.
- g. Meyakini bahwa keberhasilan berada di tangan manusia sendiri atau ditentukan oleh usahanya sendiri.

Akan tetapi, sesungguhnya manusia tidak dilahirkan dengan penuh ketakutan ataupun kecemasan. Pada dasarnya ketakutan dan kecemasan hadir karena adanya luapan emosi yang berlebihan. Selain itu, keduanya hadir karena adanya

faktor lingkungan yang menyertainya, misalnya sekolah, keluarga, dan sosial (pekerjaan dan budaya masyarakat).

Berbagai pendekatan psikologi pun telah ditemukan berbagai terapi untuk menyembuhkan gangguan-gangguan jiwa diantaranya adalah : Berpikir positif atau dalam Islam dikenal dengan *Husnu Dzan* agar terhindar dari ketakutan dan kecemasan. Kemudian penerimaan positif terhadap diri atau dalam Islam yang dinamakan *Qona'ah*. Dalam Psikologi Transpersonal ada istilah Letting Go untuk melepas semua beban yang ada dan dalam Islam dikenal dengan istilah pasrah (*Ikhlās*) dengan segala ketentuannya. Semua konsep tersebut baik dalam Islam maupun Psikologi adalah agar manusia dapat mengobati berbagai kecemasan dan ketakutan.¹⁰¹

3. Terhindar dari Keputus-asaan

Putus asa adalah suatu sikap atau perilaku seseorang yang menganggap dirinya telah gagal dalam menghasilkan sesuatu harapan cita-cita. Ia tidak mau kembali lagi untuk berusaha yang kedua kalinya. Semua umat manusia pasti merasakan putus asa. Dan umat itu pastilah menjadi lemah dan lenyap kekuatannya karena putus asa merupakan penyakit atau racun yang benar-banar membahayakan bagi setiap pribadi manusia.

¹⁰¹ [Http://www.jendelastra.com/wawasan/artikel/gangguan-kecemasan-anxiety-disorder-dalam-islam-dan-psikologi-generel-anxiety-disord](http://www.jendelastra.com/wawasan/artikel/gangguan-kecemasan-anxiety-disorder-dalam-islam-dan-psikologi-generel-anxiety-disord) diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 13.47 WIB

Bukan sembarangan jika Allah SWT. dalam salah satu firman-Nya, mempersamakan antara sifat putus asa itu dengan sifat kekafiran. Sebabnya tiada lain hanyalah karena bencana yang ditimbulkan oleh kedua macam sifat itu sama-sama besar dan dahsyat. Firman Allah dalam al-Qur'an, yang artinya: *"janganlah kamu semua berputus asa dari rahmat Allah, sesungguhnya tidak ada yang suka berputus asa dari rahmat Allah, melainkan golongan orang-orang kafir"*. (QS. Yusuf:87)

Allah SWT menyamakan sifat putus asa dengan kekafiran, karena bencana yang ditimbulkan oleh kedua sifat itu sama besar dan dasyat. Karena apabila ia diberi beban atau sesuatu yang harus diselesaikan dan perlu segera dilaksanakan demi kepentingan masyarakat, ia meninggalkannya secara perlahan-lahan, bahkan terkadang tidak mengerjakan sama sekali. Ia merasa keberatan atau menganggap bahwa apa yang dititipkan kepadanya terlampau berat sehingga ia enggan dan berputus asa untuk meneruskannya. Tentu saja hal itu merugikan diri sendiri dan masyarakat.¹⁰²

Kebanyakan orang-orang yang mengalami putus asa pasti disebabkan oleh dua hal pokok di bawah ini :

- a. Ketika ia ditimpa musibah dalam hal dunia, seperti sakit, gagal dalam pekerjaan, dan berbagai cobaan lainnya yang

¹⁰² <http://postinglengkap.blogspot.co.id/2014/04/pengertian-putus-asa-penyebab-putu-asa.html> diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 14.15 WIB

tak lain merupakan ujian dari Allah SWT dalam kehidupan.

- b. Ketika ia terjerumus ke dalam dosa-dosa yang membinasakan. Artinya ia sudah terbiasa melakukan maksiat-maksiat yang di luar batas sehingga menimbulkan anggapan bahwa dosanya akan sulit diampuni oleh Allah SWT. Padahal sebagaimana yang diketahui bahwa Allah SWT adalah Tuhan Semesta Alam Yang Maha Pengampun. Sebesar atau seberat apapun dosa seseorang, selama mau berusaha bertaubat dengan sebenar-benarnya taubat (taubat nashuha), maka niscaya Allah SWT akan mengampuni dosa-dosa tersebut.

Itulah kedua hal pokok yang seringkali dialami kebanyakan orang sehingga mereka mengalami putus asa. Padahal apabila seseorang tahu bahwa sebenarnya putus asa tersebut dilarang di dalam ajaran Islam. Hal ini dikarenakan sikap putus asa justru akan menimbulkan bahaya apabila dibiarkan terus-menerus tumbuh di dalam diri seseorang.¹⁰³

Setelah penulis mewawancarai beberapa peziarah yang datang ke makam Sunan Kudus, menyimpulkan bahwa para peziarah tidak ada yang mengalami keseringan dalam berputus asa, karena bagi mereka putus asa adalah hal yang dibenci oleh Allah. Sebagaimana dikatakan oleh Zakaria¹⁰⁴ (20)

¹⁰³ <http://dalamislam.com/dasar-islam/bahaya-putus-asa-dalam-islam>
diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 14.16 WIB

¹⁰⁴ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit*

ia tidak putus asa, karena sifat putus asa ini suatu sifat yang dibenci oleh Allah; Ahmad Yusufriyanto¹⁰⁵ (27) mengatakan ia tidak putus asa, karena tempat bergantung hanya kepada Allah. Yakin akan kuasa dan kasih sayang Allah. Dan juga Abdul Wahab¹⁰⁶ (33) mengatakan ia tidak putus asa, karena al-Qur'an menerangkan tidak boleh putus asa dengan rahmat Allah

Serta para peziarah lainnya juga mengatakan tidak mengalami putus asa, diantaranya Aminullah Ibrahim¹⁰⁷ (18) mengatakan tidak; Manarul Hidayat¹⁰⁸ (18) mengatakan tidak; Afif Anwar¹⁰⁹ (20) mengatakan tidak; Nadia Faridatul Widad¹¹⁰ (20) mengatakan tidak; Subali¹¹¹ (50) mengatakan tidak; Suriah (47) mengatakan tidak; Jumari¹¹² (56) mengatakan tidak, orang Islam tidak boleh putus asa; Sufaati¹¹³ (60) mengatakan tidak; KH. Abdul Syakur¹¹⁴ (60) mengatakan tidak; Noor¹¹⁵ (26) mengatakan tidak.

¹⁰⁵ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op. cit*

¹⁰⁶ Wawancara dengan Abdul Wahab (33), *op. cit*

¹⁰⁷ Wawancara dengan Aminullah Ibrahim (18), *op. cit*

¹⁰⁸ Wawancara dengan Manarul Hiadayt (18), *op. cit*

¹⁰⁹ Wawancara dengan Afif Anwar (20), *op. cit*

¹¹⁰ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op. cit*

¹¹¹ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit*

¹¹² Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op. cit*

¹¹³ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

¹¹⁴ Wawancara dengan Bapak KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

¹¹⁵ Wawancara dengan Noor (26), *op. cit*

4. Bahagia dalam Menjalani Kehidupan

Manusia ada yang bahagia dan ada pula yang menderita. Begitu juga, tiap orang memiliki dua rasa itu yakni bahagia dan menderita. Bila kebaikan dan keikhlasannya lebih banyak, itu artinya sifat-sifat hawa nafsunya telah berganti dengan sifat-sifat ruhani. Jika seseorang mengikuti hawa nafsunya maka yang terjadi adalah sebaliknya (sifat-sifat ruhaninya berganti dengan sifat-sifat hawa nafsu).¹¹⁶

Kedamaian hati adalah kunci kebahagiaan. Untuk mencapainya, seseorang harus memiliki jiwa yang tenang ketika menikmati hidup, tidak mudah goyah dan terlena dengan kesenangan-kesenangan duniawi. Jiwanya kuat ketika menghadapi berbagai cobaan. Ia yakin dengan kemampuan dirinya. Percaya kepada kekuatan yang telah diberikan oleh Allah. Sehingga tidak mudah mengeluh dan stress. Apa yang di hadapinya dianggap anugerah yang tidak terniali harganya.

117

Kebahagiaan akan menjadi milik seseorang jika seseorang itu mau menumbuhkan mata hati. Jika seseorang itu sadar bahwa ia memiliki banyak hal yang berarti. Seseorang harus sadar pula bahwa Allah sangat menyayangi hambanya. Manusia bisa menjadi bahagia, bila ia mau membuka diri bagi

¹¹⁶ Syekh Abdul Qodir Al-Jailani, *Sirrul-Asrar Rasaning rasa* diterjemahkan oleh Zezen ZA Bazul Asyhab dari “*Sirrul Asrar Wa Mazharul Anwar*”, (Tangerang : Penerbit Salima, 2013) cet. 2, h. 141

¹¹⁷ Imam al-Ghazali, *Jika Engkau Qana'ah Pasti Bahagia*, (Surabaya : Mitrapress, 2012), h. 10-11

orang lain, mau berusaha meraih apa yang tidak dapat diraih, tidak memaksakan kehendak untuk mendapatkan segala yang diinginkan dan menerima serta mensyukuri apa yang dimilikinya.¹¹⁸

Dari beberapa peziarah yang sempat penulis wawancarai, mereka kebanyakan mengatakan bahwa hidupnya bahagia dan menjalani hidup dengan mensyukuri segala nikmat yang telah diberikan Allah kepada para hambanya. Diantara peziarah tersebut yaitu Zakaria¹¹⁹ (20) ia mengatakan insyaAllah bahagia, semua perkara hanya ku pasrahkan kepada Allah; Ahmad Yusufriyanto¹²⁰ (27) mengatakan sudah pasti bahagia. Karena inilah pemberian Allah, inilah yang terbaik dan semua pasti ada hikmahnya. Syukurilah semua yang ada dan tidak ada; Afif Anwar¹²¹ (20) mengatakan bahagia, harus bisa selalu bersyukur; Abdul wahab¹²² (33) mengatakan bahagia, merasa bersyukur kepada sang pencipta sebab diwujudkan sebagai manusia serta dijadikan orang Muslim; Subali¹²³ (50) mengatakan bahagia, hidup harus disyukuri; Nadia Faridatul Widad¹²⁴ (20)

¹¹⁸ *Ibid*, h. 12

¹¹⁹ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit*,

¹²⁰ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op. cit*,

¹²¹ Wawancara dengan Afif Anwar (20), *op. cit*,

¹²² Wawancara dengan Abdul Wahab (33), *op. cit*,

¹²³ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit*,

¹²⁴ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op. cit*,

mengatakan alhamdulillah sangat bahagia; Suriah¹²⁵ (47) mengatakan bahagia. Jumari¹²⁶ (56) mengatakan alhamdulillah bahagia, anak-anak juga sudah pada sukses; KH. Abdul Syakur¹²⁷ (60), ia mengatakan sangat bahagia dan selalu bersyukur atas semua pemberian dari Allah Ta'ala; Noor¹²⁸ (26) mengatakan bahagia bersama keluarga; M. Amirul Khairudin¹²⁹ (20) mengatakan bahagia, meski terkadang timbul rasa kecewa, sedih, iri, tidak sebahagia orang lain.

Dan ada juga peziarah yang masih mengalami kesedihan dikarenakan anaknya sakit, namun kesedihan itu tidak mengurangi nilainya ia bersyukur kepada Allah dan putus asa dari rahmat Allah. Seperti dialami oleh Sufaati¹³⁰ (60), ia mengatakan belum sepenuhnya bahagia, karena masih ada yang membuatnya sedikit gelisah, yaitu anaknya sakit.

Setiap orang pasti mendambakan kehidupan yang baik dan mendapatkan kebahagiaan yang langgeng di dunia dan akhirat. Tapi tidak semua orang bisa meraihnya. Ada orang yang hidupnya baik, layak, terhormat, dan memiliki segalanya

¹²⁵ Wawancara dengan Ibu Suriah (47), *op. cit*,

¹²⁶ Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op. cit*,

¹²⁷ Wawancara dengan Bapak KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*,

¹²⁸ Wawancara dengan Noor (26), *op. cit*,

¹²⁹ Wawancara dengan M. Amirul Khairudin (20), *op. cit*,

¹³⁰ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*,

namun hidupnya tidak bahagia. Sebagian mendapatkan kebahagiaan tetapi tidak berlangsung lama.¹³¹

Ternyata kebahagiaan itu bergantung dua perkara yang dangat mendasar. Pertama, kondisi jiwa yang dilandasi oleh iman yang benar. Kedua, amal perbuatan yang dilakukan secara ikhlas. Orang yang beriman kepada Allah dan mengerjakan perbuatan dengan ikhlas, maka pastilah hidupnya bahagia.¹³²

Orang seperti ini memiliki jiwa yang kokoh. Ketika mendapat ujian hidup, ia tidak terlalu bersedih. Sebab ia punya landasan iman yang membisikkan ke dalam hatinya, bahwa ujian itu datangnya dari Allah dan hanya Dia pula yang menolongnya. Dia yakin betul, jika di balik ujian itu ada hikmah yang tersimpan dan membuatnya sabar dalam menjalaninya. Begitu pula, ketika mendapatkan kenikmatan, tentu tidak lupa diri. Dia bersyukur dan menyadari bahwa hanya Allah yang memberikan nikmat itu.¹³³

Hidup menjadi bahagia jika seseorang itu bergelimang kebaikan. Dan agama menyuruh agar seseorang menjalankan kebaikan itu. Perintah tersebut itu datangnya dari Allah melalui firmanNya dan lisan para utusanNya. Tidak ada motivasi lain dibalik perintah Allah ini kecuali agar

¹³¹ Imam al-Ghazali, *Jika Engkau Qana'ah Pasti Bahagia*, *op. cit.*, h.

¹³² *Ibid*, h. 15

¹³³ *Ibid*,

hambanya mendapatkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat.¹³⁴

Bersyukur ketika mendapat kebaikan akan mendekatkan diri kepada Allah dan bersabar dalam kesulitan juga akan mendekatkannya kepada Allah. Oleh karena itu, bersyukur merupakan jalan utama bagi seorang manusia untuk mengucapkan rasa terima kasih kepada Tuhannya dengan diaplikasikan dengan kehidupan sehari-hari agar menjadi hamba yang dapat mensyukuri nikmat dan menghindari diri dari kufur nikmat yang telah Allah berikan kepada kita semua.¹³⁵ Karena pada hakikatnya syukur adalah menampakkan nikmat antara lain menggunakannya pada tempat tempatnya serta sesuai yang dikehendaki oleh pemberinya; juga menyebut-nyebut pemberiannya dengan baik.

Allah SWT telah berfirman dalam surat Saba' ayat 13 yang berbunyi:

يَعْمَلُونَ لَهُ مَا يَشَاءُ مِنْ مَحْرِبٍ وَتَمَثِيلٍ وَجِفَانٍ كَالْجَوَابِ وَقُدُورٍ
رَأْسَيْتِ أَعْمَلُوا ءَالَ دَاوُدَ شُكْرًا وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ ﴿١٣﴾

(سورة سباء : ١٣)

¹³⁴ *Ibid*,

¹³⁵ Mustafa al Buqha, *Pokok-pokok Ajaran Islam* (Jakarta : Rabbani Perss, 2002), h. 207

Artinya :“*Bekerjalah hai keluarga Daud untuk bersyukur kepada Allah. Dan sedikit sekali dari hamba-hambaKu yang bersyukur (berterima kasih)*”.¹³⁶ (QS. Saba' : 13)

Ayat al-Qur'an diatas telah menjelaskan bahwa Allah telah memerintahkan kepada hamba-hambaNya untuk mensyukuri nikmat yang telah diberikan Allah kepada mereka. Bersyukur itu bukan hanya diucapkan di lisan saja, namun harus dibuktikan dengan perbuatan yakni taat kepada Allah dan menjauhi kemaksiatan serta mempergunakan kenikmatan itu untuk berbuat baik dan untuk beribadah kepada Allah supaya mereka lebih dekat lagi dengan Allah. Sebab pada hakikatnya Allah menciptakan makhluk itu semata-mata hanya untuk beribadah.¹³⁷

Nikmat Allah yang telah diberikan kepada manusia semua itu wajib disyukuri, seandainya manusia menghitung-hitung nikmat yang diberikan Allah kepada mereka, maka mereka tidak akan mampu untuk menghitung dan memperkirakannya. Oleh karena itu, harus pandai-pandai dalam mensyukuri nikmat Allah SWT.¹³⁸

Bersyukur itu merupakan salah satu obat hati dan bersyukur itu datangnya dari hati. Jadi kalau seseorang mau

¹³⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid VIII, h. 74

¹³⁷ Zumroh, *Tombo Ati Upaya Membersihkan Qalbu dari Kuman-Kuman Penyakit*, (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 2010) h. 142

¹³⁸ *Ibid*,

mengobati hati dari penyakit, maka harus melatih hati agar selalu bersyukur.¹³⁹

5. Memiliki Cita-cita yang Jelas

Cita-cita adalah keinginan, harapan, atau tujuan yang selalu ada dalam pikiran. Tidak ada orang hidup tanpa cita-cita, tanpa berbuat kebajikan, dan tanpa sikap hidup. Cita-cita adalah suatu impian dan harapan seseorang akan masa depannya, bagi sebagian orang cita-cita itu adalah tujuan hidup dan bagi sebagian yang lain cita-cita itu hanyalah angan-angan belaka. Bagi orang yang menganggapnya sebagai tujuan hidupnya maka cita-cita adalah sebuah impian yang dapat membakar semangat untuk terus melangkah maju dengan langkah yang jelas dan mantap dalam kehidupan ini sehingga ia menjadi sebuah akselerator pengembangan diri namun bagi yang menganggap cita-cita sebagai angan-angan belaka maka ia adalah sebuah impian belaka tanpa api yang dapat membakar motivasi untuk melangkah maju. Manusia tanpa cita-cita ibarat air yang mengalir dari pegunungan menuju dataran rendah, mengikuti kemana saja alur sungai membawanya. Manusia tanpa cita-cita bagaikan seseorang yang sedang tersesat yang berjalan tanpa tujuan yang jelas sehingga ia bahkan dapat lebih jauh tersesat lagi. Ya, cita-cita adalah sebuah rancangan bangunan kehidupan

¹³⁹ *Ibid*, h. 143

seseorang, bangunan yang tersusun dari batu bata keterampilan, semen ilmu dan pasir potensi diri.

Cita-cita bukan hanya terkait dengan sebuah profesi namun lebih dari itu ia adalah sebuah tujuan hidup. Seperti ada seseorang yang bercita-cita ingin memiliki harta yang banyak, menjadi orang terkenal, mengelilingi dunia, mempunyai prestasi yang bagus dan segudang cita-cita lainnya. Namun seorang muslim tentunya akan menempatkan cita-citanya di tempat yang paling tinggi dan mulia yaitu menggapai keridhaan Allah.¹⁴⁰

Salah satu indikator dari ketenangan jiwa adalah memiliki cita-cita dan prinsip hidup yang jelas. Dibawah ini penulis sajikan ringkasan dari wawancara dengan para peziarah makam Sunan Kudus. Diantaranya :

Aminullah Ibrahim¹⁴¹ (18) mengatakan selalu optimis / tidak gampang putus asa; Manarul Hidayat¹⁴² (18) mengatakan selalu maju jangan mudah menyerah; Zakaria¹⁴³ (20) mengatakan harus bisa menjadi insan yang lebih baik dari sebelumnya, dan selalu berpegang teguh dengan syariat Islam; Ahmad Yusufriyanto¹⁴⁴ (27) mengatakan utamakanlah

¹⁴⁰ <http://yogirakhmawati.blogspot.co.id/2014/05/makalah-pentingnya-cita-cita.html> diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 14.47 WIB

¹⁴¹ Wawancara dengan Aminullah Ibrahim (18), *op. cit*

¹⁴² Wawancara dengan Manarul Hidayat (18), *op. cit*

¹⁴³ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit*

¹⁴⁴ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op. cit*

kepentingan atau urusan kepada Allah. Maka segala urusan akan diurus oleh Allah. Dahulukan akhlaq daripada ilmu dan jadilah manusia yang paling bermanfaat.; Afif Anwar¹⁴⁵ (20) mengatakan berjalan dijalan yang benar dan bermanfaat untuk siapapun; Abdul Wahab¹⁴⁶ (33) mengatakan mencari ridlo Allah dalam berbagai aktivitas; Nadia Faridatul Widad¹⁴⁷ (20) mengatakan menjadi *Chamilul Qur'an* yang lancar, *fashih*, *tartil*, seperti abah dan ibu nyai kami; Subali¹⁴⁸ (50) mengatakan ingin melestarikan Sunnah Rasul; Suriah¹⁴⁹ (47) mengatakan ingin selalu bahagia bersama keluarga; Jumari¹⁵⁰ (56) mengatakan semoga istiqomah ibadah, sehat, dan dapat ziarah ke Mekah Medinah; Sufaati¹⁵¹ (60) mengatakan anak yang Sholeh Sholihah; KH. Abdul Syakur¹⁵² (60) mengatakan ingin menjadi orang yang selalu menghidupkan sunnah-sunnah Rasul dengan paham *Ahlus Sunnah Wal Jama'ah*; Noor¹⁵³ (26) mengatakan ingin membahagiakan keluarga.

¹⁴⁵ Wawancara dengan Afif Anwar (20), *op. cit*

¹⁴⁶ Wawancara dengan Abdul Wabah (33), *op. cit*

¹⁴⁷ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op. cit*

¹⁴⁸ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit*

¹⁴⁹ Wawancara dengan Ibu Suriah (47), *op. cit*

¹⁵⁰ Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op. cit*

¹⁵¹ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

¹⁵² Wawancara dengan Bapak KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

¹⁵³ Wawancara dengan Noor (26), *op. cit*,

6. Tidak Mendapatkan Bisikan-bisikan

Bisikian-bisikan yang dimaksud disini adalah bagian dari halusinasi seseorang. Halusinasi sendiri berarti pengalaman panca indera tanpa ada rangsangan (stimulus). Misalnya penderita mendengar suara-suara atau bisikan-bisikan di telinganya padahal tidak ada sumber dari suara tersebut.¹⁵⁴

Halusinasi dibagi menjadi beberapa jenis, yaitu sebagai berikut:

- a. Halusinasi penglihatan (*visual, optik*) adalah perasaan melihat sesuatu objek tetapi pada kenyataannya tidak ada.
- b. Halusinasi pendengaran (*auditif, akustik*) adalah perasaan mendengar suara-suara, berupa suara manusia, hewan atau mesin, barang, kejadian alamiah dan musik.
- c. Halusinasi penciuman (*olfaktorik*) adalah perasaan mencium sesuatu bau atau aroma tetapi tidak ada.
- d. Halusinasi pengecapan (*gustatorik*) adalah kondisi merasakan sesuatu rasa tetapi tidak ada dalam mulutnya, seperti rasa logam.
- e. Halusinasi peraba (*taktil*) adalah kondisi merasa diraba, disentuh, ditiup, disinari atau seperti ada ulat bergerak di bawah kulitnya.

¹⁵⁴ Dadang Hawari, *Pendidikan Holistik Pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*, (Jakarta : Balai Penerbitan FKUI Jakarta, 2001), h. 42

- f. Halusinasi kinestetik adalah kondisi merasa badannya bergerak dalam sebuah ruang, atau anggota badannya bergerak.

Dari para peziarah makam Sunan Kudus mengaku bahwa tidak pernah mendapatkan bisikan-bisikan, diantaranya KH. Abdul Syakur¹⁵⁵ (60) ia mengatakan tidak, Manarul Hidayat¹⁵⁶ (18) mengatakan tidak, Aminullah Ibrahim¹⁵⁷ (18) mengatakan tidak, dan Sufaati¹⁵⁸ (60) mengatakan tidak.

7. Sikap Ketika Mendapatkan Musibah

Seseorang yang mendapatkan musibah mengalami beberapa tahapan kejiwaan yang bisa berlangsung sekian lama. Sebagian orang ada yang memilih bersikap negatif terhadap masalah yang dihadapinya dan menjadikan dendam pada segala sesuatu. Pikirannya menjadi negatif, begitupun perasaan dan konsentrasinya yang selalu menuju pada suatu hal yang buruk. Sehingga hal ini berpengaruh terhadap perilaku dan semua sisi kehidupannya.

Ada pula orang yang bersikap menerima, berusaha untuk tetap maju, berfikir positif, dan fokus pada upaya menyelesaikan masalah. Ketika menghadapi musibah, ia akan menjadi semakin dekat dengan Allah. Selanjutnya ia berfikir

¹⁵⁵ Wawancara dengan KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

¹⁵⁶ Wawancara dengan Manarul Hidayat (18), *op. cit*

¹⁵⁷ Wawancara dengan Aminullah Ibarhim (18), *op. cit*

¹⁵⁸ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

bagaimana cara menghadapi masalah yang dihadapinya, berusaha mengambil manfaat dan mengubahnya menjadi sebuah keahlian. Berfikir positif yang demikian inilah yang akan menuntun seseorang pada sesuatu yang lebih baik.¹⁵⁹

Penulis berhasil mewawancarai beberapa peziarah dari makam Sunan Kudus, diantaranya adalah Sufaati¹⁶⁰ (60), ia mengatakan ketika mendapatkan musibah membaca *inna lillahi wa inna ilahi rojiun* dan berusaha selalu sabar dalam menghadapinya. Kemudian KH. Abdul Syukur¹⁶¹ (60), ia mengatakan ketika mendapatkan musibah selalu menyerahkan kepada Allah dan berdoa tawassul kepada para kekasih-Nya agar diberi jalan yang terbaik. Sedangkan Jumari¹⁶² (56) mengatakan bahwa ia ketika mendapatkan musibah mengambil wudlu dan berdo'a kepada Allah.

Sedangkan Ahmad Yusufriyanto¹⁶³ (27) mengatakan bahwa harus bertawakal kepada Allah dan selalu *khusnudhon* kepada Allah. Semua pasti ada hikmahnya. Dan Nadia Faridatul Widad¹⁶⁴ (20), ketika mendapatkan musibah ia mengambil wudlu, sholat minta petunjuk sama Allah.

¹⁵⁹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, diterjemahkan oleh Khalifurrahman Fath dan M. Taufik Damas dari “Quwwat at-Tafkir”, (Jakarta : Zaman, 2009,) Cet.1, h. 189

¹⁶⁰ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op. cit*

¹⁶¹ Wawancara dengan Bapak KH. Abdul Syukur (60), *op. cit*

¹⁶² Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op. cit*

¹⁶³ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op. cit*

¹⁶⁴ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op. cit*

Banyak juga para peziarah ketika mendapatkan musibah dari Allah mereka menjalaninya dengan bersabar dan meminta pertolongan Allah agar segera mendapatkan solusi atas masalahnya. Diantaranya Zakaria¹⁶⁵ (20) ia mengatakan terus sabar dan memohon pertolongan; M. Amirul Khairudin¹⁶⁶ (20) mengatakan mencoba bersabar, berdo'a, dan tak lupa mencari solusi yang tepat untuk mengatasinya; Aminullah Ibrahim¹⁶⁷ (18) mengatakan harus sabar; Manarul Hidayat¹⁶⁸ (18) mengatakan sabar, menenangkan hati; Noor¹⁶⁹ (26) mengatakan tetep sabar; Subali¹⁷⁰ (50) mengatakan tetap sabar dan minta pertolongan sama Allah; Suriah¹⁷¹ (47) mengatakan tetep sabar; Afif Anwar¹⁷² (20) mengatakan berusaha bersabar dan mencari solusi kepada teman dekat atau orang tua; Abdul Wahab¹⁷³ (33) mengatakan berusaha bersabar atas musibah yang terjadi.

Dilihat dari hasil wawancara diatas, penulis bisa menyimpulkan bahwa peziarah ketika mengalami musibah yang besar mereka tidak lantas putus asa ataupun membenci

¹⁶⁵ Wawancara dengan Zakaria (20), *op. cit*

¹⁶⁶ Wawancara dengan M. Amirul Khairudin (20), *op. cit*

¹⁶⁷ Wawancara dengan Aminullah Ibrahim (18), *op. cit*

¹⁶⁸ Wawancara dengan Manarul Hidayat (18), *op. cit*

¹⁶⁹ Wawancara dengan Noor (26), *op. cit*

¹⁷⁰ Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op. cit*

¹⁷¹ Wawancara dengan Ibu Suriah (47), *op. cit*

¹⁷² Wawancara dengan Afif Anwar (20), *op. cit*

¹⁷³ Wawancara dengan Abdul Wahab (33), *op. cit*

Allah, namun jiwa mereka tetap tenang, berusaha selalu bersabar, dan meminta pertolongan dari Allah.

Sebagai hamba Allah, manusia tidak terlepas dari segala ujian yang menimpa manusia. Terhadap segala kesulitan, kesempitan yang bertubi-tubi. Maka hanya sabarlah yang memancarkan sinar, memelihara seorang muslim dari kebinasaan hidayah yang menjaga dari putus asa.

Jika ditelusuri dari berbagai ayat al-Qur'an maupun hadits, maka akan kita dapati bahwa kata "sabar" kerap kali diungkapkan dalam berbagai situasi dan kondisi. Namun kesemuanya tetap bermuara pada satu tujuan, yaitu kesuksesan dan kemenangan. Dan kesabaran tersebut antara lain meliputi tempat dan situasi tersebut :

1. Sabar dalam melaksanakan ketaatan dan meninggalkan kemaksiatan

Mengerjakan semua yang diperintahkan Allah dan menghindari larangan-Nya, yang pada dasarnya adalah kewajiban. Karena itu, tidak aneh bila seseorang merasa berat sehingga memerlukan usaha yang gigih agar bisa mengalahkan musuhnya yang nyata, baik musuh berupa hawa nafsu maupun hasutan syaitan. Maka untuk menghadapi semua ini diperlukan kesungguhan yang luar biasa dari manusia, sehingga ia kokoh dalam pendirian dan menjadikan nafsunya mengikuti syari'at Allah. Dan kesungguhan tersebut meliputi kesabaran, pengorbanan,

dan usaha yang gigih. Sehingga tidak diragukan lagi bahwa orang yang mampu menahan nafsunya mulai dari komitmen untuk meninggalkan kemaksiatan, maka ia benar-benar telah mengalahkan nafsu dan syaitan yang selalu berusaha menyesatkannya. Inilah kemenangannya yang tiadaandingannya.

2. Sabar dalam menghadapi musibah

Yaitu menahan diri dari rasa mengeluh ketika terkena musibah. Ini adalah bentuk sabar yang paling ringan, karena sesuatu itu sudah terjadi didepannya, dan ia tidak bisa menghindarinya, artinya bersabar ketika sesuatu itu sudah terjadi. Akan tetapi masih banyak juga kaum muslim yang tidak bisa bersabar dalam menghadapi musibah.

3. Perlakuan yang tidak baik dari orang lain

Dalam kehidupan sehari-hari manusia seringkali bertemu dan berbaur dengan berbagai macam orang dengan bekal akhlak dan sikap yang beragam. Dengan demikian bisa muncul tindakan yang sewenang-wenang yang tidak diharapkan antara orang satu dengan yang lain. Jika seseorang merasa risi dengan kondisi seperti itu, maka orang tersebut akan selalu menuai kekecewaan. Namun jika mampu menahan, bersabar, dan memberikan maaf. Maka akan berakhir dengan hati yang lapang.

Sehingga ia akan merasa beruntung dan hidup dengan penuh kebahagiaan.¹⁷⁴

Jika sabar dikaitkan dengan shalat, sebagaimana dinyatakan dalam al-Qur'an surah al-Baqarah [2] : 45, maka sabar adalah inti '*amal al-qulub* (perbuatan hati). Di dalamnya terdapat maqam-maqam lainnya, seperti zuhud, wara', dll). Selain itu sabar juga akan melahirkan sikap *tawadhu'*, *takwa*, *shiddiq*, dan lain-lain. *Tawadhu'* adalah sikap hati yang tunduk kepada Allah SWT. Sikap hati akan tercermin dalam sikap hidup sehari-hari yang penuh ketundukan atas perintah-perintah Allah SWT, yang pada gilirannya akan melahirkan sikap yang sopan-santun dalam pergaulan sehari-hari. Sikap semacam ini menuntut kebersihan hati dan kelapangan jiwa dalam menerima berbagai ketetapan dan ketentuan Allah SWT terhadap diri sendiri.

Jika sabar dikaitkan dengan sakit, maka sabar akan dapat dijadikan sebagai sarana penyembuh yang ampuh. Ketika mendapat ujian berupa sakit, maka seseorang dapat menggunakan kesabarannya dalam menahan serangan rasa sakit dengan mengembalikannya kepada Allah. Sabar atas segala keputusan-Nya, sehingga rasa sakit justru menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan memahami betapa besar kekuasaannya. Pada gilirannya, sakit fisik tidak

¹⁷⁴ Musthafa al-Buqha, *Pokok-pokok Ajaran Islam, op. cit*, h. 197

akan menambah sakit psikis dan sebaliknya, jika semuanya dikembalikan kepada Allah Yang Maha Penyembuh.¹⁷⁵

C. Pengaruh Ziarah dalam Menenangkan Jiwa

Melakukan ziarah ibarat berada di rumah orang yang dicintai, sekaligus dapat memahami rasa sakit dan deritanya. Di situ ia mengadukan segenap persoalan yang dihadapinya. Di rumah itu, dirinya akan merasa tenteram karena merasa tidak lagi sendiri dan sedang berada di bawah naungan rahmat dan kekuatan Allah Swt. Sebagaimana dikatakan oleh Naraqī¹⁷⁶ :

Arwah-arwah kudus yang memiliki kekuatan khas, khususnya arwah para Nabi, para Imam, dan para Wali Allah Swt, setelah terbebas dari kurungan jasad ini, terbang ke alam *tajarrud*¹⁷⁷ .

¹⁷⁵ Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, op.cit, h. 61-62

¹⁷⁶ Nama lengkap beliau adalah Muhammad mahdi bin Abi Dzar an-Naraqī (1128 – 1209 H). Beliau salah seorang mujtahid paling alim pada abad 12 dan 13. Lahir di kota Naraqī, Kasyan, Iran, kemudian melanjutkan pendidikannya di Najaf dan Karbala Irak di bawah bimbingan ulama besar, Syekh Yusuf al-Bahrani, al-Wahid Bahbahani, dan Syekh Mahdi al-Futuni. Beliau sangat berperan dalam dunia ilmu. Di antara kitabnya adalah Mu'tamad Syi'ah, Musykilat al-Ulum, dan kitab akhlak yang terkenal Jami' as-Saadat. Beliau salah satu guru besar dari Syekh al-Anshari. Beliau dikebumikan di Najaf. Dikutip dari www.sadeqin.org/ml/ketabsara.php?print=1&id=24&page=214 pada tanggal 07/04/2016 pukul 10:05 WIB

¹⁷⁷ Dengan kata lain ruh pada tahapan awal adalah berupa substansi jism hingga akhirnya berkembang dan menyempurna dan sampai kepada tahapan *tajarrud* (menjadi nonmateri). Ketika sudah sampai kepada tahapan *tajarrud* dia tidak akan mati akibat matinya badan dan akan tetap kekal.

Di alam itu, mereka menghuni puncak ufuk tertinggi, di mana pengetahuan mereka mampu menjangkau segala hal yang eksis di kehidupan dunia. Apa yang terjadi di dunia dapat dengan jelas mereka saksikan. Mereka juga memiliki pengaruh dengan seizin Allah atas urusan-urusan duniawi. Mereka menyaksikan orang-orang menziarahi mereka. Mereka memahami betul apa yang diinginkan para peziarahnya. Kemudian, dengan ziarah itu, Allah Swt menghembuskan angin rahmat kepada mereka, memenuhi kebutuhan, mengampuni dosa, dan menjauhkan mereka dari kesusahan. Arwah-arwah suci itu dengan seizinNya dapat memberi syafaat untuk mereka. Inilah rahasia mengapa ziarah Nabi dan para Imam sangat ditekankan.¹⁷⁸

Selama ini, dan sampai kapanpun, aktivitas ziarah terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam upaya memecahkan masalah dalam kehidupan ini.¹⁷⁹

Ziarah juga mempunyai pengaruh dalam menenangkan jiwa seseroang, misalnya yang dialami oleh peziarah makam Sunan Kudus, mereka kebanyakan mengatakan bahwa setelah berziarah hati lebih menjadi tenang dan damai. Diantara peziarah yang mengatakan seperti itu adalah Sufaati¹⁸⁰ (60), ia mengatakan hatinya cerah, Hati menjadi tenang serta tidak mudah tersinggung; KH. Abdul Syakur¹⁸¹ (60) mengatakan hatinya menjadi tenang

Dikutip dari <http://riky-permadi.blogspot.com/2008/02/ruh-menurut-para-filosuf-dan-urafa.html?m=1> pada tanggal 08/04/2016 pukul 07:37 WIB

¹⁷⁸ Ishaq Husaini Kuhsari, *Al-Qur'an Dan Tekanan Jiwa, : Diagnosis Problem Kejiwaan Manusia Modern Dan Solusi Qur'ani Dalam Mengatasi Dan Menyembuhkan*. (Jakarta : Sadra Pres, 2012), h. 193-194

¹⁷⁹ *Ibid.*

¹⁸⁰ Wawancara dengan Ibu Sufaati (60), *op .cit*

¹⁸¹ Wawancara dengan bapak KH. Abdul Syakur (60), *op .cit*

dan tenang; Subali¹⁸² (50) ia mengatakan lebih tenang, soalnya yang dibaca tidak lain adalah al-Qur'an, berdzikir, dll. Jadi hati tenang; Jumari¹⁸³ (56) mengatakan senang; Aminullah Ibrahim¹⁸⁴ (18) mengatakan bisa meresap di hati, pikiran dan hati jadi jernih; Zakaria¹⁸⁵ (20) mengatakan lebih merasakan ketenangan hati, karena sewaktu berziarah tidak lain hanya berdzikir; M. Amirul Khairudin¹⁸⁶ (20) mengatakan lumayan tenang, ada rasa lega yang dirasakan, seperti orang yang merorok, fresh kembali; Ahmad Yusufriyanto¹⁸⁷ (27) mengatakan merasa bahagia karena masih bisa berziarah ke makam orang sholeh / Auliya' yang tiada lain itu adalah bagian dari ibadah; Abdul Wahab¹⁸⁸ (33) mengatakan merasa tenang dan menambah keimanan makin yaqin; Nadia Faridatul Widad¹⁸⁹ (20) mengatakan jiwa semakin tenang, merasa lebih baik.

Ziarah memang dapat menenangkan jiwa seseorang, karena dalam berziarah ada ritual yang secara teorinya mampu sebagai terapi kejiwaan. Ritual-ritual tersebut diantaranya adalah peziarah melakukan wudlu terlebih dahulu sebelum berziarah, membaca dzikir dan do'a, membaca al-Qur'an, dan hikmah

¹⁸² Wawancara dengan Bapak Subali (50), *op .cit*

¹⁸³ Wawancara dengan Bapak Jumari (56), *op .cit*

¹⁸⁴ Wawancara dengan Aminullah Ibrahim (18), *op .cit*

¹⁸⁵ Wawancara dengan Zakaria (20), *op .cit*

¹⁸⁶ Wawancara dengan M. Amirul Khairudin (18), *op .cit*

¹⁸⁷ Wawancara dengan Ahmad Yusufriyanto (27), *op .cit*

¹⁸⁸ Wawancara dengan Abdul Wahab (33), *op .cit*

¹⁸⁹ Wawancara dengan Nadia Faridatul Widad (20), *op .cit*

mengingat mati. Dan untuk lebih jelasnya simaklah beberapa bukti kebenaran teorinya dibawah ini :

1. Wudlu

Menurut pengamatan penulis kebanyakan peziarah yang datang ke makam Sunan Kudus terlebih dahulu melakukan wudlu. Misalnya rombongan dari Pekalongan yang dipimpin oleh bapak Subali¹⁹⁰ yang kebanyakan dari jama'ahnya melakukan wudlu terlebih dahulu dan dari juga dari rombongan asal Kendal yang dipimpin oleh bapak KH. Abdul Syakur¹⁹¹ banyak melakukan wudlu. Tidak hanya dua rombongan itu saja, namun peziarah lainnya pun juga banyak melakukan wudlu terlebih dahulu. Tujuan daripada melakukan wudlu para peziarah diantaranya untuk menghormati Sunan Kudus dengan badan yang suci terhindari dari hadats, kemudian wudlu juga digunakan sebagai syarat untuk membaca al-Qur'an ketika sedang berziarah.

Wudlu secara bahasa berasal dari sighthat : **وَضُوءٌ وَضُوءًا**

وَضَاءَةٌ , artinya bersih. Sedangkan menurut *syara'* wudlu

berarti “membasuh, mengalirkan dan membersihkan dengan menggunakan air pada setiap bagian dari anggota-anggota wudlu menghilangkan hadats kecil”. Wudlu merupakan

¹⁹⁰ Observasi dengan rombongan asal Pekalongan yang dipimpin oleh bapak Subali, *op. cit*

¹⁹¹ Observasi dengan rombongan asal Weleri Kendal yang dipimpin oleh KH. Abdul Syakur (60), *op. cit*

kegiatan bersuci dari hadats kecil dengan cara membasuh anggota badan tertentu dengan air yang suci dan mensucikan disertai niat. Selain untuk membersihkan diri, wudlu juga merupakan syarat sah mengerjakan ibadah, seperti sholat, thawaf, dan membaca al-Qur'an.¹⁹²

Wudhu mengandung dua aspek kebersihan, yaitu antara kebersihan jasmani dan rohani, kebersihan untuk fisik dan jiwa, serta untuk dunia dan alam akhirat. Dengan membasuh muka, tangan, telinga, dan kaki sebanyak kurang lebih lima kali dalam sehari, secara tidak langsung kita melakukan pencucian anggota-anggota tubuh yang sering dihindangi kotoran.¹⁹³

Dalam sebuah hadits, Rasulullah SAW bersabda:

“apabila seorang hamba muslim atau mukmin berwudhu, kemudian ia membasuh wajahnya, maka akan keluar dari wajahnya bersama air itu (bersama tetesan air yang terakhir) segala kesalahan yang ia lakukan dengan pandangan kedua matanya. Apabila ia membasuh kedua tangannya, maka akan keluar dari kedua tangannya bersama air itu (bersama tetesan air yang terakhir) segala kesalahan yang ia lakukan dengan kedua tangannya. Jika ia membasuh kedua kakinya, maka akan keluar bersama air itu (bersama tetesan air yang terakhir) segala kesalahan yang ia lakukan dengan kakinya, sampai akhirnya ia akan keluar dalam keadaan bersih dari dosa-dosa (HR. Muslim).¹⁹⁴

¹⁹² Aminatuz Zahroh, *Wudlu Itu Menyehatkan*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2014), h. 11-13

¹⁹³ Najamuddin Muhammad, *Ajaibnya Tahajjud Basmi Kanker*, (Jogjakarta: Berlian, 2013) h. 134

¹⁹⁴ *Ibid*, h. 134-135

Dalam hadits yang lain, Rasulullah SAW juga bersabda:

“Maukah kutunjukkan kepada kalian sesuatu yang dapat menjadi sebab Allah menghapuskan dosa-dosa dan meninggikan derajat? Para sahabat menjawab, tentu saja mau wahai Rasulullah. Kemudian beliau menjawab, yaitu menyempurnakan wudhu dalam kondisi yang tidak menyenangkan, memperbanyak langkah menuju masjid, dan menunggu shalat berikutnya sesudah mengerjakan shalat, maka itulah ribath. (HR. Muslim)¹⁹⁵

Dari hadits tersebut sangat jelas bahwa wudhu dapat membersihkan fisik dan batin. Orang yang sebelumnya melihat dosa atau melakukan sesuatu yang maksiat, dengan wudhu bisa dibersihkan. Orang yang sebelumnya mukanya ada debu atau tangannya kotor, dengan wudhu dapat hilang dengan siraman dan usapan air wudhu. Jadi, wudhu merupakan media pembersih sebelum menghadap Allah SWT. Orang yang secara batin dan fisik bersih, beragam penyakit akan sulit hinggap.¹⁹⁶

Lebih jauh, saat ini, banyak penelitian-penelitian tentang wudhu yang ditinjau dari aspek medis. Ada banyak manfaat yang terkandung dalam setiap gerakan, siraman, dan usapan air wudhu. Terbukti bahwa wudhu mampu membuat

¹⁹⁵ *Ibid*, h. 135

¹⁹⁶ *Ibid*, h. 135-136

kulit bersih, sehingga beragam penyakit kulit tidak akan pernah menghinggapinya.¹⁹⁷

Prof. Leopold Werner von Ehrenfels, seorang psikiater sekaligus neurolog berkebangsaan Austria, menemukan sesuatu yang menajubkan dalam wudhu, yakni mampu merangsang pusat syaraf dalam tubuh manusia. Ternyata, ada keselarasan antara air wudhu dengan titik-titik syaraf, yang menyebabkan tubuh senantiasa sehat. Sebagaimana diketahui, pusat-pusat syaraf yang paling peka dari tubuh berada di sebelah dahi, tangan dan kaki. Pusat-pusat tersebut sangat sensitif terhadap air segar. Dari sinilah diketahui hikmah dibalik wudhu yang membasuh pusat-pusat syaraf itu. Ia menginginkan agar wudhu bukan hanya milik dan kebiasaan umat Islam, melainkan umat manusia secara keseluruhan. Karena keajaiban wudhu inilah, ia akhirnya memeluk Islam dan mengganti namanya menjadi Baron Omar Rolf Ehrenfels.¹⁹⁸

Selain memberikan manfaat yang besar bagi kesehatan fisik, wudlu juga memberikan manfaat bagi kesehatan psikis. Salah satu emosi yang membuat psikis terganggu dan tidak stabil adalah amarah. Amarah adalah emosi yang paling sulit dikendalikan dan paling berbahaya. Sejumlah masalah yang menghancurkan kehidupan keluarga

¹⁹⁷ *Ibid*, h. 136

¹⁹⁸ *Ibid*, h. 136 - 137

dan masyarakat melibatkan gejolak amarah. Amarah adalah emosi yang paling sulit diajak beradaptasi karena amarah mendorong seseorang untuk bertikai. Disinilah urgensi wudlu untuk meredam gejolak amarah.¹⁹⁹

Rasulullah mengajarkan bahwa jika seseorang marah dan dalam keadaan berdiri, duduklah. Jika belum reda amarahnya, berbaringlah. Jika belum mampu juga menetralsir amarahnya, maka berwudlulah. Wudlu akan mampu menetralsir amarah yang bergejolak. Dengan berwudlu, psikis seseorang yang semula bergejolak dan tidak stabil karena amarah akan menjadi tenang kembali. Seseorang akan kembali bisa berfikir tenang dan jernih.²⁰⁰

Berwudhu dapat menyegarkan hati dan pikiran seseorang serta dapat menghilangkan stres, depresi, dan beban pikiran. Kesegaran air dalam berwudhu membuat pikiran rileks dan kembali segar. Gerakan-gerakan dalam berwudhu juga mampu menghilangkan kelelahan seseorang. Karena gerakan-gerakan dalam berwudhu seperti membasuh wajah, tangan telinga, dan sebagainya mampu memberi relaksasi terhadap otot-otot seseorang yang lelah. Kesegaran air di setiap basuhan berwudhu akan membersihkan dan membuat seseorang semakin segar dan ringan. Debu serta kotoran yang

¹⁹⁹ Muhammad Syafi'ie el-Bantanie, *Dahsyatnya Terapi Wudlu*, (Jakarta : PT. Elex Media Komputindo, 2010) h. 71

²⁰⁰ *Ibid*, h. 72

menempel hilang, lelah dan capek hilang dan seseorang dapat kembali memulai aktivitas dengan tubuh yang segar.

2. Bacaan Dzikir dan Do'a dapat Menenangkan Jiwa


Menurut pengamatan penulis, semua peziarah makam Sunan Kudus pasti melakukan aktivitas berdzikir dan berdo'a yang biasa dikemas dengan *tahlilan*. Entah itu dari golongan bawah, menengah maupun dari golongan atas. Inti dari ziarah yaitu melantunkan ayat-ayat suci al-Qur'an, berdzikir dan mendo'akan orang yang sudah meninggal. Sedangkan berziarah dimakam para kekasih-Nya, peziarah juga melakukan tawasul didalamnya serta mengharapkan keberkahan.

Dalam Ensiklopedia Islam, kata dzikir bermakna menuturkan, mengingat, menjaga, mengerti, dan perbuatan baik. Sedangkan secara luas dzikir berarti mengingat dan menghayati dengan adanya kehadiran-Nya, sebagai wujud penghambaan diri kepada-Nya. Sikap batin yang bisa diungkapkan melalui ucapan tahlil, tahmid, tasibh, dan takbir. Di dalam al-Qur'an, kata dzikir diartikan sebagai pembangkit daya ingat²⁰¹

Dzikir merupakan ibadah dengan cara menyebut nama Allah dan merenungkan kuasa, sifat, dan perbuatan serta nikmat-nikmat Nya. Dalam surat ar-Ra'd ayat 28, Allah berfirman:

²⁰¹ Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta : Erlangga, 2012), h. 79

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(سورة الرّد : ٢٨) 

Artinya : ”(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram” (QS ar-Ra’d {13}: 28)²⁰²

Sebagaimana diketahui, perasaan tidak tenang dan tidak nyaman memang sering mengganggu seseorang, baik bersifat internal, seperti rasa takut akan sesuatu dan rasa putus asa akibat tidak mendapatkan sesuatu, maupun eksternal, seperti kalah bersaing dengan orang lain dalam mencapai sesuatu dan tidak adanya jaminan akan keselamatan hidup atau masa depan.²⁰³

Tidak heran, bila perasaan tidak tenang selalu menghantui diri yang dapat mengakibatkan seseorang menjadi stres. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menghilangkan perasaan tidak tenang dan tidak nyaman itu adalah dengan dzikir mengingat Allah.²⁰⁴

Mengapa dengan dzikir hati menjadi tenang dan tenteram? Sebagaimana yang dipahami bersama, hati atau kalbu sifatnya adalah *Rabbaniyah* dan *rohaniyah*. Buktinya,

²⁰² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid V, h. 103

²⁰³ Agus Nur cahyu, *Bukti-Bukti Ilmiah Manfaat Ajaib Ibadah Sehari-Hari*, (Jakarta: Sabil, 2013) h. 98

²⁰⁴ *Ibid*, h. 98

kalbu dapat merasakan gelisah, sengsara, resah, dan sedih. Kalbu bisa tertutup, mati, berkarat, melemah, lalai, dan lupa. Kalbu juga bisa merasa nyaman, tenteram, senang, gembira, dan bahagia. Ia juga bisa terbuka, hidup, bersih, menguar, ingat, dan terjaga.²⁰⁵

Nah, salah satu faktor penyebab yang membuat kalbu menjadi tidak tenteram dan tidak tenang adalah *ghaflah* (lalai dan lupa kepada Allah). Orang yang lalai dan lupa kepada Allah akan membuatnya lupa kepada dirinya sendiri. Orang yang lalai dari dzikir juga tidak akan pernah merasa hidupnya tenang dan tenteram. Ia akan selalu dalam keadaan gelisah, resah, dan susah. Orang yang lupa kepada Allah akan tenggelam ke dalam telaga kelupaan, kebimbangan, dan keterasingan. Ia akan jauh darilingkaran cahaya dan akan masuk ke dalam lingkaran kegelapan. Allah menegaskan.²⁰⁶

Sedangkan Doa adalah meminta kepada Allah melalui ucapan lidah atau getaran hati dengan menyebut namanya, sebagai wujud penghambaan diri kepada-Nya. Sedangkan doa dalam pengertian Islami adalah seruan, permintaan, pertolongan, dan ibadah kepada Allah, supaya terhindar dari mara bahaya dan mendapatkan manfaat.²⁰⁷

²⁰⁵ *Ibid*, h. 98-99

²⁰⁶ *Ibid*, h. 99

²⁰⁷ Rifyal Ka'bah, *Dzikir dan Doa dalam al-Qur'an*, (Jakarta : PT. Sabdodadi, 1999), h. 33

Berdo'a adalah bagian dari kehidupan sufistik. Bagi seorang sufi, tiada hari tanpa do'a. Mereka melakukannya dengan dengan cara yang sungguh-sungguh dan dalam bimbingan seorang *syaikh* atau guru. Berdo'a merupakan bagian dari mujahadah kepada Allah, selain dzikir. Berdo'a selalu dimulai dengan membaca bismillah. Umumnya kalimat *bismillah* diterjemahkan dengan "dengan menyebut nama Allah". Bagi seorang sufi, seperti diungkapkan oleh Chisthi, *bismillah* menurut akar katanya dapat diterjemahkan sebagai berikut : secara harfiah berarti 'dengan, bersama, atau di dalam; berarti suatu suara, atmosfer, nama atau cahaya; adalah sesuatu Zat Yang Maha Esa. Dengan demikian ketika kita menyebut kalimat bismillah, maka aliran nafas seseorang akan mengikuti makna tersebut dengan, bersama, atau di dalam suatu atmosfer atau cahaya Zat Yang Maha Esa. Hal ini juga tampak digunakan dalam Kitab Injil yang berbahasa *Aramaik*, dengan *b'sheme* (dengan nama-Ku), yang berarti "*dengan suara atau atmosfer-Ku*". Sehingga, pengucap *bismillah* akan mengantarkan seseorang mengingat Allah Yang Maha Suci. Kalimat *bismillah* benar-benar menjadi pintu masuk ke dalam lingkaran perlindungan Allah, kemudian membersihkan diri dari kotoran setan melalui *ta'awudz*, dilanjutkan dengan memuji Allah serta shalawat atas Nabi-Nya, baru kemudian berdo'a. Demikian juga dengan do'a yang didahului dengan

Asma al-Husna, adalah kebiasaan para sufi selain juga digunakan untuk dzikir.²⁰⁸

Sebagai terapi, doa merupakan sebuah terapi yang luar biasa. Banyak orang yang sembuh penyakitnya hanya dengan beberapa ucapan do'a dari orang-orang tertentu. Dadang Hawari, dalam bukunya "Dimensi Religi dalam Praktik Psikiatri dan Psikologi", mengoleksi banyak hasil penelitian dari para ahli mengenai do'a sebagai "obat". Para peneliti itu antara lain : Mattews (1996) dari Universitas Georgetown, Amerika Serikat, yang mengatakan bahwa dari 212 penelitian yang telah dilakukan oleh para ahli sebelumnya, ternyata 75% menyimpulkan adalah pengaruh positif pada pasien, dan hanya 7% yang menyatakan pengaruh negatif doa terhadap hasil terapi. Manfaat do'a terhadap proses kesembuhan pasien terutama terletak pada berbagai penyakit, seperti depresi, kanker, hipertensi, jantung, dan penyalahgunaan NAZA (Narkotika, Alkohol, dan Zat Adiktif). Selain itu hasil survei majalah TIME, CNN, USA Weekend (1996), membuktikan bahwa lebih dari 70% pasien percaya bahwa do'a dapat membantu mempercepat kesembuhan. Hal ini juga didukung oleh penelitian Snyderman (1996) dan Christy (1998), yang menyatakan bahwa do'a dan dzikir juga merupakan "obat" bagi penderita selain obat dalam pengertian medis.²⁰⁹

²⁰⁸Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*,
op.cit, h. 82

²⁰⁹*Ibid*, h. 81

Berdoa merupakan senjata bagi orang-orang yang beriman, sebab doa dapat menolak bahaya, menghilangkan musibah, atau mencegahnya serta meringankannya.

Hal ini telah ditegaskan dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Al- Hakim dari Ali bin Abi Thalib ra. Ia mengatakan bahwasanya Rasulullah bersabda yang berbunyi:

الدُّعَاءُ صِلَاحُ الْمُؤْمِنِينَ وَ عِمَادُ الدِّينِ وَ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَ لَأَرْضِ

Artinya : *“sesungguhnya doa itu adalah senjata bagi orang yang beriman, tiang agama, sinar langit dan bumi”*.

Dan ditegaskan juga dalam hadits yang diriwayatkan dari Ibnu Umar, bahwasanya Rasulullah SAW bersabda yang berbunyi:

الدُّعَاءُ يَنْفَعُ مِمَّا نَزَلَ وَ مِمَّا لَمْ يَنْزِلْ فَعَلَيْكُمْ عِبَادَ اللَّهِ بِالْدُّعَاءِ

Artinya : *“doa itu bermanfaat terhadap musibah yang telah turun dan yang belum turun, oleh karenanya wahai hamba Allah, kalian haruslah berdoa”*

Doa itu dapat menolak musibah, sebab doa itu lebih kuat dari musibah tersebut, dan doa dikatakan dapat meringankan musibah, kalau doa itu lemah dibandingkan musibah tersebut, dan apabila doa dan musibah tersebut sama-sama kuatnya, maka akan menolak satu sama lainnya, mereka akan bertarung hingga hari kiamat.²¹⁰

²¹⁰ Zumroh, *Tombo Ati Upaya Membersihkan Qalbu dari Kuman-Kuman Penyakit*, op. cit, h. 125

Berdoa merupakan salah satu obat penawar hati, hatinya yang tadinya gundah gulana menjadi tenang, sebab ia telah mencurahkan segala masalah dan harapannya. Ia telah yakin dan percaya bahwa Allah akan menolongnya. Dengan berdoa ia akan tenteram, sehingga dalam menghadapi permasalahannya ia akan lebih mudah dan tenang.²¹¹

Rasulullah SAW sendiri telah bersabda dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Abdullah bin Mas'ud, ia mengatakan bahwasanya Rasulullah bersabda, "*tidak akan menimpa pada seseorang suatu keresahan atau kesedihan bila ia membaca doa*".²¹²

Allah SWT telah berjanji jika ada seorang hamba yang memintanya (berdoa) maka Allah akan mengabulkannya, selama doa itu tidak mengandung perbuatan dosa dan mendoakan orang lain dalam kejelekan serta tidak tergesa-gesa, sehingga jika ia merasa doanya lambat, atau belum dikabulkan, lalu berputus asa dan enggan untuk berdoa lagi, hal semacam inilah yang mempengaruhi gagalannya sebuah doa.²¹³

Jika seseorang menginginkan doanya dikabulkan oleh Allah SWT, maka dalam berdoa harus dengan hati yang khusyu' dan bersungguh-sungguh dan harus memperhatikan mengenai adab dalam berdoa, seperti mengangkat tangan

²¹¹ *Ibid*,

²¹² *Ibid*, h. 125-126

²¹³ *Ibid*, h. 127

kepada Allah SWT memulai doa dengan pujian-pujian kepada Allah, sebelum menyampaikan apa yang menjadi keinginannya hendaklah memohon ampun terlebih dahulu kepada Allah dan mengeluarkan sedekah sebelum berdoa serta harus yakin bahwa doanya akan dikabulkan oleh Allah.²¹⁴

Allah SWT sangat senang kepada hamba-hambaNya yang mau berdoa kepadaNya, sebaliknya Allah sangat murka terhadap hamba-hambaNya yang enggan berdoa kepadaNya, seorang hamba tersebut sombong dan seolah-olah sudah tidak lagi membutuhkan Allah, padahal segala rizki dan segala apa yang ia terima adalah dari Allah SWT. Namun ia mengingkarinya, ia merasa bahwa apa yang telah ia peroleh itu dari usaha dan kerja kerasnya sendiri. Hamba seperti inilah yang akan mendapat murka Allah dan ia akan dihukum oleh Allah SWT.²¹⁵

3. Bacaan al-Qur'an dapat Menenangkan Jiwa

Membaca al-Qur'an sudah menjadi bagian wajib bagi peziarah Sunan Kudus, entah itu membaca al-Qur'an yang sudah dikemas dalam tahlil maupun diluar tahlil misalnya membaca surat Yasin yang kebanyakan orang membacanya. Misalnya rombongan dari Pekalongan yang dipimpin oleh bapak Subali²¹⁶, setelah mengirim fatimah kepada orang-orang

²¹⁴ *Ibid*, h. 128

²¹⁵ *Ibid*, h. 129

²¹⁶ Observasi dengan rombongan asal Pekalongan, *op. cit*

yang sudah meninggalkan kemudian dilanjutkan membaca surat Yasin dengan bersama-sama. Kemudian peziarah dari kalangan santri, disamping niatnya berziarah ke makam Sunan Kudus juga sebagai tempat untuk memperlancar dan menghafalkan al-Qur'an.²¹⁷

Al-Qur'an adalah obat untuk menyembuhkan berbagai penyakit, baik penyakit hati, kebodohan, dan keraguan atau kebimbangan serta menjadi rahmat bagi orang-orang yang beriman.²¹⁸

Allah SWT telah berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' ayat 82 yang berbunyi:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ
إِلَّا خَسَارًا (سورة الإسراء : ٨٢)

Artinya : “Dan kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman”.²¹⁹

Al-qur'an adalah penawar hati bagi orang-orang yang mau membaca dan memahami apa yang terkandung di dalamnya. Sebab, Al-Qur'an itu memuat ajaran-ajaran yang akan memberikan petunjuk bagi manusia.²²⁰

217 Observasi dengan santri sekitar makam pada tanggal 06 April 2017

218 Zumroh, *op. cit.*, h. 130

219 Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid V, h. 524-525

220 Zumroh, *op. cit.*, h. 130

Seperti yang telah dijelaskan dalam firman Allah surat Ali Imran ayat 2-4 yang berbunyi:

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ﴿٢﴾ نَزَلَ عَلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ
مُصَدِّقًا لِمَا بَيْنَ يَدَيْهِ وَأَنْزَلَ التَّوْرَةَ وَالْإِنْجِيلَ ﴿٣﴾ مِنْ قَبْلُ هَدَى
لِلنَّاسِ . (سورة ال عمران : ٢ - ٤)

Artinya : “Dia (Allah) menurunkan kitab (Al-Qur’an) kepadamu (Muhammad) yang mengandung kebenaran, membenarkan (kitab-kitab) sebelumnya dan juga menurunkan Taurat dan Injil, sebelumnya sebagai petunjuk bagi manusia”.²²¹ (QS. Ali Imran : 2-4)

Membaca dan mendengarkan al-Qur’an merupakan salah satu ibadah yang mulia. Bahkan tidak ada perkataan, ceramah, dan syair yang lebih indah serta disukai oleh Allah selain al-Qur’an. Bukan hanya al-Qur’an merupakan kitab suci yang semata-mata dituturkan oleh Tuhan sehingga menjadi kalam yang mulia. Namun, lebih dari itu, al-Qur’an memiliki banyak sekali mukjizat bagi mereka yang membaca dan mempraktikkannya. Salah satunya, membaca atau mendengarkan al-Qur’an dapat merangsang kecerdasan otak.²²²

²²¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), jilid I, h. 452

²²² Agus Nur cahyu, *Bukti-Bukti Ilmiah Manfaat Ajaib Ibadah Seharian-Hari*, *op. cit.*, h. 101-102

Menurut hasil penelitian, ternyata membaca al-Qur'an setelah shalat Maghrib dan sesudah shalat Subuh dapat meningkatkan kecerdasan otak sampai 80%. Sebab, pada waktu tersebut ada pergantian dari siang ke malam dan dari malam ke siang hari. Di samping itu, ada tiga aktifitas sekaligus, membaca, melihat, dan mendengar.²²³

Hal ini diperkuat dengan penelitian Dr. Al-Qadhi di Florida Amerika Serikat. Dalam penelitian tersebut, Al-Qadhi berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat al-Qur'an, seorang muslim, baik mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Penurunan depresi, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, dan menangkal berbagai macam penyakit merupakan pengaruh umum yang dirasakan orang-orang yang menjadi objek penelitiannya.²²⁴

Penemuan sang dokter ahli jiwa ini didapat tidak serampangan. Penelitiannya ditunjang dengan bantuan peralatan elektronik terbaru untuk mendeteksi tekanan darah, detak jantung, ketahanan otot, dan ketahanan kulit terhadap aliran listrik. Dari hasil uji coba tersebut ia berkesimpulan bahwa bacaan Al-Qur'an berpengaruh besar hingga 97% dalam melahirkan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit. Hal ini sesuai dengan laporan sebuah penelitian

²²³ *Ibid*, h. 102

²²⁴ *Ibid*, h. 102-103

yang disampaikan dalam Konferensi Kedokteran Islam Amerika Utara pada tahun 1984.²²⁵

Ternyata, kesimpulan hasil uji coba tersebut diperkuat lagi oleh penelitian Muhammad Salim yang dipublikasikan Universitas Boston. Objek penelitiannya adalah lima orang sukarelawan yang terdiri dari 3 pria dan 2 wanita. Kelimanya sama sekali tidak mengerti bahasa Arab dan merekapun tidak diberi tahu bahwa yang akan diperdengarkan adalah al-Qur'an.²²⁶

Penelitian yang dilakukan sebanyak 210 kali ini terbagi dua sesi, yakni membacakan al-Qur'an dengan tartil dan membacakan bahasa Arab yang bukan al-Qur'an. Kesimpulannya, responden mendapatkan ketenangan sampai 65% ketika mendengarkan bacaan al-Qur'an dan mendapatkan ketenangan hanya 35% ketika mendengarkan bahasa Arab yang bukan dari al-Qur'an.²²⁷

Bahkan, al-Qur'an dapat memberikan pengaruh besar jika diperdengarkan kepada bayi, baik saat masih di dalam kandungan atau sudah lahir. Hal tersebut setidaknya diperkuat oleh dr. Nurhayati dari Malaysia dalam seminar konseling dan psikoterapi Islam di Malaysia pada tahun 1997.²²⁸

²²⁵ *Ibid*, h. 103

²²⁶ *Ibid*,

²²⁷ *Ibid*, h. 103-104

²²⁸ *Ibid*, h. 104

Menurut penelitiannya, bayi yang berusia 48 jam yang diperdengarkan ayat-ayat Al-Qur'an dari tape recorder menunjukkan respons tersenyum dan menjadi lebih tenang. Nurhayati bahkan membandingkan dengan musik klasik yang dapat mempengaruhi kecerdasan intelektual (IQ) dan kecerdasan emosi (EQ) seseorang.²²⁹

Selain mempengaruhi IQ dan EQ, bacaan Al-Quran mempengaruhi kecerdasan spiritual (SQ). Penelitian ini dan penelitian-penelitian sebelumnya telah banyak tersebar di dunia maya. Jadi, sudah bukan rahasia lagi bagi orang banyak.²³⁰ Ibnu Katsir berpendapat bahwa, al-Qur'an sebagai obat karena mampu melenyapkan berbagai penyakit hati seperti ragu, nifak, syirik, penyimpangan dan kecenderungan dalam kebatilan.²³¹

4. Mengingat Mati dapat Menenangkan Jiwa

Setiap manusia pasti akan mengalami kematian, yang waktunya tidak seorangpun yang mengetahui kecuali Allah Swt. Oleh karena datangnya ajal yang tidak terduga tersebut, maka seharusnya kita menyiapkan sejak dini bekal yang akan kita bawa bil ajal menjemput, bukan harta yang akan kita bawa, tetapi amal-amal saleh yang akan dapat menolong.²³²

²²⁹ *Ibid*,

²³⁰ *Ibid*, h. 105

²³¹ Mustamir Pedak, *Qur'anic Super Healing : Sembuh dan Sehat dengan Mu'jizat al-Qur'an* (Semarang : Pustaka Nun, 2002), h.49

²³² Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit.*, h. 237-238

Yang dimaksud ingat mati adalah berpikirnya hati dan menghadirkan hati ketika ingat mati dengan lisan, bagaimana keadaannya nanti ketika menghadapi kematian dan sekaratnya, serta menghadapi kenyataan-kenyataan perkara-perkara akhirat. Dan berfikir bagaimana akhir hidupnya (apakah husnul khotimah atau suul khotimah). Dan bagaimana keadaan teman-teman dan sahabat-sahabatnya ketika mati, dan kemana di kembalikan (ke surga atau neraka). Dan yang sejenis itu dari pikiran-pikiran dan ingatan-ingatan yang bermanfaat bagi hatinya.²³³

Di dalam memperbanyak ingat mati, merasa dekat datangnya kematian terdapat faidah yang agung, manfaat yang banyak. Diantaranya adalah *zuhud* di dunia (hatinya tidak tergiur dunia), *qona'ah* (menerima) sesuatu yang sedikit dari dunia, selalu beristiqomah melakukan amal kebaikan yang merupakan bekal akhirat, menjauhi kejelekan, dan bersegera melakukan taubat kepada Allah dari segala amal kejelekan bila ia melakukannya.²³⁴

²³³ Muhammad bin Alwi Al-Maliki Al Hasani, *Fiqh Kubur : Kupas Tuntas Amalan-Amalan Yang Berkaitan Dengan Kubur di tinjau dari perspektif Al-Qur'an dan Hadits* diterjemahkan oleh M. Sholehuddin dan Shofwan dari "Tahqiqul Amal Yanfau' Lil mayit Minal A'mal", (Jombang : Darul Hikmah, 2008) h. 124

²³⁴ *Ibid.* h. 130

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Sebagai penutup dari bab demi bab sebelumnya mengenai tradisi ziarah dan ketenangan jiwa (studi terhadap peziarah di makam Sunan Kudus), dapat ditarik kesimpulan yaitu :

1. Tradisi ziarah ke makam Sunan Kudus sudah ada sejak zaman dahulu dan semakin hari jumlahnya bertambah. Untuk hari-hari yang ramai dikunjungi peziarah adalah hari kerja maupun hari libur nasional, biasanya mulai Kamis sore sampai hari Minggu. Mereka tertarik melakukan ziarah ke makam Sunan Kudus dikarenakan berberapa hal, diantaranya sosok Sunan Kudus sudah dikenal sebagai wali Allah atau orang suci dan ingin mendapatkan keberkahan darinya, ada juga yang tertarik karena ingin berwisata saja, karena dikompleks makam Sunan Kudus sangat menarik untuk dikunjungi salah satunya berdirinya Menara Kudus, Masjid, bangunan-bangunan kuna dan makam Sunan Kudus itu sediri. Sedangkan menurut peziarah yang penulis wawancarai, mereka tidak ada hari khusus untuk melakukan ziarah, mereka berziarah sesuai dengan keperluan dan keinginan saja, untuk peziarah rombongan harinya disesuaikan dengan kelonggaran para pesertanya dan atas kesepakatan bersama. Kebanyakan dari

mereka sudah sering melakukan ziarah ke makam Sunan Kudus sampai tidak dapat menghitungnya lagi, namun ada juga peziarah yang mengaku baru 5 kali melakukan ziarah. Ritual yang sering dilakukan peziarah makam Sunan Kudus yaitu terlebih dahulu mengambil air wudlu sebelum memasuki makam, kemudian ada yang menyentuh atap gapura pintu masuk makam sebagai bentuk salam penghormatan, setelah berada di makam para peziarah melakukan salam kepada Sunan Kudus, kemudian dilanjutkan dengan mengirim fatimah kepada orang yang sudah meninggal, membaca surat Yasin, Tahlil, kemudian ditutup dengan do'a. Motivasi merekapun bermacam-macam ada yang ingin mengharap berkah dan tawasul, ada yang curhat kepada Sunan Kudus, ingin lulus ujian, ada juga yang hanya ingin berwisata dan senang-senang, kemudian ada yang mendoakan orang yang sudah meninggal / ingat mati.

2. Dari hasil wawancara yang penulis lakukan dan disesuaikan dengan teori yang ada, bahwa peziarah makam Sunan Kudus memiliki ketenangan. Para peziarah makam Sunan Kudus adalah orang-orang yang tidak terkena penyakit jiwa, terhindar dari kegelisahan atau kecemasan, terhindar dari keputus-asaan, bahagia dalam menjalani hidup, memiliki cita-cita yang jelas, tidak mendapatkan halusinasi, dan selalu sabar ketika sedang mendapatkan musibah serta selalu meminta pertolongan Allah untuk dapat mengatasinya.

3. Ziarah juga dapat menenangkan jiwa para peziarah makam Sunan Kudus. Mereka banyak yang mengatakan bahwa setelah melakukan ziarah hati dan pikiran menjadi tenang, tentram, dan jernih. Ada juga peziarah yang mengatakan dirinya merasa lega, seperti orang yang merorok, fresh kembali. Hal demikian karena hakikatnya ziarah itu melakukan wudlu, berdzikir dan berdo'a, membaca al-Qur'an, dan mengingat mati, kesemuanya itu dapat menghantarkan jiwa seseorang menjadi tenang dan damai.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dijelaskan di atas, dan kesimpulan dari hasil penelitian, maka ada beberapa saran dari peneliti, diantaranya sebagai berikut:

1. Kepada para peziarah hendaknya jangan sampai salah niat, agar tidak terjerumus dalam kemusyrikan dan kesesatan. Dan juga agar tetap selalu melesatarikan tradisi ziarah ke makam Sunan Kudus dan dapat memetik hikmah serta mengamalkan ajaran-ajaran dari Sunan Kudus.
2. Kepada masyarakat pada umumnya, bagi yang sudah melakukan ziarah maupun yang belum ziarah, dengan adanya skripsi ini mampu memotivasi khalayak umum bahwa ziarah dapat menjadi obat hati dan dapat menenangkan jiwa, selagi niatnya benar dan dalam berziarah melakukannya dengan khushyuk.

3. Kepada pengurus Yayasan Masjid, Menara, dan Makam Sunan Kudus (YM3SK) agar selalu diberi kekuatan dalam menjaga peninggalan-peninggalan dari Sunan Kudus dan meneruskan estafet dakwah dari Sunan Kudus untuk selalu mensyiarkan Islam.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Rahmad, *Walisongo : Gelora Dakwah dan Jihad di Tanah Jawa (1404 – 1482)*, Sukoharjo : Al-Wafi, 2015
- Albani-al, Syaikh Muhammad Nashiruddin, *Shahih At-Tarhib Wa At-Tarhib (6) Hadits-hadits Shahih tentang Anjuran dan Janji Pahala, Ancaman dan Dosa*, diterjemahkan dari “Shahih at-Tarhib wa at-Tarhib” oleh Izzudin Karimi, dkk, Jakarta : Darul Haq, 2012, cet. 2
- Anshari, M. Hafi, *Dasar-Dasar Ilmu Jiwa Agama*, Surabaya: Usana Offset Printing, 1991
- Arif, Masykur, *Kumpulan Karamah dan Ajaran Walisanga*, Jakarta : Safirah, 2014
- Bungin, Burhan, *Analisis Penelitian Kualitatif*, Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 2008
- Buqha-al, Mustafa, *Pokok-pokok Ajaran Islam* Jakarta : Rabbani Perss, 2002
- Cahyu, Agus Nur, *Bukti-Bukti Ilmiah Manfaat Ajaib Ibadah Sehari-Hari*, Jakarta: Sabil, 2013
- Chafidh, M. Afnan dan A. Ma’ruf Asrori, *Tradisi Islam : Panduan Prosesi Kelahiran – Perkawinan - Kematian*, Surabaya: khalista, 2009, Cet. 4
- Chambert-Loir, Henri dan Claude Guillot, *Ziarah dan Wali di Dunia Islam*, Jakarta : PT Serambi Ilmu Semesta, 2007
- Daradjat, Zakiah, *Kesehatan Mental*, Jakarta : PT Gunung Agung, 1982, Cet. 9

_____, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, Jakarta : PT Gunung Agung, 1983, cet. 7

Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jakarta : Lentera Abadi, 2010, jilid I

_____, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jakarta : Lentera Abadi, 2010, jilid II

_____, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jakarta : Lentera Abadi, 2010, jilid IV

_____, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jakarta : Lentera Abadi, 2010, jilid V

_____, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jakarta : Lentera Abadi, 2010, jilid VIII

_____, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jakarta : Lentera Abadi, 2010, jilid IX

_____, *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan)*, Jakarta : Lentera Abadi, 2010, jilid X

Elfiky, Ibrahim, *Terapi Berfikir Positif*, diterjemahkan oleh Khalifurrahman Fath dan M. Taufik Damas dari “Quwwat at-Tafkir”, Jakarta : Zaman, 2009, Cet.1

Fauziah, Fitri, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, Jakarta : UI Press, 2005

Ghazali-al ra, Syaikh Imam, *Rahasia Ketajaman Mata Bathin*, Surabaya : Karya Agung, t.th.

Hasan, Muhammad Tholhah, *Ahlussunnah Wal-Jama'ah : Dalam Persepsi dan Tradisi NU*, Jakarta : Lantabora Press – Jakarta Indonesia, 2005 cet. 3

- Hasani-al, Muhammad Al-Maliki, *Meluruskan Kesalahpahaman Keistimewaan Rasulullah : Hakikat Nubuwwah, Hakikat Basyariyyah, dan tabaruk* diterjemahkan oleh Tarmana Abdul Qosim dari “Mafahim Yajib An Tushahhah”, Bandung : PT Remaja Rosdaka, 2002 cet. 2
- Hasani-al, Muhammad bin Alwi Al-Maliki, *Fiqh Kubur : Kupas Tuntas Amalan-Amalan Yang Berkaitan dengan Kubur Ditinjau dari perspektif Al-Qur’an dan Hadits* diterjemahkan oleh M. Sholehuddin dan Shofwan dari “Tahqiqul Amal Yanfau’ Lil mayit Minal A’mal”, Jombang : Darul Hikmah, 2008
- Hassan, Em Nadjib dan Maesah Anggi, *Menara Menjaga Tradisi Nusantara : Menelusuri keindahan ragam arsitektur Masjid Menara, dan Makam Sunan Kudus*, (Kudus : Arjuna Mandiri, 2015)
- Hawari, Dadang, *Pendidikan Holistik Pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*, Jakarta : Balai Penerbitan FKUI Jakarta, 2001
- Hawwa, Said, *Pendidikan Spiritual*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006
- Herdiansyah, Haris, *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*, Jakarta : Penerbit Salemba Humanika, 2012, Cet.3
- _____, *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups*, Jakarta : Rajawali Pres, 2013
- Indrahti, Sri, *Kudus dan Islam : Nilai-nilai Budaya Lokal dan Industri Wisata Ziarah*, Semarang : CV. Madina, 2012
- Jailani-al, Syekh Abdul Qodir, *Sirrul-Asrar Rasaning rasa* diterjemahkan oleh Zezen ZA Bazul Asyhab dari “Sirrul Asrar Wa Mazh-harul Anwar”, Tangerang : Penerbit Salima, 2013 cet. 2
- Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 2010

- Ka'bah, Rifyal, *Dzikir dan Doa dalam al-Qur'an*, Jakarta : PT. Sabdodadi, 1999
- Kartanegara, Mulyadhi, *Menyelami Lubuk Tasawuf*, Jakarta : Erlangga, 2006
- Kuhsari, Ishaq Husaini, *Al-Qur'an dan Tekanan Jiwa, : Diagnosis Problem Kejiwaan Manusia Modern dan Solusi Qur'ani dalam Mengatasi dan Menyembuhkan*. Jakarta : Sadra Pres, 2012
- Masykuri, Ibnu, *Panduan Praktis Ziarah Kubur*, Kediri, Lirboyo Press: 2014, Cet II
- Matsnawi, Joko Suharto Bin, *Menuju Ketenangan Jiwa*, Jakarta : PT Rineka Cipta, 2007
- Moleong, Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993
- Muhammad, Najamuddin, *Ajaibnya Tahajjud Basmi Kanker*, Jogjakarta: Berlian, 2013
- Munawir, A.W., *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, Surabaya : Pustaka Progressif, 1997
- Muslih, M. Hanif, *Kesahihan Dalil Ziarah Kubur*, Semarang : Ar-Ridha, 1998
- Naisaburi-an, Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairi, *Ensiklopedia Hadits 3 ; Shahih Muslim 1*, diterjemahkan oleh Ferdinand Hasmand dkk, Jakarta : Almahira, 2012
- Nahrowi, Izza Rohman, (ed), *Ikhlas Tanpa Batas*, Jakarta : Zaman, 2010, cet. II
- Nasution, Muslim, *Menuju Ketenangan Batin*, Jakarta : Gema Insani Press, 2002 cet.2

- Nawawi, Imam, *Riyadhus Shalihin : Perjalanan Menuju Taman Surga*, diterjemahkan dari “Riyadhus Shalihin” oleh Zenal Mutaqin dkk, Surabaya : Jabal, 2013, cet. 6
- Nevid, Jeffrey S., dkk, *Psikologi Abnormal*, Jakarta : Penerbit Erlangga, 2003
- Pedak, Mustamir, *Qur’anic Super Healing : Sembuh dan Sehat dengan Mu’jizat al-Qur’an* Semarang : Pustaka Nun, 2002
- Purwadi dkk, *Jejak Para Wali dan Ziarah Spiritual*, Jakarta : Penerbit Buku Kompas, 2006
- Qusyayri-al, ‘Abd al-Karim ibn Hawazin, *Risalatul Qusyayriyah*, diterjemahkan dari Principles of Sufism oleh Ahsin Muhammad, Bandung : Pustaka, 1994
- Rakily-ar, Bintus Sami’, *40 Hadits Shahih : Teladan Rasul dalam Berziarah Kubur*, Yogyakarta : Pustaka Pesantren, 2011
- Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta : Rajawali Pers, 1992
- Semiun, Yustinus, *Kesehatan Mental I*, Yogyakarta : Kanisius, 2006
- Sholeh, Moh. dan Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2005
- Soewandji, Jusuf, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Jakarta, Mitra Wacana Media, 2012
- Subagyo, P. Joko, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktik*, Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2011
- Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung : Alabeta, 2012

Syafi'ie, Muhammad, *Dahsyatnya Terapi Wudlu*, Jakarta : PT. Elex Media Komputindo, 2010

Syukur, Amin, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, Jakarta : Erlangga, 2012

_____, *Tasawuf Bagi Orang Awam*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006

Tim Majlis Khoir, *Habib Luthfi bin Yahya Menjawab Keluh Kesah Umat*, Malang : Majlis Khoir Publishing, 2012

Tim penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta : Pusat Bahasa, 2008

Zidane, Mehdy (ed.), *Nasehat Spiritual Mengenal Tarekat ala Habib Luthfi bin Yahya*, Bekasi : Hayat Publishing, 2009 cet. 4.

Zahroh, Aminatuz, *Wudlu Itu Menyehatkan*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2014

Zumroh, *Tombo Ati : Upaya Membersihkan Qalbu dari Kumankuman Penyakit*, Surabaya : Bintang Usaha Jaya, 2011

[Http://dalamislam.com/dasar-islam/bahaya-putus-asa-dalam-islam](http://dalamislam.com/dasar-islam/bahaya-putus-asa-dalam-islam)
diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 14.16 WIB

[Https://id.wikipedia.org/wiki/Dhandhangan](https://id.wikipedia.org/wiki/Dhandhangan) diunduh pada tanggal 10 April 2017 pukul 20.00 WIB

[Https://id.wikipedia.org/wiki/Jahiliyah](https://id.wikipedia.org/wiki/Jahiliyah), diunduh pada tanggal 11 April 2017 pukul 07.12 WIB

[Https://id.wikipedia.org/wiki/Tradisi](https://id.wikipedia.org/wiki/Tradisi) diunduh pada tanggal 11 April 2017 pukul 22.00 WIB

[Https://id.wikipedia.org/wiki/Sunni](https://id.wikipedia.org/wiki/Sunni) pada tanggal 23 April 2017 pukul 14.59 WIB

[Http://ikhsanyaqub.blogspot.co.id/2013/07/manusia-modern-dalam-pandangan-sayyed.html](http://ikhsanyaqub.blogspot.co.id/2013/07/manusia-modern-dalam-pandangan-sayyed.html), pada tanggal 11 April 2017 pukul 07.19 WIB

[Http://imasmahesty.blogspot.co.id/2012/06/metode-penelitian-kualitatif-ziarah-ke.html](http://imasmahesty.blogspot.co.id/2012/06/metode-penelitian-kualitatif-ziarah-ke.html), diunduh pada 16-02-2017 pukul 16.38 WIB

[Http://jalurilmu.blogspot.com/2011/10/religiusitas.html#ixzz4dtQEwVVa](http://jalurilmu.blogspot.com/2011/10/religiusitas.html#ixzz4dtQEwVVa) pada tanggal 11 April 2017 pukul 06.39 WIB

[Http://postinglengkap.blogspot.co.id/2014/04/pengertian-putus-asa-penyebab-putu-asa.html](http://postinglengkap.blogspot.co.id/2014/04/pengertian-putus-asa-penyebab-putu-asa.html) diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 14.15 WIB

[Http://riky-permadi.blogspot.com/2008/02/ruh-menurut-para-filosuf-dan-urafa.html?m=1](http://riky-permadi.blogspot.com/2008/02/ruh-menurut-para-filosuf-dan-urafa.html?m=1) pada tanggal 08/04/2016 pukul 07:37 WIB

[Http://yogirakhmawati.blogspot.co.id/2014/05/makalah-pentingnya-cita-cita.html](http://yogirakhmawati.blogspot.co.id/2014/05/makalah-pentingnya-cita-cita.html) diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 14.47 WIB

[Http://wisatadanbudaya.blogspot.co.id/2009/09/kajian-mitosmotivasi-peziarah-pada.html](http://wisatadanbudaya.blogspot.co.id/2009/09/kajian-mitosmotivasi-peziarah-pada.html) diunduh pada tanggal 25-02-2017 pukul 09.47

[Http://www.jendelastra.com/wawasan/artikel/gangguan-kecemasan-anxiety-disorder-dalam-islam-dan-psikologi-generel-anxiety-disord](http://www.jendelastra.com/wawasan/artikel/gangguan-kecemasan-anxiety-disorder-dalam-islam-dan-psikologi-generel-anxiety-disord) diunduh pada tanggal 19 April 2017 pukul 13.47 WIB

[Www.sadeqin.org/ml/ketabsara.php?print=1&id=24&page=214](http://www.sadeqin.org/ml/ketabsara.php?print=1&id=24&page=214) pada tanggal 07/04/2016 pukul 10:05 WIB

Lampiran A : Foto-Foto

Foto Peziarah Makam Sunan Kudus



Foto Ibu Sufaati (60) peziarah asal Jepara, diambil pada tanggal 03 April 2017



Foto peziarah memasuki area makam Sunan Kudus, diambil pada tanggal 05 April 2017



Foto bersama dengan Zakaria (20), santri sekitar makam Sunan Kudus, diambil tanggal 06/04/2017



Foto peziarah asal Weleri Kendal yang dipimpin oleh KH. Abdul Syakur (60), diambil pada tanggal 03 April 2017



Foto Noor (26) bersama keluarga, peziarah asal Jepara, diambil pada tanggal 03 April 2017



Foto Ibu Suriah (47), peziarah asal Jepara, diambil pada tanggal 05 April 2017



Foto Bapak Jumari (56) bersama Istri, peziarah asal Kudus, diambil pada tanggal 05 April 2017



Foto rombongan asal Pekalongan yang dipimpin oleh Bapak Subali (50), diambil pada tanggal 05 April 2017



Foto diambil pada tanggal 05 April 2017



Foto diambil pada tanggal 05 April 2017

Foto diambil pada tanggal 03 April 2017



Foto Bareng Dengan Pedagang Sekitar Makam Sunan Kudus



Foto bersama dengan toko “Aziz Putra” lokasi depan kompleks Makam Sunan Kudus . Tanggal 04 April 2017 pukul 15.15 WIB



Foto bersama dengan Ibu Lina pemilik toko “Ilham” . lokasi Jl. Menara 4 B, kompleks makam Sunan Kudus. Tanggal 04 April 2017 pukul 16.00



Foto bareng dengan Bapak Eko Sudarto “Tukang Ojek Menara”
Lokasi Taman Menara Kudus. Tanggal 05 April 2017 pukul 15.40



Foto bareng dengan Bapak Subarkah “Fotografer” . Tanggal 04 April
2017 pukul 15.30 WIB

Foto bareng dengan Mbak Siti “Penjual Sate” . Tanggal 05 April 2017
pukul 16.00 WIB

**Foto Bareng Dengan Pengurus YM3SK (Yayasan Masjid,
Menara, Dan Makam Sunan Kudus)**



Foto bareng dengan Ketua Umum YM3SK beliau Bapak H. Em. Nadjib Hasan. Lokasi di kantor pengurus pada tanggal 03 April 2017 pukul 20.00 WIB



Foto bersama dengan Juru Kunci YM3SK beliau Bapak KH. Muhammad Izza. Lokasi di Tajug Utama Makam Sunan Kudus pada tanggal 05 April 2017

Foto Kantor Pengurus, Penerimaan Tamu Makam Sunan Kudus, dan Daftar Petugas Penjaga



Kantor Pengurus berada di Jl. Sunan Kudus No. 194 Kudus – 59315



Tajug Penerimaan Tamu Peziarah Makam Sunan Kudus

Lampiran B : Surat Izin Penelitian dan Surat Keterangan Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50189
Telepon (024) 7601294, Website : www.usnuluddin.ac.id

Nomor : B-474/Un. 10.2/D/PP.009/03/2017 23 Maret 2017
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth
Pengurus Makam Sunan Kudus
Di Tempat

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, dengan ini kami mohon kesediaan Bapak / Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada :

Nama : Lukman Hakim
NIM/Program/Smt : 124411026/S.1/X
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Tujuan Research : Mencari data untuk penyusunan skripsi dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora Program S.1
Judul Skripsi : Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa (Studi Kasus pada Peziarah Makam Sunan Kudus)
Waktu Penelitian : April- Selesai
Lokasi Penelitian : Makam Sunan Kudus

Demikian atas perhatian dan terakbulnya permohonan ini kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.





**YAYASAN MASJID MENARA & MAKAM SUNAN KUDUS
(YM3SK)**

Akte Notaris No. 6 / 80

Sekretariat: Jl. Sunan Kudus No. 196 Kudus – 59315 Telp./Fax. (0291) 437150

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

No : 221/YM3SKV/17

Dengan hormat kami beritahukan bahwa, kami selaku Pengurus Yayasan Masjid Menara & Makam Sunan Kudus (YM3SK), dengan ini menyatakan telah menerima:

NAMA : Lukman Hakim
NIM : 124411026
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
JURUSAN : Tasawuf & Psikoterapi

Untuk melakukan penelitian dan penggalian data di Yayasan Masjid & Makam Sunan Kudus untuk tugas akhir skripsi dengan judul : **"Tradisi Ziarah dan Ketenangan Jiwa (Study Terhadap Peziarah Di Makam Sunan Kudus)**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan dengan semestinya.

16 Sya'ban 1438 H

Kudus

13 Mei 2017 TU

PENGURUS YAYASAN MASJID,
MENARA & MAKAM SUNAN KUDUS



H. HM. NADJIB HASSAN
Ketua

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Lukman Hakim
2. Tempat & Tanggal Lahir : Kudus, 04 Januari 1994
3. NIM : 124411026
4. Alamat rumah : Ds. Getassrabi Kidul Rt : 06
/ Rw : 05 Kecamatan Gebog
Kabupaten Kudus
5. HP : 085 713 698 968
6. E-mail : luckyalqudsy@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. RA Muslimat Manafiul Ulum lulus tahun 1999
 - b. MI NU Manafiul Ulum 02 lulus tahun 2005
 - c. MTs NU Al-Hidayah lulus tahun 2008
 - d. MA NU Al-Hidayah lulus tahun 2011
 - e. UIN Walisongo Semarang masuk tahun 2012
2. Pendidikan non formal
 - a. TPQ Muslimat Manafiul Ulum
 - b. Ma'had Al-Mubarak Medono Pekalongan

C. Pengalaman Organisasi

1. Pengurus UKM USC periode 2014
2. Pengurus HMJ Tasawuf dan Psikoterapi periode 2015