

**PENERAPAN DZIKIR KHUSUSIYAH TERHADAP  
KETENANGAN JIWA PADA LANSIA DALAM MAJELIS  
*THORIQOH QODIRIYAH WA NAQSABANDIYAH*  
DESA REJENI KECAMATAN KREMBUNG  
KABUPATEN SIDOARJO**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan Konseling Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
Disusun oleh :

**ISTOFINA AZZAROH**  
**NIM.211103030034**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
SEPTEMBER 2025**

**PENERAPAN DZIKIR KHUSUSIYAH TERHADAP  
KETENANGAN JIWA PADA LANSIA DALAM MAJELIS  
*THORIQOH QODIRIYAH WA NAQSABANDIYAH*  
DESA REJENI KECAMATAN KREMBUNG  
KABUPATEN SIDOARJO**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan Konseling Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER  
Disusun oleh :  
**ISTOFINA AZZAROH**  
**NIM.211103030034**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
SEPTEMBER 2025**

**PENERAPAN DZIKIR KHUSUSIYAH TERHADAP  
KETENANGAN JIWA PADA LANSIA DALAM MAJELIS  
THORIQOH QODIRIYAH WA NAQSABANDIYAH  
DESA REJENI KECAMATAN KREMBUNG  
KABUPATEN SIDOARJO**


**SKRIPSI PENELITIAN**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan  
Memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konselin Islam

Oleh:  
Istofina Azzaroh  
NIM : 212103030034

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

Disetujui Pembimbing

  
**Ihyak Mustofa, M.Li.**  
**NIP : 199403032022031004**

**PENERAPAN DZIKIR KHUSUSIYAH TERHADAP  
KETENANGAN JIWA PADA LANSIA DALAM MAJELIS  
THORIQOH QODIRIYAH WA NAQSABANDIYAH  
DESA REJENI KECAMATAN KREMBUNG  
KABUPATEN SIDOARJO**

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu  
persyaratan memperoleh gelar sarjana sosial (S.sos)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan Konseling Islam

Hari: Kamis  
Tanggal: 30 Oktober 2025

Tim Penguji

Ketua



**David Ilham Yusuf, M.Pd.I.**  
NIP. 198507062019031007

Sekretaris



**Muhammad Muwefik, S.Pd.I, M.A.**  
NIP. 199002252023211021

Anggota:

1. Dr. Ali Hasan Siswanto S.Fil.I., M.Fil.I.
2. Ihyak Mustofa. S.S., M.Li



Menyetujui  
Dekan Fakultas Dakwah

**Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag**  
NIP. 197302272000031001

## MOTTO

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

(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]).<sup>1</sup>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

---

<sup>1</sup> Lutfiah Hanah, Nahuda, “Kesehatan Mental dalam Prespektif PAI Analisis Kritis Al-Quran Surah Ar-Rad Ayat 28,” Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran 7, Nomor 3 (2024) 11072

## PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan nikmat, kekuatan, dan kelapangan hati, penulis mempersembahkan karya ini sebagai hasil dari proses panjang pembelajaran, perjuangan, dan doa. Skripsi ini menjadi bentuk nyata dari dedikasi dan ketekunan yang tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak yang berjasa dalam perjalanan akademik penulis, dengan penuh cinta dan penghargaan, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Pertama, kepada orang tua saya, bapak Suparman dan ibu Eni yang selalu mendukung dan selalu ada dalam perjalanan saya selama di bangku kuliah dan tidak lupa memberikan dukungan serta doa sepanjang waktu sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.
2. Kedua, kepada orang-orang tercinta saya, Moh.Aunur Rosyidin, Nuril, M.Iqbal Lazuardy yang telah memberikan dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Ketiga teman - teman BKI 2021 yang sudah membantu serta memotivasi saya dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

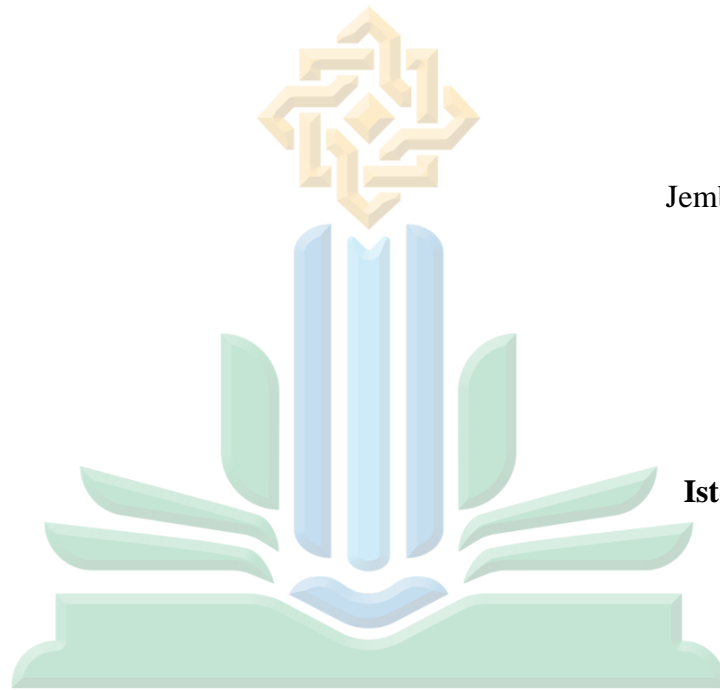
## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat, karunia, serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan dzikir khususiyah dalam meningkatkan ketenangan jiwa pada lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada program studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. Tak lupa sholawat serta salam dihaturkan kepada nabi Muhammad SAW yang memberikan petunjuk bagi kita semua kepada kehidupan yang beriman dan lurus.

Tersusunnya penulisan ini bukanlah hasil kerja penulis semata, melainkan buah dari kerja sama, arahan, dan dukungan banyak pihak. Untuk itu, sudah sepantasnya penulis menyampaikan terima kasih yang tulus atas segala bantuan yang telah diberikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, M.M., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember yang memberikan fasilitas memadai selama kami menuntut ilmu di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Ahcmad Siddiq Jember.
2. Bapak Dr. Fawaizul Umam. M. Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah yang telah memimpin dan memberikan motivasi kepada mahasiswa untuk selalu berproses dan berprestasi.
3. Bapak M. Muhib Alwai, M.Psi. selaku Ketua jurusan Studi Bimbingan Konseling Islam dan Psikologi.

4. Bapak David Ilham Yusuf, S.Sos.I., M.Pd.I. Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.
5. Dosen pembimbing bapak Ihyak Mustofa. S.S., M.Li yang senantiasa membimbing saya dengan sabar dan memberikan sumbangsih ilmu sehingga skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.



Jember, 27 mei 2025

Penulis

**Istofina Azzaroh**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R



## ABSTRAK

**Istofina Azzaroh, 2025** : Penerapan Dzikir Khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo.

Kata kunci : Penerapan Dzikir Khususiyah, Ketenangan Jiwa, Lansia

Penerapan dzikir khususiyah yang berjalan di dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* adalah suatu upaya atau proses akan suatu wadah yang memberikan keleluasaan bagi individu dalam memahami, mengingat, menyebut serta menyadari eksistensi adanya Allah SWT sebagai Tuhan yang Maha Esa. Dari adanya penerapan dzikir khususiyah berjalan sesuai dengan tujuan memberikan dampak yang dominan dirasakan yakni ketenangan jiwa oleh anggota Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo yang mana dalam majelis ini segenap diikuti oleh para lansia yang berumur 60 tahun keatas.

Fokus penelitian dalam skripsi ini adalah: 1) Bagaimana penerapan dzikir khususiyah dalam majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni, kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo? 2) Bagaimana dampak dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* terhadap ketenangan jiwa pada lansia di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo?. Tujuan penelitian adalah: 1) Mendeskripsikan penerapan dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo 2) Mendeskripsikan dampak dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* terhadap ketenangan jiwa pada lansia di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif yakni dengan peneliti menggambarkan fenomena atau permasalahan yang ada melalui beberapa teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Kemudian, teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pengumpulan data, kondensasi data, penyajian dan analisis data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

Hasil penelitian ini bahwa: 1) Penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo terdapat bentuk penerapan yakni berupa pembacaan kalimat thayyibah dengan bacaan khusus thoriqoh disertai akumulasi bacaan dari mursyid. Metode dalam penerapan dzikir berupa metode dzikir jahr (lisan) dan dzikir sirr (hati). 2) Dampak penerapan dzikir khususiyah bagi ketenangan jiwa lansia sangat positif, seperti Penurunan kecemasan dan stres, Peningkatan keikhlasan dan penerimaan terhadap proses penuaan, Penguatan hubungan spiritual dengan Allah meningkatnya rasa percaya diri dan kesiapan menghadapi kematian, Perbaikan dalam hubungan sosial dan dukungan keluarga.

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
MOTTO.....	iv
PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Konteks Penelitian.....	1
B. Fokus Penelitian .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Definisi Istilah .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>14</b>
A. Penelitian Terdahulu .....	14
B. Kajian Teori .....	22
1. Bimbingan Konseling Islam.....	22
2. Dzikir.....	24

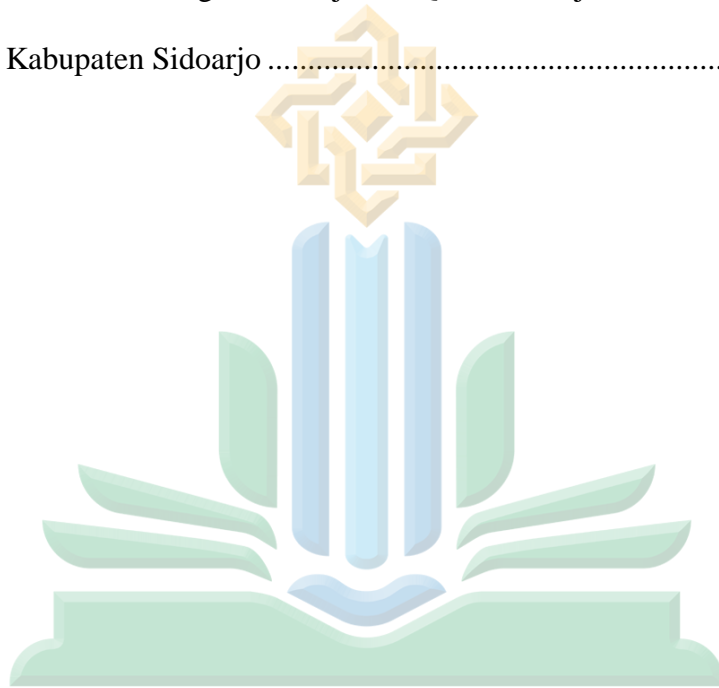
3. Teori Ketenangan Jiwa.....	41
4. Lansia .....	50
5. Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> .....	57
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>61</b>
A. Pendekatan dan Jenis penelitian.....	61
B. Lokasi Penelitian.....	62
C. Subyek Penelitian.....	62
D. Teknik Pengambilan Data .....	63
E. Analisis Data .....	67
F. Keabsahan Data.....	68
G. Tahap-Tahap Penelitian.....	69
<b>BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS .....</b>	<b>74</b>
A. Gambaran Objek Penelitian .....	74
1. Profil Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni .....	74
2. Tujuan Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> .....	75
3. Struktur Kepengurusan Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa</i> <i>Naqsabandiyah</i> (TQN) Desa Rejeni.....	76
B. Penyajian Data dan Analisis.....	77
1. Penerapan Dzikir Khususiyah dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa</i> <i>Naqsabandiyah</i> di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo.....	77

2. Dampak Penerapan Dzikir Khususiyah terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia dalam <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo.....	87
C. Pembahasan Temuan.....	93
1. Penerapan Dzikir khususiyah terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo .....	94
2. Dampak Penerapan Dzikir Khususiyah terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo .....	102
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>108</b>
A. Kesimpulan .....	108
B. Saran.....	109
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>111</b>

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan Penelitian.....	18
Tabel 2.2 Data Umur Anggota Majelis TQN Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo .....	76
Tabel 2.3 Data Jadwal kegiatan Majelis TQN Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo .....	79



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Wawancara dengan pimpinan <i>Thoriqoh</i> Desa Rejeni oleh bapak Basuki Mufti.....	83
Gambar	Mauidho bersama anggota <i>Thoriqoh</i> dan mursyid dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo .....	84
Gambar	Dzikir Khusuiyah dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.....	85



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Konteks Penelitian**

Kehidupan beragama merupakan salah satu aspek penting yang dimiliki setiap manusia, karena setiap individu memiliki tujuan dalam menjalani kehidupan. Dalam perjalanan hidup, setiap fase kehidupan memiliki makna dan tingkat keberlanjutan yang berbeda-beda, mulai dari fase dalam kandungan hingga mencapai fase lanjut usia. Setiap fase tersebut memiliki peran penting dan berpotensi mempengaruhi keberlangsungan hidup manusia secara keseluruhan, termasuk fase lansia yang sering kali dipandang sebagai puncak kedewasaan spiritual dan refleksi kehidupan masa lalu. Pada tahap ini, keberagamaan memegang peranan krusial dalam memberikan ketenangan batin, makna hidup, serta orientasi nilai dalam menjalani sisa kehidupan. Oleh karena itu, keberadaan lansia dalam kehidupan beragama tidak hanya mencerminkan kualitas keimanan individu, tetapi juga menjadi teladan moral dan spiritual bagi generasi berikutnya.

Usia lanjut usia (lansia) Menurut World Health Organization (WHO), lanjut usia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas, lanjut usia adalah usia berkumpul pada orang-orang yang telah memasuki tahap akhir dari tahap kehidupan.<sup>2</sup> Saat menginjak usia lanjut dewasa maka keutuhan dan kemantapan akan jiwa manusia itu sendiri sudah tertanam

---

<sup>2</sup> Rahayu, "Strategi Pembimbing Terekat bagi Lanjut Usia Di Pesantren Nurul Yakin Desa Berebe Kecamatan Dabun Gelang kabupaten Gayo Lues." (Skripsi, UIN Sumatera Utara Medan, 2021) 19.

nilai-nilai kehidupan dan kokohnya identitas dalam pribadi manusia itu sendiri, terhadap kemampuan dalam mengambil keputusan terhadap berkehidupan dan menjalankan akan norma-norma agama yang tidak terlepas dari besarnya aktualisasi yang dimiliki oleh manusia sehingga terbentuknya ketenangan dan kebermaknaan terhadap kehidupan dunia dan akhirat. Ketenangan dan kematangan akan jiwa pada fase lanjut usia (lansia) bertumpu pada suatu transformasi perkembangan fisiologis dan psikologis, hal ini berkaitan dengan akal (*Aql*) dan hati (*Qolbu*) manusia.

Hati manusia menurut Imam Al-Ghazali sebagaimana dikutip oleh Herlina Agustini (2021), bahwa *qolbu* memiliki insting yang disebut dengan *an-nur ilahi* (cahaya ketuhanan) dan *al-bashirah* (mata batin) yang memancarkan keimanan dan keyakinan.<sup>3</sup> Fungsi adanya *qolbu* dalam manusia merujuk pada pengontrol, pemandu dan pengendali suatu tingkah laku manusia dan fungsi dari adanya *qolbu* ini menjadikan pondasi utama dalam membangun dan meregulasi adanya ketenangan jiwa dalam diri manusia. Ketenangan jiwa ini berkaitan dengan adanya mengingat Allah SWT sebagaimana dikutip oleh Rahmadiani (2023), merujuk pada QS. Ar-Rad ayat 28, yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

---

<sup>3</sup>Herlin Agustini, "Konsep Abu Hamid Al- Ghazali dan Robert Frager Tentang Hati" (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta 2021) 37



Artinya: (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.<sup>4</sup>

Ayat ini menjelaskan akan ketenangan jiwa pada manusia yang merujuk pada membangun ketenangan jiwa melalui implementasi amalan dzikir sebagai bentuk pengingat Allah SWT. Dalam ayat ini menjelaskan bahwa bentuk amalan dzikir yang dapat dilaksanakan oleh manusia terkhusus pada lansia yang dapat memberikan ketenangan mental dan spiritual sehingga tidak adanya kesenjangan dan terjaga akan kondisi ruhaniah secara stabil. Dengan perkembangan zaman modern ini tentunya banyak perubahan secara signifikan yang dapat memberikan dampak bagi perjalanan hidup lansia. Adanya perubahan bagi lansia seperti terletak pada ketidakberdayaan serta rasa akan ketidakpercayaan dalam individu sehingga menimbulkan adanya perasaan takut tidak terpenuhinya kebutuhan individu, dan kepuasan. Hal ini pula sebagai hal mendasar adanya ketenangan batin sehingga timbulnya suatu sikap dan tingkat kecemasan pada lansia semakin besar.

Tingkat kecemasan merupakan tingkat emosional dalam pribadi manusia yang menimbulkan suatu perasaan tegang dan tidak menyenangkan sehingga dapat memberikan tekanan bagi lansia. Kecemasan yang memunculkan trauma historis ini mempengaruhi sikap dan ketidakberdayaan serta rasa akan ketidakpercayaan dalam individu sehingga menimbulkan adanya perasaan takut tidak terpenuhinya kebutuhan individu, dan terciptanya kepuasan. Oleh karena itu perlu adanya bimbingan dalam mencapai tingkat

---

<sup>4</sup> Rahmadianti, N, "Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam'iyah Azzakiyah Dusun. Blokagung Desa Karangdoro" ( Skripsi, Institut Agama Islam Darussalam Blokagung, 2023) 67

ketenangan batin atau jiwa pada lansia. Kematangan batin ini adalah fondasi akan terbentuknya ketenangan jiwa dengan batin yang matang, yakni seseorang mampu melihat kehidupan dengan lebih jernih dan menjalani hari-hari dengan penuh syukur serta ketenangan yang tulus.

Dalam agama islam salah satu bentuk dzikir yang berkembang di masyarakat yakni dzikir khususiyah yang merupakan jenis salah satu dzikir yang berkembang dalam jalan spiritual dalam lembaga Majelis *Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah*. Majelis ini merupakan suatu lembaga spiritual yang berkembang melalui ajaran tasawuf kemudian berkembang melalui aliran yang di bawah para syaikh. Majelis *Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* ini juga merupakan hasil modifikasi dan penggabungan dari dua tarekat induk, yaitu *Tarekat Qadiriyyah* yang didirikan oleh Syaikh Abd al-Qadir al-Jailani dari Baghdad dan *Tarekat Naqsyabandiyah* yang didirikan oleh Syaikh Muhammad Bahauddin An-Naqsabandi dari Bukhara.<sup>5</sup> Peran dan kebermanfaatan dari adanya thoriqoh ini dirasakan sebagian besar masyarakat sebagai bentuk upaya dalam melakukan penyucian jiwa yakni melalui kegiatan dzikir khususiyah. Dalam konteks sosiologis, tarekat dipandang sebagai sebuah organisasi sosial keagamaan yang memiliki pengaruh besar dan mendalam dalam seluruh struktur organisasi sosial masyarakat.<sup>6</sup> Majelis

---

<sup>5</sup>Josef Subagio, Faridah Ulvi Naimah, dan Muslihun. "Peran Thariqat Qodiriyah An Naqsabandiyah Dalam Membentuk Budaya Religius," *Irsyaduna : Jurnal Srudi Kepustakaan* 4, no.1 (April 2024): 29-39.

<https://jurnal.stituwjombang.ac.id/index.php/irsyaduna/article/view/1566/714>

<sup>6</sup> Mahzumi Fikri, Muktafi, Yardho.M, "Tarekat dan Nasionalisme: Kiprah Kebangsaan OrganisasiTarekat di Indonesia," *Nalar: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam* 9, no.1 (Juni 2025) 29

<file:///Users/mac/Downloads/Thariqah+and+Nationalism%3B+The+Role+of+Tariqah+Organizations+in+Nationalism+in+Indonesia.pdf>

*Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* yang ada Desa Rejeni Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo, di kembangkan oleh seorang khalifah atau guru spiritual yang bernama bapak Basuki dan diikuti oleh 15 jemaah. Dalam majelis ini menekankan akan kegiatan tarekat yakni seperti sholat sunnah, khatmil quran, mauidhoh serta dzikir yang selalu dikerjakan dalam jangka satu minggu sekali yakni bertempat di Masjid Nurul Huda Desa Rejeni. Kegiatan ini didominasi oleh para lansia yang berdomisili di Desa Rejeni yang mana sebagian besar mengikuti kegiatan dalam majelis *thoriqoh* ini mendapatkan ketenangan jiwa. Dalam Desa Rejeni terdapat berbagai banyak kegiatan keagamaan seperti adanya istighosah, diba'an, manaqib, tahlil, yang sudah lama berdiri di tengah masyarakat. Bentuk dari beberapa kegiatan keagamaan ini memberikan wadah bagi masyarakat dalam menumbuhkan akan ketenangan jiwa dalam meraih kokohnya iman, namun hal ini masih dirasa kurang optimal.

Hal ini menjadi suatu kondisi yang perlu perhatian dikarenakan masih terdapat penurunan kondisi suatu aspek psikologis yakni berkaitan dengan ketenangan jiwa berupa adanya kecemasan, gelisah, cinta dunia oleh segenap lansia sehingga dalam kondisi tersebut dapat memicu adanya penurunan ketenangan jiwa. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan beberapa anggota Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsyabandiyah* di Desa Rejeni, ditemukan bahwa sebagian lansia pernah mengalami gejala psikologis berupa kecemasan, kegelisahan, dan ketidaktenangan batin terhadap tingkat psikologis layaknya stress dalam

menghadapi perasaan untuk menghadapi kekurangan dalam berumah tangga, dalam menghadapi kesepian saat di tinggal keluarga dan fisik yang semakin menurun yakni pada penurunan ketahanan sistem tubuh dengan mudahnya terdampak penyakit dan disertai adanya pola kehidupan yang semakin butuh perhatian secara optima seperti kebutuhan akan dukungan sosial, Kesehatan, psikososial, ekonomi. sebelum rutin mengikuti dzikir khususiyah. Namun, setelah mengikuti kegiatan dzikir secara konsisten dalam kurun waktu beberapa tahun, mereka mulai merasakan adanya perubahan yang signifikan dalam aspek ketenangan jiwa.

Bentuk program yang berjalan dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* ini dapat membantu masyarakat dalam meraih akan pemenuhan kebutuhan secara batin maupun rohaniah dengan optimal. Kegiatan Majelis *Thoriqoh Qodiriyah Wa Nahsabandiyah* ini terdapat beberapa tahapan yang dilakukan oleh jemaah thoriqoh yakni diawali dengan kegiatan baiat berupa pengukuhan atau janji seorang murid kepada guru (Mursyid). Tujuan adanya baiat sebagai bentuk janji murid dalam menjalankan peribadatan dan tidak melampaui batas terhadap norma-norma agama. Dalam kegiatan baiat ini juga diberikan arahan dari mursyid/khalifah sebagaimana amalan ibadah yang harus dilakukan oleh murid selama pelaksanaan thoriqoh dan selain kegiatan ini yakni amalan yang dikerjakan terlepas dengan kegiatan ibadah sunnah yakni melaksanakan sholat sunnah tasbih, subuhul iman, hajat berjamaah dan di lanjut dengan sujud syukur. Kegiatan selanjutnya yakni dzikir yang ditetapkan oleh mursyid dan

dikembangkan oleh guru pembimbing (khalifah) yakni seseorang yang diutus oleh mursyid dalam melanjutkan dan menjadi perpanjangan tangan mursyid di majelis *thoriqoh* dalam setiap wilayahnya.

Dalam *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsyabandiyah* terdapat tingkatan-tingkatan spiritual yang dilalui oleh seorang anggota *thoriqoh*. Setiap tingkatan dicapai melalui proses baiat yang dilakukan secara bertahap sesuai dengan perkembangan ruhani. Tingkatan tersebut berkaitan dengan lapisan-lapisan halus dalam diri manusia yang dikenal sebagai *lathifah*, yang menjadi titik pusat penyucian jiwa dan penguatan spiritual dalam perjalanan tarekat. Semakin tinggi tingkatan yang sudah teruji maka semakin tinggi akan amalan yang dikerjakan, tentunya pada bentuk pengamalan dzikir itu sendiri.

Dari hasil observasi oleh peneliti, bahwa menurut guru pembimbing (khalifah) penerapan dzikir khususiyah ini dapat memberikan manfaat bagi jemaah terkhusus pada aspek ketenangan jiwa. Dari hasil wawancara peneliti terdapat salah satu jemaah dengan nama ibu sholihah, beliau sudah cukup lama menerapkan dzikir khususiyah dalam *thoriqoh* dan dengan melaksanakan dzikir ini secara konsisten dalam kesehariannya beliau mendapatkan perubahan dari aspek psikis yakni adanya tingkat ketenangan jiwa yang baik dan lebih matang serta merasakan manfaat yang lebih bagi Kesehatan tubuh dari penerapan dzikir khususiyah. Kegiatan *thoriqoh* terkhusus pada pengamalan dzikir ini memberikan dampak akan peningkatan terhadap ketenangan batin dan jiwa bagi jemaah sehingga dapat memberikan kemudahan dalam meraih keselamatan dalam berkehidupan.

Kegiatan dzikir ini di tutup dengan adanya mauidhoh yakni bimbingan rohaniah dari mursyid yang merupakan suatu upaya mursyid membentuk dan memperdalam adanya ilmu agama Islam bagi jemaah. Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan penelitian sebelumnya yang belum menelaah secara mendalam bagaimana penerapan dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* mampu membentuk ketenangan jiwa pada lansia, melalui perspektif bimbingan konseling Islam yang menekankan proses pembinaan spiritual, bukan sekadar hasil atau hubungan kuantitatifnya.

Penelitian ini memiliki kebaruan pada aspek pendekatan, konteks, dan integrasi teori yang digunakan. Secara umum, penelitian mengenai pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa telah banyak dilakukan, namun sebagian besar masih berfokus pada dzikir umum tanpa membedakan jenis, metode, atau bentuk penerapannya dalam pembinaan rohani. Sementara itu, penelitian ini secara khusus menelaah penerapan dzikir khususiyah yang merupakan amalan khas dalam *Majelis Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah (TQN)*, dengan menitikberatkan pada proses bimbingan spiritual yang dialami oleh lansia sebagai kelompok rentan secara psikologis dan sosial.

Kebaruan utama dari penelitian ini terletak pada pendekatan kualitatif deskriptif dengan perspektif bimbingan konseling Islam, yang memadukan teori tazkiyatun nafs Imam Al-Ghazali (takhalli–tahalli–tajalli) dengan praktik dzikir khususiyah sebagai model pembinaan jiwa. Penelitian ini tidak hanya melihat dzikir sebagai ritual ibadah, tetapi juga sebagai proses konseling

rohani yang sistematis dan terapeutik, yang berdampak langsung terhadap keseimbangan psikologis dan ketenangan batin lansia.

Selain itu, penelitian ini memberikan konteks lokal dan empiris yang belum banyak dikaji, yaitu praktik dzikir khususiyah pada lansia di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo. Konteks ini memperlihatkan bagaimana nilai-nilai spiritual *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* diterapkan secara nyata dalam kehidupan masyarakat pedesaan untuk meningkatkan kualitas spiritual dan ketenangan jiwa lansia.

Oleh karena itu dengan adanya temuan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji mengenai penerapan dzikir khususiyah dengan mengangkat judul “PENERAPAN DZIKIR KHUSUSIYAH TERHADAP KETENANGAN JIWA PADA LANSIA DALAM *THORIQOH QODIRIYAH WA NAQSABANDIYAH* DESA REJENI KECAMATAN KREMBUNG KABUPATEN SIDOARJO”.

## **B. Fokus Penelitian**

1. Bagaimana penerapan dzikir khususiyah dalam *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo?
2. Bagaimana dampak dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia dalam *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo?

## **C. Tujuan penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk pemecahan masalah sesuai dengan permasalahan yang dianalisis dalam konteks penelitian.

Berdasarkan fokus penelitian diatas adapun beberapa tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan penerapan dzikir khususiyah dalam *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo.
2. Mendeskripsikan dampak dzikir khususiyah dalam *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* terhadap ketenangan jiwa pada lansia di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya tujuan yang telah ditetapkan di atas, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan temuan yang memiliki tingkat koherensi dan relevansi yang tinggi terhadap permasalahan yang dikaji. Penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi secara teoritis namun juga menyajikan manfaat secara praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori yang berkaitan dengan Amalan Dzikir sebagai membentuk ketenangan jiwa, khususnya dalam memahami akan dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam memperdalam wawasan serta memperkaya literatur akademik terhadap bidang yang relevan.



## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peneliti

Penelitian ini berpotensi memperdalam wawasan dan pemahaman peneliti tentang pengaruh dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsyabandiyah*. Hal ini juga menjadi pengalaman akademis yang bernilai dalam penerapan metode penelitian yang tepat dalam studi keagamaan dan psikologi spiritual. Hasilnya bisa menjadi landasan untuk penelitian lebih lanjut mengenai keterkaitan spiritualitas dan kesejahteraan psikologis, khususnya dalam konteks kelompok lansia.

### b. Bagi Lembaga

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam menguatkan dan mengembangkan metode pembinaan spiritual bagi lansia. Dengan memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai efektivitas dzikir khususiyah dalam meningkatkan ketenangan jiwa, diharapkan bisa diterapkan secara lebih optimal dalam kegiatan keagamaan. Ini juga dapat menjadi bahan evaluasi dan inovasi untuk pengurus tarekat dalam meningkatkan kualitas pembinaan bagi para jamaah.

### c. Bagi Instansi

Penelitian ini menawarkan wawasan baru mengenai peran spiritualitas dalam memperbaiki kesejahteraan mental lansia, yang dapat dijadikan referensi dalam program-program pendampingan

lansia. Hasil penelitian ini akan memberikan rekomendasi bagi instansi terkait untuk mengembangkan kebijakan yang berbasis spiritual guna meningkatkan kesejahteraan emosional lansia.

#### **d. Bagi Pembaca dan Masyarakat Umum**

Hasil penelitian ini dapat menambah pengalaman serta rujukan terkait pengetahuan bagi peneliti tentang manfaat dzikir khususiyah dalam mempertahankan ketenangan jiwa, khususnya bagi lansia.

### **E. Definisi Istilah**

#### **1. Penerapan Dzikir Khususiyah**

Penerapan dzikir khususiyah merupakan suatu upaya untuk mengingat Allah dengan menyebut namanya serta melaksanakan ibadah sunnah. Dzikir khususiyah (dzikir khusus) bentuk dari pengamalan dzikir yang dilakukan oleh jemaah majelis *thoriqoh* dengan berfokus pada aspek kerohanian dan peribadatan. Dengan sebutan dzikir khususiyah ini merupakan bentuk proses dzikir yang dilakukan oleh orang-orang yang khusus keanggotaan Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* (TQN) yang sudah melampaui proses baiat (perjanjian) dengan pembimbing (Mursyid) dan dilanjut dengan penerapan dzikir khususiyah.

#### **2. Ketenangan Jiwa**

Ketenangan jiwa merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam meregulasi adanya suatu emosi dalam hati (*Al-qalb*) dan akal (*Aql*) atau rohani dengan nafsu yang seimbang. Dalam ketenangan jiwa ini terbentuk dengan adanya percayanya adanya Allah SWT dan

berserah diri kepadanya tanpa mengurangi adanya usaha yang kita miliki. Dalam membentuk ketenangan jiwa terdapat lima aspek, yaitu Ruh, jiwa, biologis, sosial, Aktualisasi kecerdasan spiritual

### 3. Lansia

Lansia merupakan individu yang telah menginjak usia 60 Tahun keatas dan lansia merupakan fase usia akhir dengan didampingi berbagai pengalaman akan kehidupan.

### 4. Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Nasabandiyah*

Majelis keagamaan yang berfokus pada pengamalan akan kegiatan peribadatan agama Islam yakni pada ibadah sunnah yang sudah diajarkan oleh nabi dan dikerjakan oleh para wali dan ulama dan berkembang sesuai zaman melalui ajaran oleh Syaikh Abd al-Qadir al-Jailani serta Syaikh Muhammad Bahauddin An-Naqsabandi dari Bukhara. Dalam Majelis *Toriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* (TQN) berisikan suatu kesadaran akan pengalaman dalam menyatu dengan tuhan secara umum istilah ini disebut dengan kemanunggalan. Bentuk kegiatan dalam majelis ini yakni berupa sholat sunnah tasbih, sholat sunah tsubutul iman, sholat hajat dan sujud syukur beserta dzikir khususiyah yang terdiri dari dua bagian yakni dzikir *jahr* (lisan) dan dzikir *sirr* (dzikir hati).

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian ini tentunya membutuhkan beberapa hasil kajian berupa karya tulis ilmiah, seperti skripsi, jurnal, tesis yang menjadi rujukan dalam mengembangkan dan mengutip akan permasalahan yang diangkat secara relevan dan selaras dengan penelitian yang akan diteliti. Agar tidak terjadi akan plagiasi dalam penelitian, oleh karena itu dibawah ini akan dipaparkan kajian yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilaksanakan, antara lain:

1. Dari Wuri Septi “Dzikir dan Ketenangan Jiwa: Studi Jama’ah Tarekat Desa Rawa jaya Merangin.”<sup>7</sup> Penelitian ini mengkaji tentang bagaimana bentuk adanya dzikir dalam membentuk ketenangan jiwa terhadap jemaah tarekat Desa Rawa Jaya Merangin. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan dengan sumber data melalui analisis statistika. Jenis penelitian ini berupa penelitian korelasional. Adapun hasil penelitian ini membahas adalah bentuk intensitas pengamalan dzikir oleh jemaah *tarekat naqsabandiyah* yang memberikan pengaruh terhadap ketenangan jiwa secara signifikan. Persamaan dengan penelitian terdahulu yakni terdapat pada konteks penelitian yang mengkaji terkait dzikir dalam membangun akan ketenangan jiwa. Perbedaan dalam penelitian terdahulu

---

<sup>7</sup> Wuri Septi, Madyan, dan Sandi Maspika, “Zikir dan Ketenangan Jiwa: Studi Jama’ah Tarekat Desa Rawa jaya Merangin.” *Journal Of Islamic Guidance and Counseling* 5 no.1 (Juni 2021): 1-16 [file:///Users/mac/Downloads/admin,+Journal+editor,+49-Article+Text-400-2-4-20220115%20\(3\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/admin,+Journal+editor,+49-Article+Text-400-2-4-20220115%20(3).pdf)

yakni mengkaji dzikir dan ketenangan jiwa secara umum dengan subjek yang berbeda yakni Jemaah Tarekat Desa Rawa jaya Merangin sedangkan untuk penelitian yang akan dilakukan lebih spesifik akan bentuk dzikir khususiyah oleh lansia di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

2. Dari Wildan Fadhillah “Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta”<sup>8</sup> penelitian ini mengkaji tentang bentuk pengaruh adanya dzikir dalam membentuk ketenangan jiwa pada lansia yang bertempat di UPT Rumah Pelayanan Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta. Dalam mengkaji penelitian ini menggunakan pendekatan Desain Eksperimen (Quest Experimen), pengambilan data melalui One-Group Pretest-Posttest Design dengan pretest-posttest. Hasil penelitian ini adalah usia responden antara 60-70 tahun mencapai peningkatan ketenangan jiwa secara signifikan sesudah diberikan intervensi dzikir oleh UPT Rumah Pelayanan Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta. Persamaan dengan penelitian terdahulu berkaitan dengan konteks penelitian yaitu berkaitan dengan adanya dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia. Perbedaan dalam penelitian terdahulu yaitu berfokus pada bentuk akumulasi akan responden dalam pengamalan dzikir terhadap

---

<sup>8</sup> Wildan Fadhillah, Yuli Isnaeni, dan Suri Salmiyati, “Pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di UPT rumah pelayanan sosial lanjut usia terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.” Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, (LPPM Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta, 2024), 1433.

ketenangan jiwa sesuai dengan kategori responden yang ditetapkan. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan yakni lebih spesifik akan bentuk dzikir khususiyah dalam membangun ketenangan jiwa pada lansia di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

3. Dari Mohammad Iqbal “Peran dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah *Thoriqoh Naqsabandiyah* (Studi Di Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan)”<sup>9</sup> adanya persamaan dalam penelitian terdahulu yakni berkaitan dengan tema yang dikaji berupa mengkaji bentuk dzikir bagi ketenangan jiwa pada lansia dan metode penelitian menggunakan metode Kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Perbedaan yang terdapat dalam penelitian terdahulu, “Peran dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah *Thoriqoh Naqsabandiyah* (Studi Di Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan)” dan untuk penelitian yang akan dilakukan yaitu “Penerapan Dzikir Khususiyah terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia dalam *Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.
4. Misy Putri Nurentiana “Terapi Dzikir Dalam Peningkatan Ketenangan Jiwa Pada Jemaah *Thariqah Qodiriyah wa naqsabandiyah* (Studi di pondok pesantren Roudlotus Solihin 7 Sukoharjo 58 Sekampung Lampung

---

<sup>9</sup> Mohammad Iqbal, “Peran Dzir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamah *Thoriqoh Naqsabandiyah* (Studi di Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten lampung Selatan).” (Skripsi UIN Raden Intan Lampung, 2022/2023)

Timur”<sup>10</sup> penelitian ini mengkaji suatu proses akan terapi dzikir untuk memberikan ketenangan jiwa pada santri Pondok Pesantren Roudlotus Solihin 7 Sukoharjo 58 Sekampung Lampung Timur. Hasil penelitian ini adalah menunjukkan bahwa adanya keberhasilan dalam penerapan terapi dzikir dalam memberikan ketenangan jiwa pada santri ponpes dan meningkatkan sikap optimisme dalam sehari-hari dengan di imbangi adanya pengurangan akan tingkat kecemasan, takut, maupun sedih dan pikiran menjadi tenang.

Perbedaan dalam penelitian terdahulu yaitu berkaitan dengan pengumpulan data yakni dalam penelitian terdahulu menggunakan pendekatan menggunakan pendekatan Kuantitatif sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian terdahulu ini berfokus akan bagaimana bentuk penerapan terapi dzikir thoriqoh yang dilakukan oleh para santri melalui media dzikir yang dapat memberikan ketenangan jiwa. Sedangkan dalam penelitian yang akan datang lebih merujuk dan spesifik terkait bentuk penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia.

5. Dari Nabila Rahmadiani “Pengaruh Pengalaman Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jamiyah Az Zakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro”<sup>11</sup> persamaan dari penelitian terdahulu yaitu mengkaji

---

<sup>10</sup> Misy Putri Nurentiana “Terapi Dzikir Dalam Peningkatan Ketenangan Jiwa Pada Jamah Thariqah Qodiriyah Wanaqsabandiyah (Studi di pondok pesantren Roudlotus Solihin 7 Sukoharjo 58 Sekampung Lampung Timur).” (Skripsi UIN Raden Intan Lampung, 2021)

<sup>11</sup> Nabilla Rahmadiani, “Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam’iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro. (Skripsi Institut Agama Islam Darussalam Blokagung, 2023)

tema yang sama yakni sama - sama mengkaji bentuk dzikir bagi ketenangan jiwa pada lansia. Perbedaan dalam penelitian yang dilakukan yakni dalam penelitian terdahulu yaitu “Pengaruh Pengalaman Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam’iyah Az Zakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro” sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu “Penerapan Dzikir Khususiyah terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo. Dengan mengutip ketenangan jiwa dapat memberikan manfaat bagi kalangan individu terkhusus pada lansia sehingga apa yang menjadi kecemasan oleh lansia dan tekanan yang dirasakan bagi lansia dapat diminimalisir dengan adanya penerapan dzikir. Hasil ini sesuai dengan hasil pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti.

Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan Penelitian

No.	Nama dan Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan	Hasil
1	2	3	4	5
1.	Wuri Septi, 2021, Zikir dan Ketenangan Jiwa: Studi Jama’ah Tarekat Desa Rawa jaya Merangin	Fokus penelitian terkait dzikir dalam membangun akan ketenangan jiwa.	Perbedaan dalam penelitian dahulu terkait bentuk dzikir yang dilakukan dalam membangun ketenangan jiwa pada Jama’ah Tarekat	hasil penelitian ini membahas adalah bentuk intensitas pengamalan zikir oleh jemaah tarekat <i>naqsabandiya h</i> yang memberikan pengaruh terhadap ketenangan



			Desa Rawa jaya Merangin sedangkan dalam penelitian ini berfokus pada dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia dalam Majelis <i>Thorioqh Qodiriyah wa Naqsabandi yah</i> di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo	jiwa secara signifikan.
2.	Wildan Fadhillah, 2024, Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta	Fokus penelitian terkait dzikir dalam membangun akan ketenangan jiwa.	Perbedaan dalam penelitian terdahulu terkait Bentuk Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia, sedangkan dalam penelitian ini bentuk penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan	Hasil penelitian ini adalah usia responden antara 60-70 tahun mencapai peningkatan ketenangan jiwa secara signifikan sesudah diberikan intervensi dzikir

			jiwa pada lansia.	
3.	Mohammad Iqbal, 2023, Peran dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah <i>Thoriqoh Naqsabandiyah</i> (Studi Di Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan)	Fokus penelitian terkait peran dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia pada jemaah <i>thoriqoh naqsabandiyah</i> secara umum.	Perbedaan dalam penelitian terdahulu terkait bentuk fokus penelitian , dalam penelitian ini berfokus akan bentuk peran dzikir terhadap jemaah <i>thoriqoh</i> sedangkan penelitian yang akan dilakukan yakni lebih spesifik akan bentuk penerapan dzikir khususiyah terhadap jemaah <i>thoriqoh</i>	penelitian menunjukkan bahwa Thoriqoh ini terbukti dapat memberikan ketenangan jiwa secara hakiki kepada jamaahnya.
4.	Misy Putri Nurentiana, 2021, Terapi Dzikir Dalam Peningkatan Ketenangan Jiwa Pada Jamaah <i>Thariqah Qodiriyah Wanaqsabandiyah</i> (Studi di pondok pesantren	Obyek penelitian	Subyek penelitian, Lokus penelitian	penelitian menunjukkan bahwa penerapan terapi dzikir dapat memberikan ketenangan jiwa pada santri yang dapat mengurangi perasaan cemas, takut,

	Roudlotus Solihin 7 Sukoharjo 58 Sekampung Lampung Timur)			maupun sedih, pikiran menjadi tenang, dapat menghadapi masalah serta cobaan dan meningkatkan optimisme dalam kehidupan sehari-hari.
5.	Nabila Rahmadiani, 2023, Pengaruh Pengalaman Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jamiyah Az Zakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro	Obyek penelitian	Metode penelitian, Lokus penelitian	Penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan terkait pengaruh dzikir bagi ketenangan jiwa pada lansia.

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa bentuk dzikir yang telah diterapkan bagi lansia menunjukkan bahwa mempengaruhi terhadap ketenangan jiwa secara positif berupa ketenangan batin dan perasaan damai. Dzikir yang telah diterapkan dalam tarekat ini tentunya tidak terlepas dari bimbingan oleh guru pembimbing (khalifah). Dalam penelitian sebelumnya menyoroti dukungan dari majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* bentuk dukungan emosional dan sosial sehingga mereka memiliki rasa diterima dan dihargai di lingkungan majelis. Namun penelitian yang membahas secara spesifik terkait dzikir khususnya terhadap ketenangan jiwa pada lansia masih

terbatas. Belum banyak kajian yang mengaitkan antara pendekatan bimbingan dan konseling dalam proses pembimbingan dzikir bagi lansia dalam tarekat yang berfokus pada aspek ketenangan jiwa pada lansia. Oleh karena itu, penelitian bertujuan untuk menganalisis akan bagaimana bentuk penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia dalam konteks tarekat. Penelitian ini juga mengintegrasikan perspektif bimbingan konseling untuk memahami pendekatan terbaik dalam membimbing lansia terhadap praktik dzikir mereka.

## **B. Kajian Teori**

### **1. Bimbingan Konseling**

Bimbingan adalah suatu proses dalam bentuk pelayanan dan bantuan sebagai upaya untuk menemukan dan mengembangkan potensi dalam diri individu, sehingga individu dapat mengembangkan kemampuan *problem solving* yang dapat memungkinkan mereka menyelesaikan permasalahan secara mandiri. Dengan demikian, makna bimbingan secara umum menekankan pada proses bantuan yang bersifat pengembangan potensi dan penyelesaian masalah secara mandiri. Adapun bimbingan islami merupakan pengembangan dari konsep tersebut yang dilandasi oleh nilai-nilai ajaran islam, di mana proses pemberian bantuan tidak hanya berfokus pada aspek psikologis atau sosial semata, tetapi juga mencakup aspek spiritual dan moral.

Menurut Lahmuddin, bimbingan islami merupakan proses pemberian bantuan dari pembimbing (konselor/*helper*) kepada

konseli/*helpee*.<sup>12</sup> Bimbingan konseling islam adalah suatu metode yang diterapkan dalam suatu proses konseling yang dilakukan oleh konselor dan konseli dengan tujuan sebagai bentuk proses pemecahan masalah melalui adanya pembentukan dan pengembangan kesadaran atau aktualisasi diri. Menurut Adz-Dzaky bimbingan konseling Islam merupakan kegiatan yang memberikan arahan, ajaran, dan pedoman kepada individu yang membutuhkan bimbingan (konseli) tentang cara mengembangkan potensi akal, jiwa, iman, dan keyakinan, serta menghadapi masalah hidup dengan berdaya sendiri, berlandaskan Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW.<sup>13</sup>

Dalam penerapan metode ini terdapat peningkatan spiritualitas dan akhlak melalui penerapan sesuai dengan teknik yang ditetapkan dengan berpegang teguh pada Al Qur'an dan Hadits. Dalam bimbingan konseling islam terdapat konsep dasar yang dapat dijadikan suatu pedoman dalam pelaksanaan layanan konseling itu sendiri. Hal ini berlandaskan al-qur'an dan hadits yang menjadikan pembeda bagi konsep bimbingan konseling islam dengan bimbingan konseling barat. Pernyataan Hasan Muhammad al-Syarqawi menegaskan bahwa perbedaan antara konseling islam dan konseling barat terletak pada sikap penyerahan total kepada Allah, yang dilandasi oleh iman, demi mencapai kesehatan jiwa yang utuh.<sup>14</sup> Dalam

<sup>12</sup> Abdurrahman, *Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing 2019) Hal 45.

<sup>13</sup> M.Zahtrahadi Fahli, Darmawati, Nurjanah Siti Anisa,"Penarikan Konseling Islam Dalam Pemulihan Jiwa Dari Pandangan Imam Al Ghazali," *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman* 19. no.2 (Juli-Desember 2020): 167-179, <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/al-fikra/article/view/11323>

<sup>14</sup> Abdurrahman, Hal 45

bimbingan dan konseling islam, terdapat kesinambungan dengan praktik dzikir, yang dalam penelitian ini difokuskan sebagai salah satu bentuk lain penerapan bimbingan dan konseling itu sendiri. Praktik dzikir yang dilakukan merupakan manifestasi dari bimbingan dan konseling Islam yang berkembang di tengah masyarakat. Hal ini sejalan dengan asas-asas yang mendasari bimbingan dan konseling Islam yang selaras dengan fokus-fokus dalam praktik dzikir, antara lain ketauhidan, amaliah, akhlak al-karimah, keahlian, serta kerahasiaan. Komponen-komponen tersebut hadir dalam setiap individu, dengan tujuan utama dari dzikir yang berfokus pada pengembangan serta penguatan aspek-aspek spiritual dan psikologis, khususnya pada kelompok lanjut usia (lansia).

## **2. Dzikir**

### **a. Definisi Dzikir**

Dzikir adalah kata dzikir berakar pada bahasa arab yang berarti mengingat melalui menyebut, menurut terminologi islam.<sup>15</sup> Kata dzikir berasal dari Bahasa Arab yaitu “*dzakara-yadzuru-dzikran*” yang artinya menyebut, mengingat, dan mengucapkan.<sup>16</sup> Dzikir merupakan suatu sikap mengingat Allah SWT dengan melafalkan namanya, dengan melafalkan kalimat thayyibah seperti kalimat tasbih, tahmid, takbir, tahlil, namun tidak hanya sebatas melafalkan kalimat thayyibah namun menjadi suatu bentuk penghormatan Allah SWT dengan segala aktivitas

<sup>15</sup>Suwarno Wibowo Rahmadi dan Aulassyahied Qaem, Buku Saku tuntunan- doa dan dzikir (Yogyakarta: LPSI, 2021), 3-47.

<sup>16</sup>Latif Umar, “Dzikir dan Upaya Pemenuhan Mental-Spiritual Dalam Perspektif Al-qur’an.” Jurnal At-Taujih 5 no.1 (Januari-Juni 2022):29 <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih/article/view/13729/7288>

dengan mengingat dan diniatkan kepadanya. Bentuk dzikir ini dijelaskan dalam al qur'an pada surat al-ahzab ayat 41

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا.

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, Dzikir yang sebanyak-banyaknya<sup>17</sup>.”

Terminologi tentang Dzikir ini telah disebutkan dalam al-qur'an sebanyak 292 dari 264 ayat dari berbagai surah. Dengan ini dzikir dapat memberikan peluang bagi individu dalam mencapai tingkat aktualisasi diri akan spiritualitas secara optimal sehingga terbentuknya ketenangan jiwa dalam individu. Dalam etimologi dalam kamus Al-Munawwir sebagaimana dikutip oleh Rusdi Efendi (2025), kata dzikir mengandung makna menyebut, mengagungkan, mengucapkan, mengerti, menyucikan, mengingat, memperingatkan, menasehati dan menjaga<sup>18</sup>. Setiap dzikir terdapat cara dan kaidahnya masing-masing sesuai dengan melafalkan dzikir perlu adanya penekanan pada titik hati dan pikiran sehingga terciptanya kekhusyukan dalam menjalankannya. Adapun definisi dzikir yang di paparkan oleh ulama tasawuf yakni Imam Athaillah Al-Sakandary merujuk pada kitab *Al-Hikam* sebagaimana dikutip oleh Rusdi Efendi (2025) bahwasannya, dzikir menurut ajaran

<sup>17</sup>Sabarudin, “Konsep Dzikir Perspektif Hadis.” *Journal Of Religius Studies*1 no.1 (2024):83 <file:///Users/mac/Downloads/44-1594-1-PB.pdf>

<sup>18</sup>Rusdi Efendi, “Makna Dan Keutamaan Dzikir (Studi Kitab Az-Žikru Waddu’ā’ Wa Al-‘Ilāj Birruqo Minal Kitābi Wassunnah Karya Syaikh Sa’id Bin Ali Bin Wahf Al-Qathani),” (Skripsi UIN Raden Intan Lampung, 2025).

thoriqoh haruslah dilakukan sesuai dengan penglihatan hati atau batin serta timbul melalui pemikiran yang mendalam.<sup>19</sup>

Tujuan dari dzikir adalah penyucian diri yang berfokus pada kedamaian dan kebersihan akan Nurani, dengan pengamalan oleh individu dalam kehidupan sehari-hari. Dalam Al-Qur'an dzikir dimaknai memberikan keleluasaan bagi individu dalam mencari jalan akan kebenaran sehingga terciptanya suatu pelajaran bagi kaum yang mengalami kerusuhan dan kerisauan. Hal ini dijelaskan dalam (QS. An'am/6: 126)

وَهَذَا صِرَاطٌ رَبِّكَ مُسْتَقِيمًا قَدْ فَصَّلْنَا الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَذَكَّرُونَ ١٢٦

Artinya : Dan inilah tuhanmu yang lurus. Kami telah menjelaskan ayat-ayat (kami) kepada orang-orang yang menerima peringatan.<sup>20</sup>

Dengan adanya ayat ini membuktikan bahwa dzikir bukan hanya untuk mengingat keberadaan akan Allah SWT namun juga memberikan pelajaran bagi hamba dalam mengatasi akan keriuhan dan kerisauan sesuai yang dikatakan oleh Al-Maraghi yang dikutip oleh Rusdi Efendi (2025), menyatakan bahwa Allah SWT melengkapi Al-Qur'an dengan berbagai macam ajaran dan petunjuk, agar dapat diambil hikmah yang diharapkan dan diperhatikan oleh individu-individu yang ingin memperhatikan.<sup>21</sup>

Dari semua pemaparan yang ada di atas dapat disimpulkan bahwa dzikir menjadi suatu metode efektif yang dapat menjadi

<sup>19</sup> Rusdi Efendi, Hal 21

<sup>20</sup> Al-Qur'an QS. An'am ayat 126

<sup>21</sup> Rusdi Efendi, Hal 29



kebutuhan bagi individu dalam menjalankan kehidupan sehingga terbentuk dan terwujudnya ketenangan jiwa sebagai hasil akhir akan proses dzikir itu sendiri.

#### **b. Macam – Macam Dzikir**

Adapun macam-macam dzikir terbagi menjadi dua macam, yakni dzikir secara lisan dan dzikir dengan hati.

##### **1. Dzikir secara lisan**

Dzikir lisan merupakan bentuk menyebut nama Allah SWT, secara berulang melalui pujian-pujian kepadanya, bentuk dilaksanakan berkali-kali secara berulang yang berasal dari ayat-ayat Al-Qur'an secara keseluruhan maupun sebagian. Bentuk dzikir lisan dilakukan dengan suara perlahan atau keras. Dengan melafalkan dzikir, seseorang mempererat hubungan spiritual dengan Allah SWT dan membuka jalan untuk meraih kasih sayang serta rahmat-Nya. Hal ini sebagaimana hadis riwayat Sunan Tirmidzi nomor 352 sebagaimana hal ini dikutip oleh Maftuhin Ali Rozak Abdul (2025), yang artinya "Sungguh perkataanku: *Subhanallahi wal Hamdulillahi wala Ilaaha Illa Allah wa Allahu Akbar* (maha suci Allah, segala pujian hanya milik Allah, tiada Ilah melainkan Allah dan Allah Maha Besar), itu lebih aku sukai dari terbitnya matahari."<sup>22</sup>

---

<sup>22</sup> Maftuhin Ali Rozak Abdul, Yazid Syamsurizal, "Zikir dan Ketenangan Jiwa: Kjian Psikologi." Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam 2, no.1 (2025): 227-242, [file:///Users/mac/Downloads/IKHLAS+%E2%80%93+VOLUME.+2+NOMOR.+1+TAHUN+2025+hal+227-242%20\(3\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/IKHLAS+%E2%80%93+VOLUME.+2+NOMOR.+1+TAHUN+2025+hal+227-242%20(3).pdf)

## 2. Dzikir Sirr

Dzikir sirr adalah teknik dzikir yang berfokus pada pelafalan kalimat thayyibah yakni “*lailahaillallah*” untuk membuka akan bentuk rahasia ilahiah. Dzikir sirr dilakukan dengan penuh perasaan sehingga tidak tampak oleh mata bahwa seseorang sedang melakukannya, meskipun saat itu ia sedang membaca, makan, atau bahkan dalam keadaan tidur. Ungkapan yang diucapkannya adalah “hu Allah” dalam setiap aktivitas yang dijalani. Untuk pemahaman tentang pelaksanaan dzikir secara sirr, terdapat penjelasan dalam QS. Al-A'raf ayat 205.

وَاذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ ٢٠٥

Artinya: Dan sebutlah (nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, di waktu pagi dan petang, dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai.<sup>23</sup>

Ayat ini menurut penafsiran as-Sa'di/Syaikh Abdurrahman bin Nashir as-Sa'di, mengingat Allah SWT dapat dilakukan melalui hati, melalui lisan, atau dengan menggabungkan keduanya, dan ini merupakan bentuk zikir yang paling ideal. Allah memerintahkan para hamba-Nya serta Nabi Muhammad SAW beserta pengikutnya agar senantiasa mengingat Allah SWT di dalam diri mereka, yang dilakukan dengan tulus dan dalam keadaan sendiri, “dengan penuh kerendahan hati,” menggunakan lisan untuk mengulang berbagai

<sup>23</sup> Al-Qur'an Surat Al-A'raf ayat 205

jenis dzikir, serta “dengan rasa takut” di dalam hati, di mana rasa takut ini muncul karena Allah, dengan hati yang khawatir dan cemas akan amal yang mungkin tidak diterima. Dzikir adalah sebuah ibadah yang bisa dilakukan kapan saja dan di mana saja, sejalan dengan ajaran agama islam yang menyarankan agar setiap manusia selalu mengingat Allah SWT dalam setiap hembusan nafasnya. Dzikir dalam hati (dzikir sirri) Dzikir dalam hati suatu teknik yang dilakukan dalam melafalkan dzikir melalui hati (*qolbu*) secara tersembunyi dengan diiringi kesadaran akan kehadiran Allah SWT. Di dalam hati menyebutkan lafadz kalimat thayyibah secara berulang dengan diikuti adanya akal (*Aql*) mengingat Allah secara bersamaan.

### c. Fungsi Dzikir

Bentuk fungsi dzikir bagi setiap individu tentunya dapat meningkatkan kematangan emosional dan lebih mudah mendekatkan diri kepada Allah SWT. Serta memahami akan kekuasaan dan keesaan Allah SWT. Dari adanya kegiatan dzikir ini hati menjadi tenang dan stabil sehingga aktivitas yang akan dilakukan berjalan secara optimal dan hikmat. Hal ini sesuai dengan isi surah ar- rad ayat 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.

Sebagaimana dikemukakan oleh Amelia Nor Rubaiyi (2021) bahwa dzikir berperan penting dalam menciptakan ketenangan batin seseorang.<sup>24</sup>

Adapun dalam hal ini fungsi dzikir antara lain:

### 1. Mengingat Allah SWT

Cara mengingat dan menyebut nama Allah melalui lisan dan hati, agar dapat membantu umat Islam tetap fokus dalam mengingat keagungan Allah SWT dalam sehari-hari.

### 2. Menenangkan Jiwa

Dalam melafalkan dzikir dapat memberikan ketenangan dalam hati individu, terkhusus pada lansia yang menjadikan kehidupan semakin damai dan tentram. Adapun bentuk ketenangan jiwa yakni melalui adanya bentuk tingkat emosional yang stabil sehingga adanya penurunan akan kecemasan, stress, kesepian, hingga pada takut akan kematian.

### 3. Meningkatkan Spiritualitas

Dalam ranah spiritualitas fungsi zikir ini sangat berpengaruh dalam menumbuhkan dan mematangkan akan sikap tawadhu dan cinta kepada Allah SWT. Hal ini akan membentuk karakter yang lebih sehingga kualitas akan ibadah semakin meningkat.

---

<sup>24</sup> Amelia Nor Rubaiyi, "Manfaat Berdzikir terhadap Kesehatan Mental." Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya 1 no.6 (2023): 700  
<file:///Users/mac/Downloads/Rubaiyi+dan+Destisa+Manfaat+Berzikir+terhadap+Kesehatan+Mental.pdf>

#### d. Perbedaan Dzikir Khususiyah Dengan Dzikir Pada Umumnya

Dengan adanya pengamalan dzikir dalam masyarakat tentunya tidak terlepas dari membaca kalimat thayyibah yaitu kalimat takbir, tahmid, tahlil, dan tauhid. Namun yang menjadi perbedaan dalam dzikir khususiyah dalam thoriqoh dengan dzikir pada umumnya terletak pada tata cara serta akumulasi bacaan, serta keragaman bacaan yang dilafalkan sangat berbeda. Dalam dzikir thoriqoh ini juga memiliki syarat bagi seorang murid dalam mengikuti majelis thoriqoh yakni melalui baiat (perjanjian) yang disaksikan dan di pandu oleh pembimbing (Mursyid), serta memiliki beberapa tingkatan sesuai dengan baiat dan terdapat perbedaan akumulasi amalan dzikir dalam setiap tingkatannya. Semakin seseorang mampu mengamalkan dzikir ini sesuai dengan ketentuan dan arahan yang diberikan oleh pimpinan (mursyid), maka ia dapat melanjutkan ke tingkat baiat berikutnya dan menjalankan bentuk pengamalan dzikir pada tingkat lanjutan sebagaimana yang telah ditetapkan oleh pembimbing (mursyid).

Sebagai suatu mazhab dalam tasawuf, *Thariqah Qadiriyyah wa Naqsabandiyah* memiliki ajaran yang diyakini kebenarannya, terutama dalam hal-hal kesufian.<sup>25</sup> Oleh karena itu dzikir dalam *thoriqoh* ini diyakini sangat memiliki manfaat dan paling efektif dalam menghantarkan pengamalannya kepada Allah SWT.

---

<sup>25</sup> Hamdani, H, “*Penerapan zikir thariqah qadiriyyah wa naqsabandiyah (TQN) dalam mengatasi stres (Studi Jam'ah Zikir TQN di desa Bermi Babussalam).*” (Doctoral dissertation, UIN Mataram).

#### e. Metode Zikir Khususiyah

Penerapan dzikir khususiyah adalah suatu proses yang berfokus pada bentuk amalan yang dilakukan oleh individu maupun kelompok dalam majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*. Metode dzikir ini tentunya berkembang di tengah-tengah masyarakat, majelis dibentuk oleh ulama yang sudah berdiri lama dan di pelopori oleh guru besar syekh Abdul Qodir Al-Jailani beserta Syekh Baha Al-din Al-Naqsabandi. Teknik dzikir Qodiriyah ini sesuai yang dicetuskan oleh tokoh sufi yakni Syekh Abdul Qadir al-Jailani yang mana beliau menekankan akan satu teknik dzikir yakni dzikir melalui lisan (suara keras) menggunakan kalimat “Ila illaha illallah” dilafalkan secara lantang.<sup>26</sup> Pelafalan dzikir yang dilakukan secara berulang kali ini merupakan sebutan dzikir bagi orang-orang khusus, yang dilakukan oleh anggota *thoriqoh* dengan syarat sudah mengikuti baiat (perjanjian) sebagai bentuk kesepakatan yang dilakukan oleh pembimbing (Mursyid) dan anggota dalam melakukan amalan yang sudah ditetapkan dan akan dikerjakan.<sup>27</sup> Bentuk amalan dzikir khususiyah dalam majelis *thoriqoh* yang merupakan salah satu metode dengan terdapat dua metode yang diterapkan di *Majelis Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*. Majelis ini berkembang di berbagai daerah terkhusus di wilayah di Indonesia, terutama di Pesantren Darul Ulum Rejoso Jombang yang didirikan oleh Kyai Tamim dari Madura,

---

<sup>26</sup> Sholihah Maidatus, Ma'arif.A.M, Romadhan.S.M, “Konseling Islam Dengan Dzikir Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah : Mengatasi Kegelisahan Jiwa dan Bathin” al-Afkar, Journal for Islamic Studies 4, no. 2 (Agustus 2021) 303

<sup>27</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

menjadi pusat utama berdiri dan berkembangnya majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* (TQN).

Dalam majelis TQN ini yakni berupa amalan pembacaan dzikir dengan dipimpin oleh guru (mursyid) dengan tujuan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Hal ini dikarenakan terdapat unsur ruhaniah yang terus menyambung dari sang guru sampai dengan khalifah dan tembus kepada nabi Muhammad SAW. Dalam pelaksanaan kegiatan dzikir khususiyah diawali dengan baiat, penerapan dzikir khususiyah, mauidho. Dalam pandangan Imam Al-Ghazali sebagaimana dikutip oleh Syahdan (2023), menegaskan bahwa dzikrullah yang berarti ingatnya seseorang bahwa Allah telah mengamati seluruh tindakan dan pikirannya setiap ciptanya.<sup>28</sup> Bentuk penerapan dzikir ini sama dengan adanya tujuan dalam dzikir itu sendiri yakni membalikan seluruh karakter manusia dan mengalihkan dan mengarahkan fokus batiniah individu seseorang dari kecintaan terhadap dunia menuju pengenalan dan kesiapan ruhani terhadap kehidupan akhirat yang selama ini diabaikan. Dzikir ini bermanfaat untuk terhindar dari syaitan, menghilangkan gelisah, hati lapang dan kuat, mendatangkan ridha nya Allah, serta menjadi penenang jiwa.<sup>29</sup> Sehingga dzikir merupakan media yang relative cocok untuk diterapkan

---

<sup>28</sup> Syahdan, Mulkiah Siti Daeng, "Dzikir an fikir dalam perspektif Imam al-Ghazali" Jurnal Pendidikan dan Dakwah, no 2 (Mei 2023), 1-20, [file:///Users/mac/Downloads/3827-Article%20Text-9767-1-10-20230726%20\(1\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/3827-Article%20Text-9767-1-10-20230726%20(1).pdf)

<sup>29</sup> Setiyani okti, Idati Af.L, Setyowati Wahyu. D, "Dzikir Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah untuk meningkatkan ketenangan jiwa pada ODGJ di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta," *Altruism: The Indonesian Journal of Community Engagement* 1, no.1 (Juni 2022): 38-45. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/dakwah/aijce/article/view/2910/1768>

dikalangan masyarakat tentunya dalam ranah perkembangan ketenangan jiwa pada setiap individu terkhusus pada lansia.

Metode dzikir khususiyah yakni sebuah ajaran terkait bentuk dzikir yang di dalamnya terdapat karakteristik tertentu. Dzikir khususiyah (dzikir khusus) ini merupakan suatu sebutan metode yang ada dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*. Dzikir khususiyah ini berfokus dengan bentuk dzikir secara lisan dan secara senyap. Dalam praktik khususiyah, saat berzikir melakukan dua metode, yaitu dzikir lisan (*jahr*) dan hati (*sirr*). Jadi dzikir pertama yang diamalkan murid adalah dzikir *nafy isbât* (dzikir lisan) dengan suara *jahr* (keras). Setelah itu, anggota dapat melangkah kepada metode dzikir berikutnya yaitu *ism dzat* (dzikir hati), yang lebih menekankan pada dzikir *sirr* (hening) dan terpusat pada beberapa *Lathifah*. Lathifah adalah ruh yang menyatu dengan jasad manusia yang memiliki berbagai lapisan kelembutan.<sup>30</sup>

Dzikir ini dilakukan dengan menyebut kalimat thayyibah dengan teknik pelafalan secara pelan serta memejamkan mata seraya menenangkan diri dan memejamkan mata seraya duduk bersilah sambil menunduk. Kegiatan dzikir khususiyah ini terbagi menjadi dua tahap yakni dzikir lisan dengan menyebut “*lailahaillallah*” sebanyak 165 kali dan di lanjut dengan dzikir *sirr* dengan menyebut nama “*Allah*” dengan samar yakni dibaca di dalam hati secara berulang. Dzikir ini dilakukan

---

<sup>30</sup> Fajrin Heri, “Dampak Pendidikan Rohani Jamaah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah,” (tesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019) 64.



secara berurutan dengan dituntun oleh mursyid selaku pimpinan thoriqoh. Adapun teknik lebih spesifik dalam metode dzikir khususiyah,<sup>31</sup> yakni:

- 1) Dengan adanya kesadaran berniat yang lurus dalam mencari ridho Allah SWT melalui ibadah.

Dengan adanya kesadaran untuk meluruskan niat dalam mencari ridha Allah SWT melalui ibadah, seorang anggota thoriqoh melaksanakan baiat (perjanjian) sebagai bentuk komitmen spiritual yang bertujuan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Hal ini dilakukan melalui pengamalan dzikir dan doa yang dihubungkan dengan mursyida atau guru. Kenapa harus berbaiat, karena untuk mencontoh Rasulullah. Rasulullah membaiat seluruh sahabat, dan baiat itulah yang kemudian diteruskan. Baiat dzikir jahr “*la ilaha illallah*” diteruskan kepada Sayyidina Ali, sedangkan baiat dzikir khafi/sirr (dzikir tanpa suara) diteruskan kepada Abu Bakar As-Siddiq. Dari merekalah baiat tersebut sampai kepada kita. Maka, apabila seseorang tidak berbaiat, berarti ia tidak tersambung kepada Rasulullah.<sup>32</sup>

Dalam tarekat *Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah* terdapat tujuh tingkatan baiat yang disesuaikan dengan masing-masing latifah. Baiat I terletak pada latifah qalbi, Baiat II pada latifah ruh, Baiat III pada latifah sirri, Baiat IV pada latifah khafi, Baiat V pada latifah akhfa,

<sup>31</sup> Basuki, diwawancara oleh penulis, sidoarjo, 3 maret 2025.

<sup>32</sup> Fajrin Heri, “Dampak Pendidikan Rohani” 55

Baiat VI pada latifah nafsi, dan Baiat VII pada latifa qalab. Seorang jamaah yang telah istiqomah mengamalkan dzikir pada baiat I, apabila hendak naik ke baiat II, terlebih dahulu harus menjalankan dzikir pada baiat I minimal selama empat bulan. Setelah itu, jamaah wajib meminta izin kepada guru atau khalifah untuk melanjutkan ke baiat berikutnya.<sup>33</sup> Hal ini menunjukkan perbedaan tingkatan rohani jamaah sesuai dengan level yang dicapai.

- 2) Melaksanakan pengamalan melalui sholat sunnah dan dilanjut dengan dengan dzikir khususiyah yang terdiri dari dzikir *qodiriyah* (dzikir lisan) dan dzikir *naqsabandiyah* (dzikir sirr) kedua jenis dzikir ini dilakukan dalam majelis dengan kondisi yang bersih wangi dan rapi dan teknik pengamalan dzikir ini dengan cara duduk dengan melipat kedua kaki ke arah kiri, menundukkan kepala, serta memejamkan mata, sambil menggenggam tasbeih di tangan kanan. Hal ini dilakukan dengan niat untuk mendapatkan baiat dari Syaikh Abdul Qadir al-Jailani hingga kepada Nabi Muhammad SAW.

Bentuk jenis dzikir dalam dzikir khususiyah yakni berkaitan dengan Teknik pelafalan dan bacaan dalam dzikir itu sendiri, seperti:

- a) Membaca “*Astaghfirullah haladzim innahu ghofururrohim*” sebanyak 3 kali bacaan.
- b) Membaca “*A Allahumma sholli ‘ala sayyidina Muhammad wa ‘ala alihi wa shohbihi wa sallim*” sebanyak 3 kali bacaan seraya pelan.

---

<sup>33</sup> Fajrin Heri, “Dampak Pendidikan Rohani” 60

- c) Laa ilaa ha illallah dibaca 3 kali pelan dan dilanjut mengucapkan sayyidina Muhammad rasulullah sallallahu alaihi wasallam.

- d) Dzikir *qodiriyah* (dzikir lisan)

Dilakukan dengan cara duduk sesuai tata tertib dalam melakukan ibadah yang diarahkan oleh mursyid kemudian pembacaan ini dilakukan bersama-sama dan dipimpin oleh mursyid dengan bacaan “*lailaha ha illallah*” sebanyak 165 kali dengan teknik bacaan Panjang.

- e) Dzikir *naqsyabandiyah* (dzikir hati)

Dilakukan dengan cara duduk sesuai yang diarahkan oleh mursyid dengan membaca kalimat “Allah” sebanyak 1.000 kali setiap adanya melakukan dzikir khususiyah dalam majelis thoriqoh dalam waktu seminggu sekali di hari minggu. Dzikir ini dilakukan setelah dzikir jahr (dzikir lisan) dengan posisi tempat yang berbeda dari sebelumnya (menepi) berjarak dengan anggota

lainya.<sup>34</sup>

- f) Tawassul

Membaca diperuntukkan kepada para tokoh islam dan thoriqoh, yakni:

- (1) Membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada nabi Muhammad sebanyak 100 bacaan.
- (2) Membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada syeh Abdul Qodir Aljailani 1 kali bacaan.

---

<sup>34</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

- (3) Membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada muslimin-muslimat 1 kali bacaan.
- (4) Dilanjut membaca kalimat (Allah) sebanyak 1000 kali bacaan.
- (5) Membaca illahi anta maksudi waridhoka matdlubi allahi mahabataka wama ma'rifatah 1 kali bacaan.

Dari adanya penerpan dzikir khususiyah ini dapat memberikan wadah bagi masyarakat dan khususnya jemaah *thoriqoh* dalam menumbuhkan dan membangun spiritualitas yang semakin matang sehingga kedamaian, ketenangan jiwa dan batin terpenuhi melalui adanya pengamalan akan amalan sesuai ajaran agama islam. Dalam penelitian ini Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* menjadi salah satu aspek terpenting dalam penelitian yang mana berfungsi sebagai konteks penelitian, sumber data, hingga pada subyek penelitian.

#### f. Adab Khususiyah

Adab dalam mendapatkan kualitas dzikir yang baik dan tinggi serta memiliki dampak yang maksimal, seseorang harus mengikuti dan menerapkan beberapa adab dalam berdzikir. Hal ini sesuai dengan para tokoh *thoriqoh* Syekh Amin Al Kurdi mengatakan bahwa terdapat 11 adab dzikir sebagaimana dikutip oleh Fajrin Heri (2019),<sup>35</sup> yakni:

---

<sup>35</sup> Fajrin Heri, "Dampak Pendidikan Rohani" 64

- 1) Suci (bersih) dari hadats/kotoran, seseorang harus sudah keadaan berwudhu (suci) sabda Rasulullah SAW, artinya: wudhu itu menghapus dosa-dosa. (H.R.Ahmad).
- 2) Sholat sunnah dua rakaat
- 3) Menghadap kiblat di tempat yang sunyi. "Dan dari seorang laki-laki berdzikir ditempat yang sunyi kemudian dia menangis dan mengeluarkan air matanya (H.R.Bukhari Muslim).
- 4) Duduk tawarruk (duduk timpo ngiwo) merupakan duduk yang layaknya duduk tasyahud akhir pada saat sholat.
- 5) Istighfar atau meminta ampun, istighfar atau memohon ampun atas semua dosa dan kesalahan yang telah terjadi. Saat mengucapkan istighfar, dia membayangkan semua dosa dan kesalahan yang pernah dilakukannya secara menyeluruh, sambil yakin dan membayangkan Allah sedang melihatnya saat ini. Oleh karena itu, ia meninggalkan semua aktivitas dan pemikiran duniawi. Dalam pikirannya hanya terlintas akan kebesaran dan keagungan Allah SWT yang ada saat ini, yang Maha Pemurah dan Maha Pengampun. Kemudian dia mengucapkan "*Astaghfirullah*" sebanyak 5 kali, 15 kali, atau 25 kali. Yang paling baik adalah 25 kali. Sabda Rasulullah SAW, Artinya : Siapa yang terus-menerus mengucapkan istighfar, pasti Allah SWT akan memberi jalan keluar dari segala kesulitan, menghapus semua yang menyusahkan, dan memberikan rezeki dari arah yang tidak dia sangka. (H.R. Ahmad and Hakim)

- 6) Membaca surat Al-Fatihah satu kali dan surat Al-Ikhlâs sebanyak tiga kali, lalu menghadiahkan pahalanya kepada ruh Nabi Muhammad SAW dan kepada arwah semua Syekh yang menguasai silsilah *Thoriqoh Naqsyabandiyah*, khususnya kepada Syekh Mursyid.
- 7) Menutup kedua mata, membisukan diri, dan mengarahkan lidah ke atap mulut. Langkah itu diambil untuk mencapai konsentrasi yang optimal dan lebih memastikan arah-arrah hati yang perlu diperhatikan.
- 8) Rabithah Mursyid, yang berarti murid menghubungkan atau merabithahkan. Rohaninya kepada rohani mursyid yang akan menuntunnya atau bersama-sama menuju kehadiran Allah SWT. Rohaniah mursyid dalam penelitian tasawuf, seperti corong atau pancuran yang mengalirkan limpahan anugerah dan berkah dari Allah SWT. Firman Allah SWT, Artinya: Wahai orang-orang yang beriman, takutlah kepada Allah SWT dan carilah sarana (wasilah) yang mendekatkan dirimu kepada-Nya serta berjuanglah di jalan-Nya, niscaya kamu akan meraih keberuntungan (kesuksesan).
- 9) Mengkonsentrasikan seluruh panca indera serta memutuskan diri dari segala sesuatu yang dapat membimbangkan, agar hati hanya tertuju untuk mengingat Allah. Konsentrasi diarahkan semata-mata kepada-Nya, lalu mengucapkan doa: *“Wahai Tuhanku, hanya Engkaulah yang menjadi maksudku, dan keridaan-Mu yang kucari”* (dibaca tiga kali). Setelah itu, barulah memulai dzikir *Ismuz Zat* di dalam hati dengan menghadirkan kesadaran penuh bahwa Dialah *Zat* yang tiada

sesuatu pun yang menyamai-Nya. Dia selalu hadir dan memperhatikan segala sesuatu, sebagaimana sabda Rasulullah ﷺ dalam menafsirkan makna ihsan: *“Hendaklah engkau beribadah kepada Allah seakan-akan engkau melihat-Nya, dan jika engkau tidak melihat-Nya, maka yakinlah bahwa sesungguhnya Allah SWT melihatmu”* (HR. Bukhari dan Muslim).

- 10) Menanti sejenak akan hadirnya sesuatu yang muncul pada saat dzikir hampir berakhir, sebelum kedua mata dibuka. Apabila datang suatu hal yang ghaib, maka hendaklah tetap waspada dan berhati-hati, karena pada saat itu cahaya hati akan memancar.

Dalam penerapan dzikir khususiyah yang paling utama tentunya hanya dikhususkan bagi anggota thoriqoh yang sudah melakukan baiat (perjanjian) dan bagi jemaah tidak termasuk anggota thoriqoh tidak diperbolehkan untuk mengamalkan secara individu jika tidak melalui proses baiat itu sendiri. Sifat bacaan khususiyah bersifat rahasia hanya anggota dan mursyid yang memahami akan bentuk bacaan itu sendiri. Kegiatan juga tidak diperbolehkan untuk dokumentasikan namun hanya bisa diambil gambaran saat setelah selesai, yaitu saat kajian yang dipimpin khalifahnyanya dan jamaah saat mendengarkan kajian tersebut.

#### **g. Fungsi Penerapan Dzikir Khususiyah dalam Penelitian**

Bentuk dzikir Khususiyah dalam penelitian ini adalah sebagai objek kajian Penerapan dzikir Khususiyah merupakan objek kajian dalam penelitian ini yang menjadi fokus utama bagi peneliti. Penerapan dzikir

Khususnya diharapkan dapat berfungsi sebagai variabel independen, yang diukur berdasarkan frekuensi dan cara penerapan dzikir dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*. Dengan adanya objek kajian ini, diharapkan masyarakat, serta peneliti dan pembaca, dapat memahami bahwa bentuk penerapan dzikir dapat berpengaruh dalam membangun spiritualitas dan aktualisasi diri, khususnya dalam mencapai ketenangan jiwa oleh setiap individu terkhusus pada lansia.

### 3. Teori Ketenangan Jiwa

#### a. Definisi Ketenangan Jiwa

Ketenangan menurut etimologi yakni tidak gusar, mantap, dalam hal ini bentuk akan suasana jiwa berupa adanya keseimbangan sehingga menimbulkan perasaan tidak gelisah dan tidak terburu-buru.<sup>36</sup> Sedangkan jiwa merupakan roh manusia, atau kehidupan manusia yang berkaitan dengan keseluruhan akan kehidupan batin manusia (pikiran, perasaan, agama, aktualisasi diri, dan sebagainya). Ketenangan Jiwa adalah suatu kondisi tingkat emosi yang stabil dengan disertai adanya perasaan yang damai dan kestabilan antara pemikiran serta hati secara signifikan.

Ketenangan jiwa merupakan suatu keadaan dimana seseorang akan merasakan tenang dengan memiliki ketentuan berkaitan dengan

---

<sup>36</sup> Ardianto, M. R., & Zamroni, A, "Implikasi Ketenangan Jiwa Dan Ketentraman Hati Sebagai Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Bagi Remaja." *IEMJ: Islamic Education Management Journal* 1, no.1, (2020): 20-35.



hatinya tenang, perasaan dan batinnya juga.<sup>37</sup> Ketenangan jiwa ini sangat memberikan dampak bagi individu dalam memaknai dan melaksanakan aktivitas dalam kehidupan. Kata jiwa memiliki akar kata bahasa Arab yaitu “*nafs*” yang diartikan keluarnya angin lembut dan selain itu juga bisa diartikan darah, karena jika mereka kehilangan darah maka sama halnya mereka kehilangan suatu jiwanya, hati dan sanubari.<sup>38</sup> Pemaknaan ini menunjukkan bahwa jiwa bukan hanya sekadar aspek biologis, melainkan juga mencakup dimensi batiniah yang mendalam. Sejalan dengan pemahaman tersebut, Imam Al-Ghazali yang dikutip oleh Mujahid Kasori (2025), menegaskan bahwa, jiwa memiliki potensi untuk berkembang menuju kebaikan atau terjerumus ke dalam keburukan. Hal ini bergantung pada bagaimana seseorang mengelola dan mensucikan jiwanya.<sup>39</sup>

Hal ini berkaitan dengan konsep jiwa perspektif islam, jiwa (*nafs*) memiliki kemaknaan mendalam yang filosofis dan psikologis secara signifikan. Dalam pandangan *Tarekat Qadiriyyah* wa *Naqsyabandiyah*, jiwa manusia dipandang sangat penting karena adanya keyakinan bahwa “barang siapa mengenal *nafs* (dirinya), maka ia akan mengenal tuhan.”<sup>40</sup> Maksudnya, siapa yang menyadari

<sup>37</sup> Rizqi, A. K, “*Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab (Studi Tafsir Al-Mishbah)*.” (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo), (2022)

<sup>38</sup> Khaerul Asfar, “Konsep Jiwa Perspektif Al-Qur’an, Al-Mubarak Jurnal Kajian Al-Quran & Tafsir.” 4, no. 2, (2019): 56

<sup>39</sup> Mujahid Kasori, Fahid Al Fani, “Islamic Wordview: Konsep Jiwa Menurut Imam Al Ghazali.” Jurnal Penelitian Guru Indonesia 5, no.2, (2025): 1435-1442 <https://ejournal.yasin-alsys.org/tsaqofah/article/view/4830>

<sup>40</sup> Fajrin Heri, “Dampak Pendidikan Rohani” 24

kelemahan, kehinaan, kebodohan, kefanaan, dan keterbatasan dirinya, maka ia akan sampai pada pengenalan terhadap kemuliaan, kekuasaan, kemahatahuan, serta keabadian Allah SWT. Hal ini baik dan buruknya aspek keutuhan rohani atau jiwa dalam individu ditentukan bagaimana hati mengontrol kekuatan jiwa (*ghadab*) dan dorongan (*syahwat*). Sesungguhnya objek *ghadab* dan *syahwat* terbesar yakni duniawi. Menurut Al-Ghazali yang dikutip oleh Iyas Rahmat (2017), manusia diciptakan oleh Allah sebagai makhluk yang tersusun atas jasad dan jiwa (ruh). Jiwa, yang menjadi inti dari diri manusia, dipahami melalui wawasan spiritual dan merupakan makhluk rabbani yang bersifat halus (*lathifah rabbaniyah ruhaniyyah*).<sup>41</sup>

Menurut Syekh Sambas menjelaskan bahwa dalam memelihara atau mendidik diri dengan baik, seseorang perlu memperbaiki rohani. Perbaikan rohani itu harus melalui beberapa tahapan lapisan kelembutan jiwa (*Latifah*):

#### 1) *Latifah Al-Qalb*

*Latifah Al-Qalb* adalah kelembutan hati yang terletak di bawah dada kiri dengan ukuran sekitar dua jari. Latifah ini juga disebut *Nafsu Lawwamah*, yaitu jiwa yang memiliki kesadaran terhadap kebaikan dan keburukan, sehingga sering mencela (*al-laum*) baik pada diri sendiri maupun orang lain. namun di sisi lain juga dapat memunculkan keinginan untuk bermaksiat kepada Allah

---

<sup>41</sup> Iyas Rahmat, "Zikir dan Ketenangan Jiwa" 97

SWT atau melakukan perbuatan jahat. Latifah ini menjadi pusat hawa nafsu, yang dapat menyebabkan ketergelinciran dan sifat rakus.

## 2) Latifah *Al-Ruh*

*Latifah Al-Ruh* adalah kelembutan ruh yang terletak di bawah dada kanan dengan jarak sekitar dua jari renggang. Latifah ini juga disebut *Nafsu Mulhimah*, karena berada pada lapisan ketiga dalam sistem internalisasi jiwa manusia. Kelembutan jiwa ini merupakan kesadaran yang mudah menerima intuisi (*ilham*) dari Allah SWT berupa pengetahuan. Dari latifah ini lahir kesadaran untuk bersikap tawadhu' (rendah hati), qana'ah (menerima dengan lapang dada), serta sifat dermawan. Latifah al-Ruh juga memiliki keterkaitan dengan paru-paru jasmaniah manusia.

## 3) Latifah *Al-Sirr*

*Latifah Al-Sirr* adalah kelembutan rahasia yang terletak di dada kiri dengan jarak sekitar dua jari ke arah dada. Latifah ini juga disebut *Nafsu Muthmainnah*, yaitu jiwa yang tenang, diterangi oleh cahaya hati nurani sehingga bersih dari sifat-sifat tercela dan stabil dalam kesempurnaan. Jiwa *muthmainnah* ini menjadi titik awal menuju kesempurnaan apabila seorang salik telah mencapai tingkatan ini, berarti ia mulai meninggalkan tingkatan tarekat menuju tingkatan hakikat. Pada tahap ini, seorang salik mampu berinteraksi dengan manusia, sementara hatinya tetap terikat dalam komunikasi dengan Allah SWT.

#### 4) Latifah *Al-Khafi*

Latifah *Al-Khafi* adalah kelembutan yang tersembunyi, terletak di dada kanan dengan ukuran sekitar dua jari di atasnya. Latifah ini juga disebut *Nafsu Mardhiyyah*. Jiwa ini bersifat sangat lembut, bersih, dan suci, serta memiliki kecenderungan dekat kepada Allah SWT karena terbebas dari pengaruh unsur-unsur jasmaniah.

#### 5) Latifah *Al-Akhfa*

Latifah *al-Akhfa* adalah kelembutan yang paling tersembunyi, terletak di pertengahan dada. Latifah ini juga disebut *Nafsu Kamilah*. Jiwa ini merupakan bentuk kelembutan terdalam dalam kesadaran manusia, sehingga menjadi jiwa yang paling bersih dari pengaruh unsur-unsur materi yang rendah. Pusat pengendaliannya berada di tengah dada manusia.

#### 6) Latifah *Al-Nafs*

Latifah *Al-Nafs* adalah kelembutan otak yang terletak pada dahi dan kepala. Latifah ini juga disebut Nafsu Amarah, yaitu jiwa yang cenderung mengikuti tabiat badaniyah karena berasal dari unsur jasmaniyah. Jiwa atau nafsu ini mendorong *qalb* (latifah) ke arah yang lebih rendah, serta menuruti keinginan-keinginan duniawi yang dilarang oleh syariat.

### 7) Latifah *Al-Qalab*

Latifah *Al-Qalab* adalah kelembutan badan yang letaknya dari puncak kepala hingga ujung kaki. Latifah ini juga disebut *Nafsu Radhiyah*. Ia merupakan jiwa tertinggi bagi manusia, karena secara realitas manusia adalah makhluk jasmani sekaligus ruhani, hamba Allah SWT sekaligus penguasa alam semesta. Manusia menempati kedudukan tertinggi di antara dua alam, yaitu alam malaikat dan alam syaitani.<sup>42</sup>

Ketujuh latifah dalam *Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah* merupakan tahapan bertingkat (*tarbiyat al-zikr*) yang berfungsi memperbaiki kondisi rohani. Prosesnya harus dilakukan dengan sungguh-sungguh dan di bawah bimbingan seorang syekh, karena hanya syekh yang dapat menentukan kelayakan murid untuk naik ke tahap berikutnya. Dengan kesungguhan dan bimbingan tersebut, seorang salik akan merasakan kenikmatan batiniah (*laddat al-ibadah*) serta kebahagiaan dalam beribadah kepada Allah SWT.

#### **b. Faktor-faktor Ketenangan Jiwa**

Dalam terwujudnya akan ketenangan jiwa tentunya di dasari oleh adanya beberapa faktor yang mempengaruhi terciptanya akan ketenangan jiwa bagi individu. Faktor ketenangan jiwa dibagi menjadi tiga faktor yakni faktor agama, faktor, terpenuhinya kebutuhan

---

<sup>42</sup> Fajrin Heri, "Dampak Pendidikan Rohani" 25

manusia, faktor terciptanya kepuasan, hal ini menurut Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono adapun sebagai berikut ini:

#### 1) Faktor Agama

Agama merupakan kebutuhan psikologis manusia yang berperan dalam mengatur dan mengendalikan sikap, perilaku, serta pola pikir ketika menghadapi berbagai masalah. Di dalam agama juga terdapat larangan-larangan yang harus dihindari, karena disana terkandung potensi dampak negatif bagi kehidupan manusia. Seseorang yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT akan merasakan ketenangan dalam hatinya, bebas dari rasa takut dan gelisah. Ia yakin bahwa keimanan dan ketaqwaan yang dijalankan akan membawa kelegaan dan ketenangan batin.

Dari adanya pedoman dalam keagamaan yakni memberikan benteng bagi individu terhadap rasa gelisah dan takut. Dari berbagai macam ibadah, ibadah pokok layaknya sholat dan ibadah sunnah lainnya menjadi salah satu ibadah yang sudah menjadi tombak akan suatu keberhasilan dalam beragama.

#### 2) Faktor terpenuhinya kebutuhan manusia

Dalam melakukan berkehidupan tentunya tidak terlepas dengan adanya landasan berkehidupan yakni pemenuhan kebutuhan hidup yakni melalui terpenuhinya kebutuhan secara fisik dan psikis. jika kebutuhan itu terpenuhi maka timbul adanya perasaan damai Serta lega. Namun sebaliknya jika kebutuhan ini tidak terpenuhi

secara baik dan optimal maka kebutuhan ini akan timbul perasaan gelisah yang berdampak pada ketenangan jiwa seorang. Seperti dapat digambarkan seseorang yang memiliki makanan cukup, tempat tinggal layak, serta kesehatan yang terjaga akan merasa aman dan tenteram. Demikian pula, individu yang memperoleh kasih sayang dan perhatian akan tumbuh dengan perasaan bahagia dan percaya diri. Sebaliknya, ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, akan timbul rasa gelisah, resah, bahkan hampa. Hal yang sama berlaku pada aspek spiritual, di mana ibadah yang konsisten melahirkan ketenangan batin, sedangkan kelalaian dalam beribadah dapat menimbulkan kehampaan meskipun kebutuhan fisik dan psikis tercukupi. Dengan demikian, pemenuhan kebutuhan hidup secara menyeluruh menjadi landasan bagi terciptanya ketenangan jiwa.

### 3) Faktor terciptanya kepuasan

Dalam setiap individu memiliki tujuan kehidupan dengan membawa harapan serta rasa kepuasan secara fisik maupun psikis untuk menciptakan rasa senang, aman, nyaman dan damai. Dalam hal ini menimbulkan perasaan ingin diakui akan harkat martabat dan sebagainya. Kepuasan ini merupakan suatu kondisi pada tingkatan yang dirasakan oleh individu disebabkan oleh terpenuhinya

ekspektasi atau keinginan yang berjalan yang berdampak pada kesejahteraan dan kualitas hidup individu itu sendiri.<sup>43</sup>

### c. Indikator ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa merupakan kondisi psikologis yang menunjukkan stabilitas emosional dan keseimbangan batin individu dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Hal ini dapat dilihat dari adanya tanda-tanda bahwa individu dapat dikatakan memiliki jiwa yang tenang. Hal ini terdapat beberapa bentuk indikator ketenangan jiwa, Adapun pendapat dari Najati, terdapat beberapa indikator jiwa:

#### 1) Aspek Ruh

Aspek ruhani seseorang dapat diketahui melalui kualitas hubungan antara jiwa dan hati nuraninya. Pemenuhan aspek ruhani tercermin dari keterlibatan individu dalam menjalin kedekatan dengan Allah, yang diwujudkan melalui dzikir, pelaksanaan ibadah, serta pemenuhan kebutuhan hidup dengan cara yang halal. Keterhubungan spiritual tersebut berperan penting dalam membentuk ketenangan jiwa dan menjernihkan hati, sehingga individu lebih mudah menerima rahmat Allah. Penguatan aspek ruhani juga menjadi sarana untuk menumbuhkan harapan kepada Allah serta memperoleh ampunan dari-Nya.

---

<sup>43</sup> Nasution Sepriani, "Pengaruh Ketenangan Zikir Terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia di Panti Jompo Yayasan Baitul Yusufiah Al-Ridwaniyah Titian Ridho Illahi Kecamatan Angkora Muratais." (Skripsi, UIN Syekh Ali Ahmad Addary Padangsidempuan, 2023) 27



## 2) Aspek Jiwa

Aspek jiwa dalam diri manusia secara spiritual merupakan unsur batin yang berperan sebagai penggerak kesadaran dan penghubung antara manusia dengan Allah. Jiwa memiliki fungsi utama dalam mengarahkan perilaku, membentuk moralitas, serta menjaga keseimbangan antara kebutuhan jasmani dan rohani. Jiwa yang sehat ditandai dengan kejujuran pada diri sendiri, hati yang bebas dari rasa iri, dengki, dan benci, serta penerimaan terhadap jati diri. Seseorang dengan jiwa yang sehat dapat mengatasi kekecilan, cemas, stress, serta menjauhi akan bentuk sikap berbangga diri, sombong, kemalasan, keborosan, dan pesimisme. Terbentuknya jiwa seimbang dapat dilihat dari memegang prinsip-prinsip syariat, mengontrol emosi, bertindak spontan, mengontrol diri, menerima kehidupan dengan bijak, dan percaya diri.

## 3) Aspek biologis

Secara biologis, ketenangan jiwa tercermin dari keseimbangan sistem saraf, kadar hormon stres yang stabil, serta fungsi fisiologis tubuh yang normal yang mana, tubuh semakin ringan dan bebas adanya penyakit. Hal ini juga berkaitan dengan bentuk upaya menjaga Kesehatan dengan tidak memberikan beban terhadap fisik diluar kemampuan.

#### 4) Aspek sosial

Aspek sosial terkait bentuk perilaku individu terhadap individu lain maupun kelompok secara sehat dan seimbang. Hal ini mencakup sikap membantu, menjaga yang membutuhkan, kemudian berani menyampaikan kebenaran, dan menghindari dari sikap menyakiti orang lain.

#### 5) Aktualisasi kecerdasan spiritual

Dalam aktualisasi dalam individu merupakan tahap tertinggi dalam aspek individu, yang dijelaskan oleh tokoh Abraham Maslow bahwa aktualisasi diri sebagai bentuk fase spiritual dimana individu dapat mengeksperikan akan perbuatan dengan kreativitasnya yakni berupa Bahagia, rasa tenang, penuh toleransi, serta dorongan dari orang lain untuk memenuhi kebijaksanaan dan kepuasan terhadap yang ia rasakan.<sup>44</sup>

Bentuk landasan terbentuknya ketenangan jiwa merujuk pada salah satu tahapan bimbingan sebagai bagian konseling yang di gagas oleh imam Al-Ghazali dari kitab Tazkiyatun nafs sebagaimana di kutip oleh M.Fahli Zatrachadi bahwa terdapat tiga fase seperti Takhalli, Tahalli, Tajalli.<sup>45</sup> Dari ketiga tahap tersebut terdapat beberapa unsur kajian di dalamnya, adapapun penjelasannya sebagai berikut:

<sup>44</sup> Mujahidah, *Aspek Kecerdasan Spiritual Dalam Al-Qur'an* (Pekalongan: Penerbit NEM, 2022). 10-11

<sup>45</sup> Zatrachadi Fahli, Darmawati, Nurjannah Siti Nur Annisa, “Penarikan Konsep Konseling Islam dalam Pemulihan Jiwa dari Pandangan Imam Al-Ghazali” *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman* Vol.19, No.2, (Juli – Desember 2020), 172

### 1) Takhalli

Fase takhalli menurut Imam Al-Ghazali adalah proses pengosongan diri dari sifat-sifat tercela, seperti riya, sombong, marah, cinta dunia, dan kecemasan hati. Jiwa dibersihkan dari kotoran moral agar siap menerima cahaya ilahi. Dengan cara tidak menyerah pada setiap keinginan, tidak menuruti nafsu secara berlebihan tetapi juga tidak mematikannya, melakukan sesuatu dengan segala porsinya sehingga tidak hanya bernaung terhadap kehidupan duniawi.

### 2) Tahalli

Fase tahalli adalah menghiasi jiwa dengan akhlak terpuji dengan mengisi kebiasaan buruk dengan kegiatan yang bernilai positif seperti, sabar, tawakal, syukur, dan ikhlas. Setelah hati dibersihkan, ia perlu diisi dengan nilai-nilai ketuhanan agar menjadi tenang.

### 3) Tajalli

Fase tajalli adalah terbukanya nur ilahi dalam hati seseorang mencapai makrifat dan merasakan kehadiran Allah secara mendalam.

Jiwa menjadi bersinar karena terhubung langsung dengan sumber ketenangan sejati. Pada tahap tahalli, dapat dilakukan melalui kesibukan hati dalam mengingat dan berdzikir kepada Allah, maka secara alami anggota tubuh turut bergerak dan bersenandung dzikir sebagai manifestasi dari kekhusyukan batin.

#### 4. Lansia

##### a. Definisi Lansia

Lansia atau lanjut usia merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Di Indonesia, Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia menetapkan bahwa lansia adalah mereka yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih.<sup>46</sup> Lanjut usia di tandai dengan perubahan dari segi fisik yakni kulit semakin keriput, fungsi organ semakin menurun dan mudahnya terjangkit penyakit. Hurlock (1980) mengemukakan bahwa tahap lansia adalah fase kehidupan yang ditandai dengan menurunnya kemampuan fisik serta adanya perubahan dalam kehidupan sosial dan emosional.<sup>47</sup>

##### b. Karakteristik Lansia

Masa lanjut usia merupakan tahap kehidupan yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial. Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami perubahan alami yang mempengaruhi cara mereka beradaptasi dengan lingkungan dan menjalani kehidupan sehari-hari. Adapun kriteria lansia meliputi beberapa bentuk seperti fisik, psikologis, sosial dan spiritual yang dapat

<sup>46</sup> Wilar.M.M, Pati. B. Agustin, Pangemnanan. E.S, “Peran Pemerintah Desa Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia Di Desa Lowian Kecamatan Mesan Kabupaten Selatan” Jurnal Governance 1, no.2 (2021) 2  
<file:///Users/mac/Downloads/alfonkimbal,+Meisita+M.Wilar.pdf>

<sup>47</sup> Rahmadani, Z., Putri, I. Y., & Yarni, L, “Perkembangan Usia Lanjut.” Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Komuni (Jupendis) 2, no.4, (2024): 39-50.

menunjukkan akan kondisi serta kelebihan dan kekurangan dalam lansia, sebagai berikut:

#### 1) Fisik

Dalam fase lansia tentunya terdapat fase penurunan yang dirasa sangat wajar yang akan dialami oleh beberapa setiap individu lansia. Tingkat penurunan ini berupa berkurangnya fungsi organ tubuh seperti mengalami penurunan visual, perubahan postur, penurunan kekuatan otot, timbulnya penyakit seperti hipertensi, diabetes, kecapekan berlebihan, pandangan semakin menurun, dll.<sup>48</sup>

Bentuk keutuhan aspek fisik atau fisiologis ini menjadi tombak atau tolak ukur akan status fungsional lansia. Semakin baik status kesehatan pada lansia maka semakin rendah status fungsional pada lansia yang menyebabkan terbentuknya kemandirian dalam beraktivitas sehingga terwujudnya ketenangan jiwa pada lansia itu sendiri.<sup>49</sup>

#### 2) Psikologis

Secara psikologis, fase lansia adalah fase mengalami perubahan bersifat ilmiah, perubahan ini tidak hanya berfokus pada fisik namun hal ini dipengaruhi melalui adanya perubahan kognitif dan emosional. Dalam perubahan kognitif berkaitan dengan daya

<sup>48</sup> Ramadhani Rezky Atika, Munawwarah Muthiah, Maratis Jerry, “hubungan fungsi kognitif dan keseimbangan pada lansia dengan mild cognitive impairment.” Jurnal ilmiah fisioterapi (JIF) 04, no. 2 (Agustus 2021): 28 <file:///Users/mac/Downloads/1864-Article%20Text-6872-1-10-20210909.pdf>

<sup>49</sup> Yazlina, Maydaliza, Srimutia Rada, “Aspek Fisik dan Psikososial terhadap status Fungsional pada Lansia. (Universitas Perintis Indonesia, 2021), 72

ingat dan kemampuan berpikir, hal ini juga menjadi acuan dasar terbentuknya penurunan akan tingkat emosional lansia seperti merasakan cemas, stress, perasaan kesepian, penurunan percaya diri.

### 3) Kognitif

Kognitif adalah proses mental yang berpengaruh pada sistem kinerja otak yang berfokus pada proses seseorang dalam hal memahami, mengalami, memperoleh, mengolah dan menyimpan informasi secara signifikan. Pada fase lansia aspek kognitif menjadi hal yang perlu diperhatikan dimana terjadinya akan penurunan fungsi otak dimana lansia tidak mengingat pengalaman masalah lalu, terganggunya pusat persarafan, dan intelegensi.<sup>50</sup>

### c. Permasalahan Lansia

Menurut Suardiman, Kuntjoro, dan Kartinah, individu lanjut usia rentan menghadapi sejumlah tantangan dalam kehidupan. Berikut adalah masalah-masalah umum yang sering dihadapi oleh mereka:

#### 1) Masalah Kesehatan

Seiring bertambahnya usia, masalah kesehatan juga cenderung meningkat. Individu lanjut usia sering mengalami penurunan kemampuan fisik dan menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit. Penurunan kemampuan fisik dapat terlihat dari berkurangnya kekuatan otot, menurunnya ketajaman penglihatan dan

<sup>50</sup> Ramadhani Rezky Atika, Munawwarah Muthiah, Maratis Jerry, “hubungan fungsi kognitif dan keseimbangan pada lansia dengan mild cognitive impairment.” Jurnal ilmiah fisioterapi (JIF) 04, no. 2 (Agustus 2021): 28 <file:///Users/mac/Downloads/1864-Article%20Text-6872-1-10-20210909.pdf>

pendengaran. Misalnya, banyak lansia yang mengalami hipertensi, diabetes mellitus, rematik, atau gangguan persendian yang menghambat aktivitas sehari-hari. Selain itu, penurunan kesehatan juga berdampak pada kondisi psikologis lansia, seperti mudah merasa lelah, cepat cemas, dan rentan mengalami stres akibat keterbatasan fisik yang dialami. Oleh karena itu, perhatian terhadap kesehatan fisik dan psikis lansia sangat penting agar mereka tetap dapat menjalani masa tua dengan tenang, sehat, dan bermakna.

## 2) Masalah Psikososial

Isu psikososial meliputi faktor-faktor yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan, yang berpotensi membawa individu lanjut usia pada kemunduran yang progresif, terutama dalam aspek psikologis seperti kebingungan, kepanikan, depresi, dan apatis. Hal ini biasanya dipicu oleh stres psikososial yang signifikan, seperti kehilangan pasangan hidup, meninggalnya anggota keluarga dekat, atau trauma psikologis yang berat.

## 3) Masalah Ekonomi

Lanjut usia kerap kali ditandai dengan penurunan produktivitas kerja, serta transisi ke masa pensiun atau berhenti dari pekerjaan utama. Di sisi lain, mereka yang telah memasuki usia lanjut harus menghadapi peningkatan kebutuhan, seperti asupan nutrisi yang baik, pemeriksaan kesehatan yang rutin, serta kebutuhan sosial dan rekreasi. Lansia yang menerima dana pensiun atau

biasanya memiliki keadaan ekonomi yang lebih stabil berkat penghasilan tetap yang diterima setiap bulan. Sebaliknya, lansia yang tidak memiliki penghasilan tetap akan cenderung bergantung pada bantuan dari keluarga.

#### 4) Masalah Sosial

Memasuki tahap lanjut usia seringkali disertai dengan berkurangnya interaksi sosial, baik dengan keluarga maupun masyarakat sekitar. Minimnya interaksi ini dapat menimbulkan perasaan kesepian dan kadang-kadang memicu perilaku agresif, seperti menangis tiba-tiba, menarik diri dari pergaulan, serta bersikap seperti anak-anak ketika berhadapan dengan orang lain.

#### d. Fungsi Lansia dalam penelitian

Dengan memahami perkembangan serta karakteristik lansia, hal ini dapat mempengaruhi pengetahuan individu mengenai kebutuhan dan perkembangan yang diperlukan oleh kelompok usia tersebut. Penting untuk memberikan perhatian khusus kepada lansia, mengingat adanya penurunan dalam tingkat psikis dan fisik yang dapat berdampak jangka panjang bagi mereka. Dalam penelitian ini, lansia berfungsi sebagai subjek penelitian, yang berarti mereka adalah individu yang memberikan sumber data dan menjadi dasar penerapan hasil penelitian. Tanpa adanya subjek, penelitian tidak akan menghasilkan data yang akurat. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas dan merupakan Jemaah *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa



Rejeni. Penelitian ini juga akan mendalami tingkat ketenangan jiwa pada lansia sebagai fokus utama. Lansia sebagai subjek memiliki peran yang sangat penting dalam penelitian dan kajian. Lansia tidak hanya memberikan data dan informasi, tetapi juga perspektif yang berharga yang dapat membantu dalam pengembangan kebijakan dan intervensi yang lebih baik untuk meningkatkan kesejahteraan mereka. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang lansia, masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung bagi kelompok usia ini.

## **5. Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah***

### **a. Definisi *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah***

Thoriqoh adalah suatu aliran yang sebenarnya sudah ada sejak zaman Nabi Muhammad SAW menjadi seorang rasul. Adanya *thoriqoh* ini ada pada Sejarah menunjukkan bahwa sebelum diangkat sebagai rasul, Nabi Muhammad telah sering melakukan *tahannuts* dan *khalwat* di Gua Hira, di samping untuk menjauhkan diri dari komunitas Makkah yang sedang terjebak dalam keinginan nafsu. Tujuan dari praktik menyepi dan menyendiri untuk beribadah (*tahannust*) dan menjauhkan diri dari kesibukan duniawi demi fokus beribadah. (*khalwat*) yang dilakukan oleh Nabi Muhammad saw adalah untuk menenangkan jiwa serta menyucikan hati dari berbagai permasalahan dunia. Proses *khalwat* yang dilakukan Nabi Muhammad tersebut kemudian dikenal dengan nama *thoriqoh* atau tarekat. Thoriqoh adalah suatu metode yang

diambil oleh seorang *salik* atau seseorang yang mendalami akan tasawuf dengan tujuan menyucikan jiwanya.

Metode ini *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* adalah sebuah aliran spiritual dalam Islam yang mengintegrasikan ajaran dari dua tarekat besar, yaitu *Qodiriyah* yang didirikan oleh Syekh Abdul Qodir al-Jailani (w. 561H/1166 M) dan *Naqsabandiyah* yang diasaskan oleh Syekh Baha Al-din Al-Naqsabandi asal dari Turkistan lahir pada abad (w. 1399 M di Bukhara).<sup>51</sup> Berkembangnya Tarekat ini di Nusantara di pelopori oleh salah satu ulama besar dari mekkah yang bernama Syekh Ahmad Khathib ibn Abdul Ghaffar Al-Sambasi yang merupakan seorang imam besar di masjid Al-Haram di Mekkah. Beliau asalnya dari sambas nusantara yang lahir hingga wafat menetap satu wilayah yakni di Mekkah tahun 1878. Namun hal ini tidak sampai dengan wilayah nusantara tentunya juga berkembang di daerah wilayah jawa. Adapun berkembang di Mranggen di pimpin oleh KH. Muslih, Rejoso, Jombang di kembangkan dan di pimpin oleh KH. Mustain Romly, Pagentongan Bogor di pimpin oleh Kyai Tohir Falak, Suralaya di bawah pimpinan oleh KH. Shohibul Wafa Tajul Arifin (Abah anom), Adapun silsilah tarekat jawa timur yang dibawakan oleh KH. Mustain

---

<sup>51</sup> Rokhman Miftakhul, "Sejarah Perkembangan Toriqoh Wa Naqsabandiyah di Jawa Timur, Pada Masa Kepemimpinan Mursyid KH. Mustain Romly 1958-1954" *Avatar e Journal Pendidikan sejarah* 5, no. 3, (2017): 908-917  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/avatare/article/view/20889/19160>

Romly yang memiliki silsilah yakni berasal dari jalur Ahmad Hasbullah.<sup>52</sup>

Tarekat ini bertujuan untuk memberikan wadah bagi para jamaah dalam mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui praktik-praktik spiritual yang mendalam dan terstruktur. Dalam thoriqoh ini, pengamalan ajaran spiritual dilakukan melalui berbagai ibadah sunnah, seperti sholat sunnah Tasbih, Sholat Subuhul Iman, Sholat Hajat, dan Sujud Syukur. Ibadah-ibadah ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah, tetapi juga sebagai bentuk aktualisasi diri yang dapat meningkatkan kualitas spiritual dan mental individu. Selain itu, dzikir menjadi salah satu pilar utama dalam praktik *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*.

Dzikir dalam thoriqoh ini dilakukan dalam dua bentuk, yaitu dzikir sir (dzikir hati) dan dzikir *jahr* (dzikir yang dilafalkan secara langsung/lisan) serta dilengkapi tawasuul kepada nabi Muhammad dan keturunannya Syeah Abdul Qodir Al jailani beserta pengikutnya muslimin dan muslimat. Melalui dzikir, para pengikut diharapkan dapat merasakan kehadiran Allah dalam setiap aspek kehidupan mereka, yang pada gilirannya dapat membawa ketenangan batin dan kedamaian jiwa. Praktik-praktik dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* tidak hanya bermanfaat bagi individu dalam konteks spiritual, tetapi juga memiliki dampak positif yang signifikan bagi lansia. Dalam fase

---

<sup>52</sup> Miftakhul Rokhman, hal 913

kehidupan ini, banyak individu yang mencari makna dan tujuan, dan thoriqoh ini memberikan ruang bagi mereka untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi diri secara optimal. Melalui pengamalan ibadah dan dzikir, lansia dapat merasakan kedamaian, mengurangi stres, dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Secara ilmiah, penelitian menunjukkan bahwa praktik spiritual, termasuk dzikir dan ibadah, dapat berkontribusi pada kesehatan mental dan emosional.

Aktivitas spiritual dapat meningkatkan rasa keterhubungan sosial, mengurangi kecemasan, dan memberikan rasa tujuan yang lebih dalam. Oleh karena itu, *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* tidak hanya berfungsi sebagai jalur spiritual, tetapi juga sebagai sarana untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan emosional, terutama bagi lansia yang sering kali menghadapi tantangan dalam fase kehidupan mereka. Dengan demikian, *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* menjadi sebuah jalan yang tidak hanya mengajarkan pengamalan ajaran spiritual yang mendalam, tetapi juga memberikan manfaat yang luas bagi individu dan masyarakat, terutama dalam konteks kesehatan mental dan spiritualitas.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian**

Sehubungan dengan penelitian ini, pendekatan yang diterapkan adalah pendekatan kualitatif. Dalam penelitian, pendekatan kualitatif dipahami sebagai suatu metode yang mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi, di mana peneliti berperan sebagai validasi untuk mengumpulkan dan menganalisis data yang diperoleh. Menurut sugiyono dalam hal ini peneliti berperan sebagai alat atau instrumen yang memadai dengan memiliki fungsi sebagai penentu dan input akan fokus penelitian, informan sebagai sumber data, dan menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuan yang diperoleh serta menilai dan menganalisis akan data yang diperoleh secara komprehensif.<sup>53</sup>

Bentuk jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif, terkait penelitian yang mengkaji ruang lingkup akan fenomena alamiah maupun buatan dalam bentuk aktivitas, perbedaan, hubungan, kesamaan dan perubahan yang terjadi dalam waktu tertentu. Menurut Whitney (1960) yang mana dikutip oleh Muhajirin (2024), metode deskriptif adalah pencarian akan fakta melalui interpretasi yang tepat.<sup>54</sup> Dalam penelitian ini bertujuan sebagai suatu sarana dalam memberikan representasi akan bentuk hasil kajian yang diteliti yang berkaitan dengan bentuk penerapan dzikir khususiyah terhadap

---

<sup>53</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian & Pengembangan Research and Development* (Bandung:Alfabeta Bandung,2022),2-693.

<sup>54</sup> Muhajirin, Risnita, Asrulla, "Pendekatan Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Serta Tahapan Penelitian," *Journal Genta Mulia* 15, no.1 (2024): 82-92, <file:///Users/mac/Downloads/11+GM+82-92.pdf>

ketenangan jiwa pada lansia dalam majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

## **B. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni, tempat lokasi di Masjid Nurul Huda Rejeni yang bertempat di Jln. Raya Rejeni No.29, Pakem, Rejeni, Kec. Krembung, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Tujuan dalam memilih penelitian ini, peneliti menemukan permasalahan yaitu, peneliti telah menemukan permasalahan menurunnya aspek ketenangan jiwa pada lansia, dengan ini peneliti menemukan permasalahan tersebut dalam lingkup masyarakat Desa Rejeni. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut dalam bentuk penelitian yang akan diteliti. Dalam hal ini peneliti memperkuat penelitian melalui observasi, wawancara dan dokumentasi oleh beberapa pihak yang bersangkutan yakni bapak basuki selaku khalifah serta beberapa jamaah thoriqoh qodiriyah naqsabandiyah Desa Rejeni.

## **C. Subyek Penelitian**

Dalam penelitian tentunya membutuhkan akan pusat data dan informasi yang bersifat konkrit dan relevan. Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*, teknik pengambilan sampel ini melalui pertimbangan berupa kriteria tertentu. Dalam subyek penelitian ini merupakan individu yang terlibat dalam lembaga atau instansi terkait. Subyek penelitian dalam penelitian ini, adapun sebagai berikut:

### 1. Khalifah

Seorang guru majelis yang bernaung di setiap lingkup majelis yang berdiri dalam setiap desa dan juga merupakan seorang yang diutus oleh mursyid dalam mengembangkan ajaran *Thoriqoh Qodiriyah wa Nasabandiyah* dalam setiap lingkup desa. Dalam hal ini bapak Basuki Mufthi selaku khalifah yang bernaung di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Nasabandiyah* Desa Rejeni.

### 2. Jemaah *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*

Sekelompok orang yang menjadi pengikut dan pengamalan di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*. Jemaah yang menjadi narasumber yakni Ibu Nurul, Sholikah, Bapak Suparman dan Hasyim, yang memiliki kesenjangan umur yang berbeda.

Dalam subyek penelitian ini, peneliti memilih subyek lansia yang berusia berkisar 60 tahun keatas yang mana segenap anggota Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* merupakan lansia.

### D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pelaksanaan penelitian, pengumpulan informasi dan data yang akurat sangat penting untuk mengembangkan dan memahami objek yang akan dikaji. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategi dalam penelitian, karena tujuan utama dalam penelitian adalah mendapatkan data.<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup> Dr. H. Zuchri Abdussamad, S. M. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Syakir Media Press.

Oleh karena itu, diperlukan kerjasama dengan instansi dan pihak terkait yang relevan untuk memperoleh informasi yang mendalam dan komprehensif. Data yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut akan memberikan landasan yang kuat bagi penelitian, serta membantu peneliti dalam menganalisis fenomena yang diteliti. Dengan demikian, kolaborasi dengan berbagai pihak akan memperkaya perspektif dan meningkatkan validitas hasil penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan tiga teknik pengambilan data yakni observasi, wawancara, dan dokumentasi, adapun penjelasannya sebagai berikut:

#### 1. Observasi

Bentuk memahami dan mengambil akan keabsahan data perlu adanya tindakan pengamatan secara langsung sebagai bentuk upaya dalam memahami akan konteks suatu objek kajian. Nasution (1988) menyatakan bahwa observasi merupakan suatu dasar akan semua ilmu pengetahuan.<sup>56</sup>

Adapun manfaat dari adanya observasi yakni dapat mengetahui fakta secara aktual terkait objek penelitian yang menumbuhkan akan perspektif dan cara pandang secara nyata dan general serta memberikan pengalaman secara langsung bagi peneliti. Dalam penelitian ini menggunakan observasi partisipan dengan peneliti mengamati kegiatan secara langsung dan terlibat aktivitas atau kegiatan di dalamnya. Dalam hal ini observasi awalan yang dilakukan oleh peneliti yakni berkaitan dengan mengamati secara langsung akan bentuk penerapan dzikir khususiyah dalam Majelis

---

<sup>56</sup> Sugiyono, P. D. (2022). *Metode penelitian & pengembangan Research and Development*. Bandung : ALFABETA,cv. .



*Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni. Bentuk observasi ini yakni pertama, peneliti mengamati bagaimana bentuk penerapan dzikir khususiyah, mengamati bagaimana bentuk pengamalan dzikir jahr dan dzikir lisan yang merupakan bagian dari dzikir khususiyah, kedua, peneliti mengamati bagaimana dampak bagi aspek ketenangan jiwa pada anggota saat selesai melakukan penerapan dzikir khususiyah. Ketiga peneliti mengamati bagaimana bimbingan bapak Basuki Mufthi selaku pimpinan thoriqoh kepada anggota Jemaah dalam memberikan ketenangan jiwa pada lansia.

## 2. Wawancara

Penelitian ini membutuhkan informasi data verbal yakni berupa ulasan dan kata-kata dari informan terkait. Wawancara adalah bentuk percakapan lisan antara dua orang atau lebih dengan tujuan tertentu. Peneliti menggunakan wawancara secara terstruktur melalui instrumen wawancara berupa pertanyaan sesuai dengan konteks penelitian kepada informan terkait. Penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur dengan menggabungkan pertanyaan terbuka yang telah di susun sebelumnya, namun pewawancara tetap memiliki kebebasan untuk mengembangkan pertanyaan lanjutan sesuai dengan konteks jawaban narasumber. Dalam kriteria informan peneliti memilih dengan karakteristik informan sesuai dengan objek yang dipilih yaitu kepada lansia sebagai jemaah *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* serta kepada mursyid

selaku pimpinan yang mengetahui adanya perkembangan akan lansia di dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*

### 3. Dokumentasi

Tahap dokumentasi merupakan tahap yang pengambilan data kepada informan yang sudah ada dalam bentuk tertulis, gambar, audio, atau digital guna mendukung analisis dalam penelitian. tujuan dari dokumentasi merupakan sebagai bukti penelitian yang telah dilakukan dengan memiliki dengan memiliki unsur informasi secara actual di dalamnya dan data ini bersifat valid. Adapaun data dokumentasi dalam penelitian ini mencakup sejarah majelis, struktur kepengurusan majelis, gambaran kegiatan penelitian serta informasi terkait bentuk penerapa dzikir khusuiyah di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

### E. Analisi Data

Analisis data merupakan tahap mencari dan menyusun secara sistematis data yang didapatkan dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi yang mana dalam hal ini digunakan untuk meringkas data yang dapat meningkatkan pemahaman peneliti atas subjek yang diteliti sehingga penelitian ini lebih mudah dipelajari dan di uji. Menurut Miles dan Huberman yang dikutip oleh Qommarudin, Sa'diyah (2024) analisis data terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan yaitu kondensasi data, penyajian

data dan, kesimpulan/verifikasi.<sup>57</sup> Adapun beberapa kegiatan pada analisis data, sebagai berikut:

### 1. Kondensasi data

Kondensasi data merupakan tahap awal dalam proses analisis, yang mencakup kegiatan pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, abstraksi, serta transformasi data dari catatan lapangan atau transkrip wawancara. Pada tahap ini, peneliti perlu memilah antara data yang relevan dan tidak relevan, serta memusatkan perhatian pada data yang berkaitan langsung dengan fokus penelitian.

### 2. Penyajian Data

Penyajian data merupakan proses penyusunan informasi yang memberi kemungkinan adanya kesimpulan dalam penelitian kualitatif, penyajian data ini dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan dan sejenisnya. Dengan penyajian data ini akan memudahkan peneliti untuk memahami masalah yang terjadi dan merencanakan tindakan selanjutnya sesuatu dengan yang sudah dipahami.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan proses terakhir dari langkah-langkah yang dilakukan diatas. Penarikan kesimpulan diambil dari data yang telah dianalisis dan data yang sudah di cek berdasarkan bukti yang didapatkan di lokasi penelitian.

---

<sup>57</sup> Qommarudin, Sa'diyah Halimah, "Kajian Teoritis tentang Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif : Prespektif Spedley, Miles dan Huberman" *Journal of Management, Accounting and Administration* 1, no.2 (2024) 81.  
<https://pub.nuris.ac.id/journal/jomaa/article/view/93>

## F. Keabsahan Data

Uji keabsahan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan triangulasi. Triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada.<sup>58</sup> Sehingga penelitian menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

### 1. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dapat diartikan untuk mendapatkan data sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama. Dalam pelaksanaan penelitian ini triangulasi sumber dapat dilihat melalui sumber utama dalam penelitian ini meliputi *khalifah* sebagai pembimbing majelis, para jemaah lansia sebagai pelaku dzikir khususiyah. Dari lima narasumber memaparkan bahwasannya sebelum melakukan kegiatan dzikir telah mengalami kecemasan, serta stress yang dialami diakrenakan adanya tidak ketidak percayaan akan ketermudahan dalam berkehidupan dan disertai bukti pendukung berupa data dokumentasi kegiatan majelis seperti jadwal dzikir, catatan kehadiran, serta foto-foto pelaksanaan kegiatan.

---

<sup>58</sup> Nurfajriani Vera Wiyanda, Ilhami Wahyu Muhammad, Mahendra Arivan, "Triangulasi Data Dalam Analisis Data Kualitatif" Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan 10. No. 17 (September 2024) 827. <file:///Users/mac/Downloads/7892-Article%20Text-25119-1-10-20241014.pdf>

## G. Tahap – Tahap Penelitian

Sebelum memperoleh hasil yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan, suatu penelitian perlu dilakukan melalui serangkaian tahapan yang sistematis dan terencana. Dalam bagian ini, peneliti akan memaparkan secara runtut tahapan-tahapan yang dilalui dalam melaksanakan penelitian ini, adapun hal ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

### 1. Membangun kerangka konseptual

Membuat kerangka konseptual melalui adanya observasi awal yang dilakukan oleh peneliti dan mencatat temuan yang ada di lapangan yakni tentang penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

### 2. Merumuskan permasalahan penelitian

Merumuskan permasalahan penelitian sesuai dengan fokus fenomena yang diteliti yakni berkaitan dengan bentuk penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni. Perumusan masalah ini diawali dengan adanya penurunan aspek ketenangan jiwa pada lansia yang berdampak pada psikis dan fisik lansia, sehingga dari adanya fenomena tersebut peneliti menarik untuk mengambil dua fokus permasalahan

### 2. Pemilihan Sampel

Pemilihan sampel ditentukan sesuai dengan karakteristik tertentu dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan

menggunakan purposive sampling (penentuan sampel dengan kriteria tertentu) yakni peneliti mengkaji pada lansia yang dimana merupakan bagian dari subjek penelitian. Sampel penelitian meliputi khalifah, lansia sebagai jemaah Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* untuk mengetahui akan bentuk penerapan dzikir khususiyah terhadap pembentukan ketenangan jiwa di desa rejeni.

### 3. Instrumentasi

Instrumen yang digunakan oleh peneliti yakni berupa observasi, wawancara dan dokumentasi sesuai dengan fokus kajian penelitian. Bentuk instrumen yang digunakan oleh peneliti dalam menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, analisis data, menafsirkan data, dan membuat kesimpulan secara keseluruhan.

### 4. Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti melalui adanya beberapa tahap, diantaranya:

#### 1. Observasi

Observasi yang dilakukan di desa rejeni dengan tujuan mengetahui permasalahan atau fenomena apa yang terjadi di Desa Rejeni, dan peneliti menemukan adanya permasalahan berkaitan dengan kenaikan kecemasan, stres yang berdampak pada ketenangan jiwa terkhusus pada lansia.

## 2. Wawancara

Peneliti melakukan wawancara dengan tujuan agar peneliti mendapatkan informasi terkait:

- a. ☐ Apakah benar Sebutan dzikir yang ada di thoriqoh naqsabandiyah desa rejeni itu adalah dzikir khususiyah? bisa dijelaskan bentuk isi dari dzikirnya?
- b. Bagaimana ☐ tata tertib dzikir penerapan khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*?
- c. Apakah terdapat perubahan dzikir khususiyah terhadap tingkat kecemasan dan stress dalam lansia.

Wawancara ini dilakukan dalam bentuk wawancara secara terstruktur kepada mursyid beserta jemaah *thoriqoh*.

## 5. Analisis Data

Peneliti mengelola dan menganalisis terkait hasil observasi

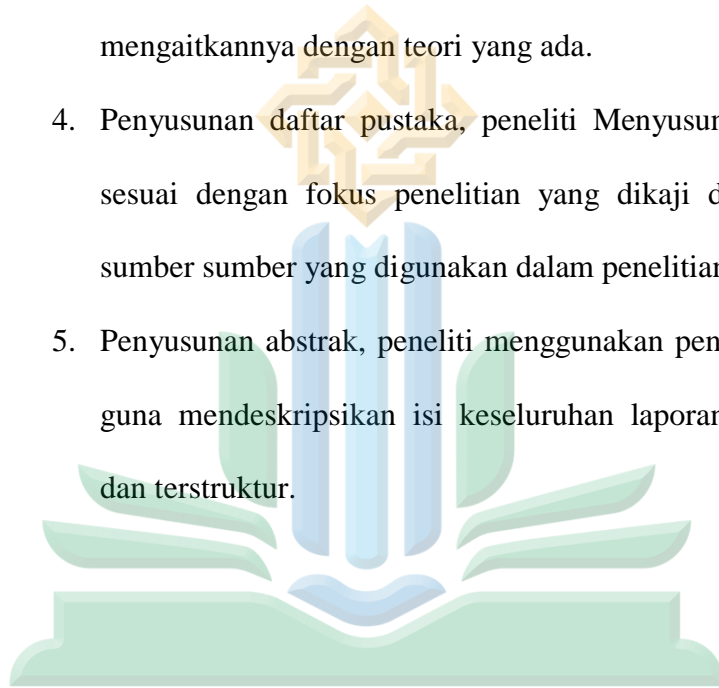
dan wawancara yang dilakukan sehingga mendapatkan hasil yang relevan dengan fokus penelitian yang ada.

## 6. Penulisan Laporan Penelitian

1. Peneliti menulis laporan sesuai dengan data yang ditemukan dan dikaji mencakup semua hasil penelitian, analisis data, temuan dan kesimpulan.
2. Mengkaji hasil peneliti, mengkaji hasil yang diteliti dengan memastikan bahwa kesimpulan beserta temuan yang mendukung akan fokus penelitian berkaitan dengan penerapan

dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia di  
Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni  
Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

3. Penyusunan kesimpulan, peneliti melakukan penyimpulan akhir berdasarkan temuan penelitian, menjawab fokus penelitian, dan mengaitkannya dengan teori yang ada.
4. Penyusunan daftar pustaka, peneliti Menyusun daftar pustaka sesuai dengan fokus penelitian yang dikaji dan semua akan sumber sumber yang digunakan dalam penelitian.
5. Penyusunan abstrak, peneliti menggunakan penyusunan abstrak guna mendeskripsikan isi keseluruhan laporan secara singkat dan terstruktur.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R



## BAB IV

### PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

#### A. Gambaran Obyek Penelitian

##### 1. Profil Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni

Majelis *thoriqoh* Desa Rejeni terletak di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo. Majelis ini berkembang sejak tahun 1970 an yaitu pada waktu sehabis penjajahan atau kemerdekaan, pendiri majelis *thoriqoh* di Desa Rejeni adalah Kyai ajmain sholeh dan kyai arip, beliau merupakan salah satu murid dari mbah kyai romli jombang. Di waktu kedua tokoh tersebut masih menjabat sebagai murid dari mbah yai romli dan atas ijazah dari mbah yai romli jombang beliau diutus untuk mendirikan Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* sebagai bentuk wadah bagi masyarakat dalam mengembangkan spiritualitas dalam individu terkhusus bagi lansia di Desa Rejeni tempat beliau tinggal.<sup>59</sup>

Dahulu pengikut berjumlah ratusan dan pusat *thoriqoh* wilayah kecamatan krembung berpusat di Desa Rejeni. Namun selepas itu terdapat kasus sekitar tahun 1977-an dari adanya sang tokoh *thoriqoh* Desa Rejeni mengalami keterlibatan politik sehingga terjadinya perpecahan dalam majelis. Bermula dari keikutsertaan pendiri majelis dalam suatu partai politik, yang kemudian menimbulkan kesalahpahaman di kalangan anggota. Kesalahpahaman tersebut muncul akibat perbedaan dalam menafsirkan dan memahami tujuan serta motif keterlibatan pendiri dalam

---

<sup>59</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

kegiatan politik, sehingga pada akhirnya memicu ketegangan dan perpecahan di antara anggota majelis.

Dari kejadian tersebut menimbulkan tidak stabilnya akan jumlah anggota pengikut thoriqoh. Namun, dalam beberapa waktu terakhir partisipasi anggota dalam kegiatan thoriqoh menunjukkan pemulihan yang semakin membaik. Dalam majelis tersebut terdapat dua tokoh masyarakat yang berperan sebagai khalifah, yang secara aktif memimpin jamaah dalam menjalankan seluruh kegiatan keagamaan dan spiritual majelis. Dalam periode tahun ini thoriqoh di lanjut dan dikembangkan oleh salah satu pemuka agama di Desa Rejeni yakni bapak basuki mufthi yang kini menjadi kyai besar di Desa Rejeni serta sebagai pimpinan thoriqoh Desa Rejeni. Dalam hal ini terdapat anggota thoriqoh, bapak arif yang membantu bapak Basuki dalam menjalankan dan mengatur kegiatan majelis.

## **2. Tujuan Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah***

Berdirinya majelis thoriqoh di Desa Rejeni menjadikan salah satu alasan berkembangnya kegiatan keagamaan di Desa Rejeni. Bentuk dari berdirinya kegiatan ini dengan tujuan yakni menjadi suatu wadah bagi masyarakat dalam mengembangkan spiritualitas, menyucikan diri dan hati, meneladani nabi secara lahir dan batin serta mendekatkan diri kepada Allah SWT.

### 3. Struktur Kepengurusan Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* (TQN) Desa Rejeni

Struktur organisasi Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* (TQN) desa rejeni adalah sebagai berikut:

- a. Mursyid : Dr. KH. Mujib Mustain, SH, M.Si (cucu kyai Mustain Jombang)
- b. Pimpinan thoriqoh Desa Rejeni : Basuki Mufthi dengan dibantu salah satu anggota yakni jumlah anggota Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* yang aktif dalam kegiatan thoriqoh saat ini sebanyak (sembilan) orang, dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 2.2**  
**Data Umur Anggota Majelis TQN Desa Rejeni Kecamatan Krembung**  
**Kabupaten Sidoarjo**

NO.	NAMA	UMUR
1.	Bu Hj. Nurul	65 tahun
2.	Bu Hj. Sholikah	73 tahun
3.	Bu Sriami	65 thun
4.	Bu Hj. Sumisrah	73 tahun
5.	Bu Jumiroh	60 tahun
6.	Bu Eni	60 tahun
7.	Bu Nadhiroh	45 tahun
8.	Pak Hasyim.	90 tahun
9.	Pak Suparman	60 tahun

## B. Penyajian Data dan Analisis

Penyajian data dalam penelitian ini disusun secara runtut dan sistematis, serta dilengkapi dengan analisis yang mendalam. Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui tiga metode utama observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penyajian data disusun berdasarkan fokus utama penelitian, yaitu:

### 1. Penerapan Dzikir Khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo

Pada tahap ini, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data untuk memperoleh informasi yang relevan dan spesifik sesuai dengan fokus penelitian. Data yang telah dikumpulkan pada tahap ini kemudian disajikan dan diarahkan pada fokus utama penelitian. Bentuk informasi yang diperoleh dianalisis secara mendalam guna menghasilkan temuan secara akurat. Dari hasil temuan melalui wawancara mengenai proses penerapan dzikir khususiyah di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni menjadi suatu metode yang diterapkan oleh jemaah thoriqoh dan di pimpin oleh seorang mursyid. Tujuan majelis thoriqoh adalah membentuk wadah yang dapat dikembangkan untuk masyarakat, khususnya bagi lansia, dalam mengaktualisasikan diri dan meningkatkan spiritualitas sehingga menumbuhkan ketenangan jiwa pada individu.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti merumuskan beberapa poin sebagai acuan akan proses penerapan dzikir khususiyah dalam meningkatkan ketenangan jiwa pada lansia di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

a. Proses penerapan dzikir khususiyah di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*

Proses merupakan serangkaian tahapan yang berlangsung secara berurutan dan sistematis guna mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks ini, kegiatan dzikir khususiyah merupakan bagian dari proses spiritual yang dijalankan dengan sistem berkelompok maupun individu dalam suatu kelembagaan, yang berfungsi sebagai wadah untuk membentuk dan memperkuat akan ketenangan jiwa. Hal ini bertujuan agar individu, khususnya lansia, dapat menjalani sisa usia dengan penuh makna, ketenangan, dan kedamaian batin.

Pelaksanaan penerapan dzikir khususiyah dalam majelis *thoriqoh* dilaksanakan secara rutin dalam jangka waktu tertentu.

Adanya kegiatan ini dicanangkan agar dapat mempermudah jemaah terkhusus pada lansia, proses yang diterapkan menjadikan suatu kegiatan yang aktif diikuti oleh anggota jemaah *thoriqoh*. Hal ini disampaikan langsung oleh bapak basuki selaku pimpinan *thoriqoh* Desa Rejeni bahwa:

“berjalanya *thoriqoh* ini dengan tujuan agar dapat memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk menumbuhkan kedekatan diri kepada allah sehingga mencapai kehidupan yang damai

tentram dan tentunya dapat membentuk ketenangan jiwa dan hati”<sup>60</sup>

Mengingat pentingnya kegiatan ini sebagai upaya dalam menciptakan ketenangan jiwa bagi para lansia, pak Basuki selaku pimpinan majelis merancang jadwal khusus yang diperuntukkan bagi anggota jemaah thoriqoh. Kegiatan ini bersifat rutin, kolektif, serta spiritual-edukatif, dan pelaksanaannya didukung oleh dokumen resmi berupa jadwal kegiatan thoriqoh, khususnya yang berkaitan dengan dzikir khususiyah di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsyabandiyah* Desa Rejeni:

**Gambar 2.3**  
**Data Jadwal kegiatan Majelis TQN Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo**

Waktu	Kegiatan	Keterangan
14.00 – 14.05 WIB	Pembukaan	Sambutan dan pengarahan singkat oleh salah satu ustadz
14.05 – 14.15 WIB	Shalat Sunnah Berjama'ah	Pelaksanaan shalat sunnah secara berjamaah, dipimpin oleh salah satu ustadz
14.15 – 14.25 WIB	Istighosah Bersama	Membaca doa-doa permohonan dan istighfar secara berjamaah
14.25 – 14.40 WIB	Dzikir Khususiyah Bersama	Dzikir jahr dan sirr sesuai amalan <i>thoriqoh</i> , dibimbing oleh kedua ustadz
14.40 – 14.50 WIB	Mauidhoh Hasanah	Penyampaian nasihat keagamaan/spiritual oleh salah satu ustadz
Menjelang Ashar	Penutup & Persiapan Shalat Ashar	Doa penutup dan persiapan untuk shalat Ashar berjamaah

<sup>60</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

Satu bulan sekali	Suluk	Kegiatan <i>thoriqoh</i> dengan di hadiri oleh mursyid dan bertempat di kediaman mursyid
Satu tahun sekali	Peringatan nisfu sya'ban	Kegiatan membaca al qur'an dan kegiatan keagamaan lainnya
	peringatan haul syekh Abdul Qodir al Jailani	Ritual keagamaan untuk memperingati hari kematian syekh Abdul Qodir al Jailani
	peringatan haul kyai Romli dan kyai mustain	Ritual keagamaan untuk memperingati hari kematian kyai Romli Tamim dan kyai Mustain Romly

Sesuai dengan jadwal yang tertera di atas terkait jadwal rutinan dan bentuk penerapan dzikir khususiyah yang ada di majelis thoriqoh Desa Rejeni ini dilaksanakan setiap hari minggu pada pukul 14.00 hingga 14.50 siang. Kegiatan ini dilaksanakan di Masjid Nurul Huda Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo dengan letak strategis di tengah penduduk Desa Rejeni. Kegiatan ini di pimpin oleh bapak basuki selaku pimpinan thoriqoh Desa Rejeni dan di bantu oleh bapak arif selaku pemuka masyarakat di Desa Rejeni. Kegiatan ini dimulai dari shalat sunnah berjamaah diawali dengan sholat sunnah tasbih, sholat sunnah subuhul iman, sujud syukur dan dilanjut dengan dzikir bersama berupa pembacaan istighosah, dzikir jahar dan dzikir sirr yang dilakukan individu dan dilanjutkan dengan kegiatan pendukung yakni mauidhoh hasanah oleh

pimpinan thoriqoh. Adapun informasi mengenai hal tersebut diperoleh dari bapak Basuki, melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti:

“kegiatan keseharian di majelis itu diawali dengan sholat sunnah, dari sholat sunnah tasbih, sholat sunnah tsubutil iman, sholat sunnah hajat kemudian dilanjutkan dengan sujud syukur, habis sholat itu mbk khusus dari dzikirnya itu dzikir secara lisan dan hati jadi dzikir ini dilakukan ada tingkatan nya saat pengamalannya sesuai dengan tingkatan baiat jadi dzikir ini diawali dengan istighosah bersama sama terus membaca kalimat lailahaillallah sebanyak 165 kali dan dilanjutkan dzikir di hati itu membaca kalimat allah sambil memejamkan mata sehabis itu dilanjutkan dengan mauidhoh dipimpin bapak basuki selaku pimpinan thoriqoh atau mursyid dari luar”<sup>61</sup>

Berdasarkan hasil wawancara di atas, diketahui bahwa terdapat dua bentuk kegiatan dzikir utama, disertai dengan kegiatan pendukung lainnya yang dilaksanakan dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsyabandiyah* Desa Rejeni. Bapak Basuki selaku khalifah dalam memandu para jemaah thoriqoh dalam membacakan istighosah secara bersama-sama dan dilanjutkan dengan pembacaan Bentuk jenis dzikir dalam dzikir khususiyah yakni berkaitan dengan Teknik pelafalan dan bacaan dalam dzikir itu sendiri, seperti membaca “*Astaghfirullah haladzim innahu ghofururrohimi*” sebanyak 3 kali bacaan kemudian membaca “*Allahumma sholli ‘ala sayyidina Muhammad wa ‘ala alihi wa shohbihi wa sallim*” sebanyak 3 kali bacaan seraya pelan. Dilanjut membaca *Laa ilaa ha illallah* dibaca 3 kali pelan dan dilanjutkan mengucapkan sayyidina Muhammad rasulullah sallallahu alaihi wasallam. Dzikir *qodiriyah* (dzikir lisan dilakukan dengan cara duduk sesuai tata tertib dalam melakukan ibadah yang diarahkan oleh mursyid kemudian pembacaan ini

---

<sup>61</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.



dilakukan bersama-sama dan dipimpin oleh mursyid dengan bacaan “*lailaha ha illallah*” sebanyak 165 kali dengan teknik bacaan Panjang. Dzikir *naqsyabandiyah* (dzikir hati) membaca “Allah” sebanyak 1.000 kali setiap adanya melakukan dzikir khususiyah dalam majelis *thoriqoh* dalam waktu seminggu sekali di hari minggu. Dzikir ini dilakukan setelah dzikir *jahr* (dzikir lisan) dengan posisi tempat yang berbeda dari sebelumnya (menepi) berjarak dengan anggota lainya dengan posisi duduk layaknya tasyahud akhir (*timpo ngiwo*) mata terpejam lidah di angkat ke atas langi-langit dan pikiran dan hati hanya tertuju kepada Allah semata.

Kemudian dilanjut dengan tawassul dengan tujuan membaca bacaan khusus diperuntukkan kepada para tokoh islam dan *thoriqoh*, yakni diawali dengan membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada nabi Muhammad sebanyak 100 bacaan, dilanjut Membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada syeh Abdul Qodir Aljailani 1 kali bacaan kemudian membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada muslimin-muslimat 1 kali bacaan, dilanjut membaca kalimat (Allah) sebanyak 1000 kali bacaan dan yang terkahir membaca *illahi anta maksudi waridhoka matdlubi allahi mahabataka wama ma’rifatah* 1 kali bacaan.

dengan teknik khusus yakni diawali oleh arahan dari mursyid dalam melakukan teknik yang benar dan di pimpin oleh khalifah dalam menerapkan setiap kegiatan *thoriqoh*.

“7 tingkatan mulai awal sampai dengan latifatul qalab dzikirnya “Allah” di lebur di getih, sunsum, belung itu jadi satu itu tingkatan

yang paling tinggi pandungannya ada di bawah payudara 2 nyari. Seluruh anggota tubuh”<sup>62</sup>

Khalifah mengarahkan anggota untuk memfokuskan ke tiga titik tubuh sebagai letak peleburan dzikir yakni dari pusar ke otak dan terakhir di hati dengan memejamkan mata dan bentuk pelafalan disertai adanya beberapa titik yang ditentukan. Kalimat “*laa ilaaha*” konsentrasi diarahkan ke pusar menuju ke atas (otak) sebagai simbol penolakan terhadap semua bentuk ketergantungan selain kepada Allah. Dilanjut dengan kalimat “*illa Allah*” yang berada di hati (dada kiri) untuk menginternalisasi bahwa hanya Allah SWT tuhan semata. Pak basuki memandu membaca bacaan tersebut sebanyak 165 kali dengan anggota jemaah thoriqoh. Setelah dzikir jahr dilakukan pak basuki mengarahkan untuk melaksanakan dzikir *sirr* yang dilakukan secara individu dan setiap anggota diarahkan untuk mencari tempat ternyaman dan tidak boleh campur dengan anggota satu sama lain. Dalam penerapan dzikir *sirr* dibacaknya kalimat “*Allah*” sebanyak 1.000 kali bacaan dengan teknik yang sudah ditetapkan oleh mursyid. Seperti memejamkan mata dan lidah ditekuk keatas layaknya orang meninggal dan duduk nya dengan melipat kedua kaki ke arah kiri (timpo ngiwo).

Hal ini diinternasilaikan dengan penerapan dzikir dan tingkatan baiat maka diawali dengan Dalam tingkatan baiat I–II (lathifah qalbi dan ruh) pembiasaan dzikir *sirr* (dzikir hati) dengan membaca kalimat (Allah)

---

<sup>62</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

sebanyak 1000 kali dan dilanjut dengan Pada tingkatan baiat III–IV (lathifah sirri dan khafi) kegiatan dzikir berjamaah, istighosah, dan tawasul. Pada tingkatan baiat V–VI (lathifah akhfa dan kafsi) melalui dzikir hati (sirr) membaca (Allah) sebanyak 1000 kali. Pada tingkatan baiat VII (lathifah qalab), dzikir diterapkan secara utuh menggabungkan dzikir jahr (lisan) dan sirr (hati) yakni dari bacaan istinghar hingga pada tawasuul kepada nabi Muhammad dan dilanjut dengan dzikir khususiyah yang dilakukan oleh individu.

Seluruh kegiatan tersebut diarahkan sebagai upaya membangun ketenangan jiwa, khususnya bagi para lansia yang umumnya berada pada fase peningkatan kecemasan terhadap kematian, penurunan fungsi kognitif, serta degenerasi kesehatan fisik. Dari menghadapi kompleksitas permasalahan tersebut, diperlukan sebuah wadah spiritual yang dapat diaktualisasikan oleh individu atau lansia itu sendiri melalui penerapan dzikir sebagai metode dalam membentuk keseimbangan jiwa dan rohani.

Hal tersebut terbentuk dengan tujuan membantu lansia mengatasi tantangan secara optimal. Tidak luput dari peran pimpinan *thoriqoh* yakni bapak basuki selaku mursyid dalam majelis serta ditemani dengan rekan anggota jemaah yakni bapak arif dalam menggiring para anggota jemaah untuk melaksanakan kegiatan tersebut dengan baik dan benar sehingga unsur kegiatan ini dapat dimaknai setiap prosesnya oleh lansia. Bapak Basuki selaku pimpinan *thoriqoh* mengemukakan dalam sesi wawancara:

“kalau dalam desa thoriqoh di pimpin oleh khalifah yang mana ditugaskan dan sudah diberikan amanah oleh mursyid untuk memimpin jama’ah dan tidak sembarang orang”<sup>63</sup>



**Gambar 4.1**  
**Wawancara dengan Pimpinan *Thoriqoh* Desa Rejeni**  
**oleh Bapak Basuki Mufthi**

Metode bimbingan dalam majelis thoriqoh yang dibawakan oleh pimpinan dengan metode penerapan dzikir khususiyah yakni terdapat metode baiat dan dilanjut dengan penerapan dzikir sir dan jahr dan tawasull serta mauidhoh sangat mempengaruhi proses kegiatan peribadatan tersebut sehingga kenyamanan yang ada dalam majelis terjalin secara hikmat. Dalam ranah pembinaan anggota bapak basuki selaku pimpinan thoriqoh Desa Rejeni mengisi kegiatan yakni memimpin semua kegiatan rutin dalam majelis dan terkhusus pada dzikir khususiyah namun dalam hal ini juga dibantu oleh rekan anggota jemaah yakni bapak arif dalam memimpin dzikir khususiyah namun hanya beberapa waktu tertentu. Dalam dzikir ini diawali dengan istighosah bersama dan dilanjut dengan dzikir jahr dan diakhiri dzikir sir dan tawasul. Model pembinaan yang digunakan bersifat kolektif dan periodik dimana dalam pembinaan

<sup>63</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

dilakukan bersama dan dilakukan dalam jangka waktu tertentu. Terdapat lontaran gagasan dari Ibu Sholikhah yang merupakan salah satu anggota jemaah *thoriqoh* memberikan suara terhadap wawancara yang dilakukan peneliti:

“Jadi kegiatan biasanya itu di pimpin sama pak bas untuk sholat sunnah dzikir khususiyah dan mauidhoh diisi beliau dan dzikir tapi sekarang juga salah satu anggota jam’iyah diarahkan untuk jadi yang memimpin dzikir pak arif jadi sekarang beliau memimpin dan seiring berjalannya waktu juga sambil belajar sambil menerapkan”<sup>64</sup>



**Gambar 4.2**  
**Mauidho bersama anggota *Thoriqoh* dan mursyid dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo**

Dari kegiatan yang dilakukan bapak basuki juga mengarahkan para jemaah untuk melakukan kegiatan dzikir dalam keseharian tidak hanya pada waktu kegiatan jemaah berlangsung. Penerapan dzikir ini bapak basuki menganjurkan bagi anggota dalam apapun kegiatan untuk menerapkan dzikir khususiyah, seperti berdiam dirumah hingga pada

<sup>64</sup> Sholikhah, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 17 Mei 2025.

aktivitas lainnya. dari kegiatan ini menggambarkan bahwa proses penerapan dzikir itu sangat fleksibel untuk diterapkan. Hal ini juga tidak menghambat apa yang menjadi aktivitas jemaah dalam berkegiatan, Bapak Basuki menghaturkan:

“Dalam melakukan dzikir khususiyah tidak harus di dalam majelis dan hal ini juga kita giring untuk menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, karena penerapan ini juga ndak menjadi hambatan saat beraktivitas”<sup>65</sup>



**Gambar 4.3**

**Dzikir Khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo**

Oleh anggota setiap harinya ini terdapat bentuk partisipasi dalam mengikuti secara aktif dalam hal ini yakni kegiatan dzikir khususiyah dan tidak hanya itu kegiatan pendukung lainnya seperti shalat sunnah berjamaah dan mauidhoh yang menunjukkan keterlibatan aktif mereka dalam menjalani pembinaan spiritual yang terstruktur. Kegiatan dzikir ini juga tidak hanya berlaku saat kegiatan bersama berlangsung namun juga diterapkan dalam kehidupan sehari hari sesuai dengan amalan yang ditentukan oleh sang mursyid. Hal ini menunjukkan adanya respon positif terhadap kebutuhan rohani mereka di usia senja, sebagai bentuk pencarian

<sup>65</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

ketenangan jiwa serta kesiapan menghadapi fase kehidupan selanjutnya dengan lebih lapang dan religius, Adapun penuturan ibu sholikha dalam wawancara dalam penelitian:

“Dari kebanyakan yang mengikuti yakni para lansia dan dari beberapa orang baru yang mengikuti untuk mencoba kegiatan baru buat mendekatkan diri pada allah dan mengisi waktu luang aja dan di ajak dari anggota yang ikut dalam majelis”<sup>66</sup>

Hasil wawancara di atas sesuai dengan observasi hasil penelitian, bahwa pimpinan anggota mengajak masyarakat dalam mengikuti majelis thoriqoh dan dari anggota sendiri, Ibu Sholikhah selalu berusaha mengajak masyarakat terkhusus lansia untuk mengikuti majelis thoriqoh dan juga mengajak untuk menerapkan dzikir khususiyah dalam kehidupan sehari-hari bagi anggota. Adapun masyarakat tertarik dalam mengikuti kegiatan thoriqoh seperti kegiatan bulanan hingga pada kegiatan mingguan sehingga hal ini menjadi daya tarik bagi lansia dalam mengikuti kegiatan thoriqoh terkhusus pada penerapan dzikir. Anggota thoriqoh banyak merasakan perubahan dari segi ketenangan jiwa dan batin serta perubahan fisik yang dirasakan selama menerapkan dzikir khususiyah. Ibu Nurul beliau merasakan apa yang menjadi perubahan semenjak mengikuti kegiatan dzikir khususiyah dan beliau selalu menerapkan dzikir khususiyah dimanapun dan kapanpun. Ibu Nurul selaku anggota thoriqoh menyampaikan bahwa:

“saya menyesal tidak mengikuti thoriqoh dari dulu, saya selama mengikuti dan mengamalkan dzikir khususiyah saya yang dulu khawatir ekonomi sekarang saya serahkan pada allah dan bisa lebih

---

<sup>66</sup> Sholikhah, diwawancarai oleh penulis, Sidoarjo, 17 Mei 2025.



legowo dan tubuh yang saya rasakan semakin ringan dan lebih segar”<sup>67</sup>

Dari menerapkan dzikir khususiyah, Ibu Nurul menjadi contoh nyata keterlibatan keluarga dalam mendukung ketenangan jiwa lansia melalui dzikir khususiyah. Sebelumnya, Ibu Nurul mengalami stress akibat tekanan ekonomi yang berkepanjangan. Namun, berkat dorongan keluarga untuk mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis thoriqoh, ia mulai merasakan ketenangan batin. Dzikir khususiyah yang awalnya sekadar anjuran, kini menjadi kebutuhan spiritual dalam kehidupannya. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan lingkungan sangat berperan dalam proses pemulihan spiritual lansia.

## **2. Dampak Penerapan Dzikir Khususiyah terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo**

Hasil penelitian yang ada membuktikan bahwa kegiatan penerapan dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni memberikan pengaruh yang signifikan bagi ketenangan jiwa pada lansia. Sesuai dengan pernyataan yang dipaparkan oleh bapak basuki selaku pimpinan thoriqoh Desa Rejeni:

“Banyak sekali anggota merasakan dampaknya seperti lebih tenang jiwa dan lebih dekat dengan Allah SWT dan dimanapun ringan dalam mengingat Allah SWT”<sup>68</sup>

<sup>67</sup> Nurul, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 17 Mei 2025.

<sup>68</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.



Hasil wawancara menunjukkan bahwa penerapan dzikir khususiyah memberikan pengaruh yang nyata terhadap ketenangan batin lansia. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Ibu Sholikah yang menuturkan bahwa kegiatan dzikir bukan hanya berdampak pada ketenangan hati, tetapi juga membawa perubahan pada kondisi fisik. Ia menyampaikan,

“Kegiatan ini bagus bagi lansia, saya sendiri merasakan dampaknya dalam aspek fisik maupun kedamaian hati saya, selama saya menerapkan dzikir ini saya tidak merasakan kegelisahan lagi.”<sup>69</sup>

Pernyataan tersebut menegaskan bahwa dzikir khususiyah mampu menjadi sarana pengendalian emosi serta mengurangi rasa cemas yang kerap dialami oleh lansia dalam kesehariannya. Sejalan dengan itu, Ibu Nurul salah satu anggota thoriqoh juga menekankan adanya perubahan positif baik dari sisi psikologis maupun fisiologis setelah rutin mengikuti dzikir. Menurutnya, dzikir membuat tubuh terasa lebih ringan dan pikiran lebih tenang. Hal ini menunjukkan bahwa dzikir tidak hanya berfungsi sebagai ritual ibadah, tetapi juga sebagai terapi spiritual yang mendukung kesehatan mental sekaligus kebugaran fisik para lansia. hal ini sesuai dengan 7 tingkatan lathifa atau bimbingan dalam dzikir khususiyah yang juga dipaparkan oleh bapak basuki bahwa:

“setiap tingkatan baiat yang dilakukan oleh anggota terdapat manfaat masing-masing bagi anggota dan tujuh tingkatan tersebut berpengaruh pada Kesehatan, rasa cemas dan kesepian, dan lebih mudah juga dalam berkehidupan”<sup>70</sup>

---

<sup>69</sup> Sholikah, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 17 Mei 2025.

<sup>70</sup> Basuki, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 16 Mei 2025.

Hal ini dapat kita lihat melalui manfaat dari setiap tingkatan baiat yang selaras dengan lathifa atau titik bimbingan dalam setiap individu. Dalam tingkatan baiat I–II (lathifah qalbi dan ruh), jamaah dibimbing untuk menumbuhkan rasa qana'ah (cukup), syukur, dan tawakal terhadap rezeki Allah. Pembiasaan dzikir sirr (dzikir hati) menumbuhkan ketenangan dan kepasrahan, sehingga lansia tidak terbebani oleh kondisi ekonomi.

Pada tingkatan baiat III–IV (lathifah sirri dan khafi), jamaah dilatih untuk membangun hubungan harmonis (ukhuwah ruhaniyah) dengan sesama anggota majelis. Kegiatan dzikir berjamaah, istighosah, dan mauidhoh menciptakan komunitas sosial yang saling mendukung, sehingga lansia merasa dihargai dan memiliki makna sosial. Bimbingan mursyid menanamkan nilai ukhuwah, kasih sayang, dan empati yang memperkuat solidaritas antarjamaah. Pada tingkatan baiat V–VI (lathifah akhfa dan nafsi), mursyid membimbing jamaah untuk menyucikan jiwa (tazkiyatun nafs) dan mengendalikan emosi melalui dzikir hati (sirr). Penerapan dzikir rutin melatih stabilitas emosi, kontrol diri, dan ketenangan batin.

Pada tingkatan baiat V–VI (lathifah akhfa dan nafsi), mursyid membimbing jamaah untuk menyucikan jiwa (tazkiyatun nafs) dan mengendalikan emosi melalui dzikir hati (sirr). Penerapan dzikir rutin melatih stabilitas emosi, kontrol diri, dan ketenangan batin. Mauidhoh yang diberikan berfungsi sebagai terapi konseling spiritual, menggantikan

kekosongan emosional dengan kekuatan iman dan rasa dekat kepada Allah.

Hal ini di dukung dengan pendapat dari salah satu anggota jemaah thoriqoh ibu Nurul memberikan kesaksian yang lebih spesifik terkait dampak dzikir khususiyah pada kehidupan sehari-harinya. Ia menuturkan,

“Semenjak saya mengikuti kegiatan, saya tidak lagi memikirkan perekonomian saya. Yang dulunya saya takut anak saya tidak bisa makan, tetapi setelah saya mengikuti dzikir ini, saya sudah lebih berpasrah kepada Allah dan akhirnya membuahkan hasil. Allah mempermudah urusan saya dan selalu ada jalan untuk memenuhi kebutuhan anak-anak. Untuk perubahan tubuh, saya merasa tubuh saya semakin ringan.”<sup>71</sup>

Dari pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa dzikir khususiyah menumbuhkan sikap tawakal yang mendalam, mengurangi tekanan psikologis akibat beban ekonomi, serta memberikan efek fisiologis berupa tubuh yang lebih segar dan ringan. Dengan demikian, wawancara dari ketiga informan tersebut menunjukkan konsistensi dampak dzikir khususiyah dalam dua dimensi utama: (1) psikologis, berupa ketenangan hati, berkurangnya kecemasan, dan meningkatnya rasa pasrah kepada Allah SWT (2) fisiologis, berupa tubuh yang lebih bugar, ringan, dan sehat. Hal ini selaras dengan teori ketenangan jiwa menurut Imam Al-

---

<sup>71</sup> Nurul, diwawancarai oleh penulis, Sidoarjo, 17 Mei 2025.

Ghazali, bahwa dzikir bukan hanya pengulangan lafaz, melainkan proses menghadirkan Allah dalam hati sehingga melahirkan ketenteraman jiwa.<sup>72</sup>

Dari diterapkannya kegiatan dzikir khususiyah dan kegiatan pendukung lainnya dalam majelis *thoriqoh* ini merupakan sebagai penguat batin bagi lansia. Beberapa anggota masyarakat menyatakan bahwa merasakan perubahan perilaku yang signifikan pada sebagian lansia setelah mengikuti kegiatan *thoriqoh*. Sebelumnya, para lansia tersebut mengalami kesenjangan dalam menjalani kehidupan sosial dan keseharian. Namun, sejak aktif mengikuti kegiatan dzikir khususiyah dalam majelis *thoriqoh*, terjadi perubahan positif yang lebih efektif, baik dari segi sikap, interaksi sosial, maupun ketenangan batin yang mereka rasakan.

Adanya penerapan dzikir ini juga sangat berdampak bagi kinerja individu seperti terdapat salah satu anggota jemaah yang bernama bapak Suparman menegaskan bahwa dampak dari adanya dzikir sangat berpengaruh pada aspek kinerjanya semakin produktif, beliau mengatakan bahwa:

“Saya selama menerapkan dzikir ini, saya lebih bisa produktif saat bekerja, lebih fokus mbk dan cepat selesai itu dan saya menerapkan dzikir ini setiap saya mau bekerja dan setiap setelah melakukan sholat lima waktu.”<sup>73</sup>

Dibuktikan dari adanya penuturan bapak suparman bahwa dzikir khususiyah ini tidak hanya memberikan dampak ketenangan bagi individu

<sup>72</sup> Ilyas Rahmat, "Zikir dan Keteanangan Jiwa: telaah atas Pemikiran Al-Ghazali," Jurnal Dakwah dan Peangembangan Sosial Kemanusiaan 8, no.1 (2017) 104 <https://media.neliti.com/media/publications/285126-zikir-dan-ketenangan-jiwa-afe9d828.pdf>

<sup>73</sup> Suparman, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 18 Mei 2025.

itu sendiri namun juga memberikan kemudahan saat melakukan kegiatan dan berkehidupan. Hal ini bukan hanya berfokus pada aspek produktifitas namun pada aspek sosial yang dirasakan oleh bapak Hasyim, beliau menuturkan bahwa:

“saya semenjak mengikuti kegiatan tidak merasakan kesepian karena terdapat anggota jemaah dan lebih fokus dengan beribadah”<sup>74</sup>

Dari hal ini dapat membuat beliau lebih merasakan kehadiran akan berkehidupan dan merasakan akan ketennaga jiwa secara keseluruhan.

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan penerapan dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni dapat membentuk ketenangan pada lansia. Penerapan dzikir khususiyah dengan menerapkan kegiatan dzikir secara lisan dan dzikir sirr yang menjadi fokus penerapan dalam dzikir khususiyah dapat membantu lansia dalam memahami cara membangun ketenangan jiwa lewat berdzikir, tata cara berdzikir secara lisan maupun hati dengan benar dan memahami bacaan dzikir dengan baik dan benar, tentunya dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam hal ini, peneliti menggunakan teknik penelitian dengan menggunakan beberapa teknik seperti, observasi, wawancara dan dokumentasi yang sesuai dengan judul “Penelitian penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia di Majelis *Thoriqoh*

---

<sup>74</sup> Hasyim, diwawancarai oleh penulis, Sidoarjo, 18 Mei 2025

*Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo”.

Guna mempermudah proses penelitian, data yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan dianalisis secara sistematis untuk menjawab fokus permasalahan yang telah dirumuskan. Adapun uraian pembahasannya disajikan sebagai berikut:

**a. Penerapan Dzikir Khususiyah Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo**

Menurut Imam Al-Ghazali, dzikir merupakan wujud kesadaran spiritual seorang hamba bahwa Allah senantiasa mengawasi setiap tindakan, ucapan, dan lintasan pikirannya.<sup>75</sup> Dzikir bukan sekadar pengulangan lafaz, melainkan proses internalisasi kehadiran Allah dalam hati. Pemahaman ini sejalan dengan upaya menghadirkan wadah atau ruang pembinaan spiritual bagi individu, agar mereka senantiasa terhubung dengan Allah SWT. Melalui proses tersebut, terciptalah ketenangan jiwa yang mendalam dalam diri seseorang.

Teori diatas tentang penerapan dzikir khususiyah dengan realita yang ada di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo. Majelis yang mengajak dan mengawasi anggota thoriqoh terkhusus pada lansia

---

<sup>75</sup> Azizah Nur Intan, “Manfaat Dzikir Dalam Menenangkan Jiwa,” Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya 1, no.6 (2023) [file:///Users/mac/Downloads/Intan+Nur+Azizah+dan+Noorsyifa+Manfaat+zikir+dalam+menenangkan+jiwa%20\(1\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/Intan+Nur+Azizah+dan+Noorsyifa+Manfaat+zikir+dalam+menenangkan+jiwa%20(1).pdf)

dalam mengikuti kegiatan spiritual keagamaan dengan tujuan dapat membimbing dan membantu lansia dalam menemukan ketenangan jiwa yang merujuk pada pendekatan diri kepada Allah. Teori di atas bahwa bentuk dzikir atau penerapan dzikir sebagai “pembinaan spiritual” individu, Majelis *Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* merancang suatu kegiatan berupa dzikir khususiyah dan kegiatan pendukung lainnya seperti sholat sunnah, dan mauidhoh dan kegiatan tahunan. Kegiatan spiritual ini dikembangkan dan diajukan kepada masyarakat terkhusus pada lansia.

**b. Dampak Penerapan Dzikir Khususiyah Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo**

Dalam bentuk teori ketenangan jiwa menyatakan bahwa Ketenangan jiwa dapat terwujud melalui sikap penerimaan diri dan kejujuran dalam menjalin relasi dengan sesama. Lingkungan yang positif dan mendukung diyakini mampu mendorong individu untuk menemukan kedamaian dalam batinnya. Bentuk teori di atas sesuai dengan kenyataan atau realita yang ada lapangan, berdasarkan temuan penerapan dzikir khususiyah meningkatkan potensi akan ketenangan jiwa pada lansia di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo. Dalam proses penerapan ini adanya dampak akan aspek ketenangan jiwa pada lansia

dengan melihat adanya beberapa faktor akan ketenangan jiwa seperti faktor agama, faktor terpenuhinya kebutuhan manusia, dan faktor terciptanya kepuasan. Lansia dapat menumbuhkan jiwa yang lebih peka akan bentuk aspek spiritual seperti berkehidupan dalam beribadah sesuai dengan tuntunan Al-Quran dan As-Sunnah. Lansia dalam menerapkan dzikir khususiyah menjadi lebih sadar akan kebutuhan rohaniyah dan jasmaniah seperti merasakan jiwa yang tenang, lebih menerima dan memiliki jiwa semangat dalam memenuhi aspek kesehatan jasmaniah dan rohaniyah, dan pengurangan stres dan adanya peningkatan kebermaknaan hidup. Lansia juga dapat merasakan perubahan dari aspek psikologis dan fisiologis sehingga berdampak pada kepuasan batiniah dan rohaniyah. Adapun lansia merasakan hati dan pikiran yang lebih tenang, serta fisik yang lebih sehat dan bugar sehingga berdampak pada kesejahteraan pada lansia.

### C. Pembahasan Temuan

Pembahasan temuan dalam penelitian ini bertujuan untuk menginterpretasikan hasil-hasil yang diperoleh dari proses observasi, wawancara, dan dokumentasi terkait penerapan dzikir khususiyah dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo. Temuan tersebut kemudian dianalisis berdasarkan teori-teori yang relevan, terutama teori bimbingan konseling islam yang berkaca dari pandangan sufistik yakni Imam Al-Ghazali.



Melalui kajian yang mendalam, penelitian ini berhasil mengungkap berbagai dampak penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa lansia, baik dari aspek psikologis, spiritual, maupun sosial. Selain itu, analisis juga mencermati peran lingkungan sosial dalam majelis, serta pengaruh dukungan keluarga terhadap proses pembinaan psiko-spiritual para lansia. Dengan demikian, pembahasan temuan berikut ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih utuh mengenai efektivitas penerapan dzikir khususiyah sebagai pendekatan bimbingan spiritual bagi lansia.

# **1. Penerapan Dzikir Khususiyah Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo**

Dari hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa dalam lingkup masyarakat tentunya bagi lansia yang masih sering merasakan kegelisahan dan kecemasan akan beberapa aspek seperti layaknya aspek ekonomi, psikologis, sosial, dan fisiologis. Pada tingkat ini di setiap aspek terdapat keluhan yang dihadapi oleh kalangan lansia, dalam hasil observasi ditemukan kebanyakan yang dikeluhkan terdapat pada aspek psikologis, fisiologis, dan ekonomi. Dalam ketiga aspek tersebut yang sering dialami oleh lansia dan hal ketiga aspek tersebut saling berkaitan. Oleh karena itu lansia membutuhkan adanya bentuk suatu metode yang relevan bagi beliau sesuai dengan kapasitas fisik dan material yang dimiliki untuk membentuk akan ketenangan jiwa bagi lansia. bentuk aspek ketenangan jiwa yang digagas yakni berupa kedamaian dalam berkehidupan.

Dalam hal ini, terdapat metode penerapan dzikir khususiyah yang merupakan bentuk intervensi spiritual dalam bimbingan konseling Islam. penerapan dzikir khususiyah ini berfokus pada amalan yang dilakukan dengan penghayatan mendalam, penuh kesadaran, dan konsentrasi batin dengan cara melafalkan kalimat tauhid dan kalimat tahmid dan istighosah bersama dan juga dilakukan secara individual. Dalam penerapan dzikir khususiyah terdapat beberapa metode yang relevan untuk diterapkan, Adapun metode sebagai berikut:

a. Baiat

Dalam penerapan dzikir khususiyah terdapat syarat khusus sebelum mengamalkannya. Sebagai anggota thoriqoh diwajibkan mengikuti tahapan baiat (perjanjian) dengan guru pembimbing (mursyid) yakni sebagai penerus nabi Muhammad hingga keturunannya sebagai penyiar agama islam dan pemersatu agama islam melalui kajian-kajian islam. hal ini dalam Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah ada 7 tingkatan baiat sesuai dengan tingkatan lathifa yakni bimbingan spiritual yang berfokus pada titik pemusatan peleburan dalam diri individu. Pada tingkatan baiat I–II (lathifah qalbi dan ruh), jamaah dibimbing untuk menumbuhkan rasa qana'ah (cukup), syukur, dan tawakal terhadap rezeki Allah. Pembiasaan dzikir sirr (dzikir hati) menumbuhkan ketenangan dan kepasrahan. Pada baiat III–IV (lathifah sirri dan khafi), jamaah dilatih untuk membangun hubungan harmonis (ukhuwah ruhaniyah) dengan sesama

anggota majelis. Kegiatan dzikir berjamaah, istighosah, dan mauidhoh. Pada tingkatan baiat V–VI (lathifah akhfa dan nafsi), mursyid membimbing jamaah untuk menyucikan jiwa (tazkiyatun nafs) dan mengendalikan emosi melalui dzikir hati (sirr). Pada tingkatan baiat VII (lathifah qalab), dzikir diterapkan secara utuh—menggabungkan dzikir jahr (lisan) dan sirr (hati). Hal ini selaras dengan penelitian terdahulu yang dikutip oleh Fajrina bahwasannya dalam Baiat terdapat 7 tingkatan yakni diawali baiat lathifah qalbi dan ruh, lathifah sirri dan khafi, lathifah akhfa dan nafsi, lathifah qalab.<sup>76</sup>

b. Dzikir *Qodiriyah* (dzikir lisan)

Dalam hal ini, metode penerapan dzikir khususiyah sebagai bentuk intervensi spiritual dalam bimbingan konseling Islam sangat relevan dengan hasil observasi di lapangan. Para lansia yang menjadi anggota jemaah *thoriqoh* di Desa Rejeni tampak selaras dalam mempraktikkan dzikir *Qadiriyyah*, dengan bimbingan seorang khalifah yang menuntun bacaan sesuai pelafalan yang telah ditentukan.

Hal ini diawali dengan sang khalifah dan anggota layaknya saat beriadah sholat wajib dengan menghadap kiblat. Kemudian mursyid mendahului membaca bacaan istingosah dengan tujuan menuntun para anggota lansia dalam pembacaan istinghosah bersama, selepas itu dilanjut dengan pembacaan bacaan khusus dengan adanya teknik pelafalan yang tidak boleh dilakukan secara

---

<sup>76</sup> Fajrin Heri, “Dampak Pendidikan Rohani” 60

sembarangan. Sang khalif menuntun anggota lansia dengan membaca membaca “*Astaghfirullah haladzim innahu ghofururrohim*” sebanyak 3 kali bacaan kemudian membaca ”*A Allahumma sholli ‘ala sayyidina Muhammad wa ‘ala alihi wa shohbihi wa sallim*” sebanyak 3 kali bacaan seraya pelan. Dilanjut membaca *Laa ilaa ha illallah* dibaca 3 kali pelan dan dilanjut mengucapkan sayyidina Muhammad rasulullah sallallahu alaihi wasallam. Dzikir *qodiriyah* (dzikir lisan dilakukan dengan cara duduk sesuai tata tertib dalam melakukan ibadah yang diarahkan oleh mursyid kemudian pembacaan ini dilakukan bersama-sama dan dipimpin oleh mursyid dengan bacaan “*lailaha ha illallah*” sebanyak 165 kali dengan teknik bacaan Panjang dan menghayati dengan posisi duduk timpo dengan kepala menunduk dan mata terpejam serta saat pembacaan kalimat tahmid kepala digerakkan ke arah titik pusat tubuh yang ditentukan.

Teknik dzikir *Qodiriyah* ini sesuai yang dicetuskan oleh tokoh sufi yakni Syekh Abdul Qadir al-Jailani yang mana beliau menekankan akan satu teknik dzikir yakni dzikir melalui lisan (suara keras) menggunakan kalimat “*lla illaha illallah*” dengan berulang kali.<sup>77</sup> Teknik bacaan dengan melafalkan kalimat “*lla*” dengan posisi kepala menunduk dari pusar yang menuju ke dada dan ditarik keatas dan

---

<sup>77</sup> Sholihah Maidatus, Ma’arif.A.M, Romadhan.S.M, “Konseling Islam Dengan Dzikir Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah : Mengatasi Kegelisahan Jiwa dan Bathin” al-Afkar, Journal for Islamic Studies 4, no. 2 (Agustus 2021) 303

posisi kepala lurus ke depan namun lafadz tersebut menembus hingga pusat kepala yakni makam *Latifah al-Qalab* adalah kelembutan badan yang letaknya dari puncak kepala hingga ujung kaki. Latifah ini juga disebut *Nafsu Radhiyah*. Ia merupakan jiwa tertinggi bagi manusia, karena secara realitas manusia adalah makhluk jasmani sekaligus ruhani, hamba Allah SWT sekaligus penguasa alam semesta. Manusia menempati kedudukan tertinggi di antara dua alam, yaitu alam malaikat dan alam syaitani.

Dilanjut dengan bacaan kata “*illaha*” sambil kepala menengok kearah kiri tertuju pada *Latifah al-Qalb*, yaitu halus hati. Letaknya di bawah dada kiri dengan kadar dua jari. Titik ini bertempatan kesadaran akan kebaikan dan kejahatan, sehingga ia suka mencela (*al-laum*) baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. Latifah ini menjadi pusat hawa nafsu, yang dapat menyebabkan ketergelinciran dan sifat rakus. Kemudian baca “*illallah*” kepala diarahkan kepada jantung yakni *Latifah al-Akhfa*, yaitu halus yang terlebih tersembunyi. Letaknya di pertengahan dada. Jiwa ini bersifat sangat lembut, bersih, dan suci, serta memiliki kecenderungan dekat kepada Tuhan karena terbebas dari pengaruh unsur-unsur jasmaniah disebut juga *nafsu Kamilah*.

Dari beberapa lathifah tersebut sesuai dengan tujuan sebagai objek pembinaan dan pendidikan dalam *Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah* sekaligus merupakan tahapan gradual dalam sistem

*tarbiyat al-dzikr*, yang dilaksanakan secara *mutaraqqiyan* atau melalui sistem bertingkat secara berkesinambungan.<sup>78</sup> Bentuk penerapan dzikir khususiyah dibutuhkan dalam meningkatkan aspek ketenangan jiwa pada lansia. Sebab dari penerapan dzikir khususiyah terdapat beberapa teknik dapat mempermudah bagi lansia dalam merubah perilaku dan suasana kerohanian yang berdampak pada ketenangan jiwa lansia itu sendiri.

Hal ini selaras dengan teknik bimbingan konseling pada teknik zikir jahr disini sebagai teknik intervensi spiritual untuk membantu individu mencapai ketenangan batin, keimanan yang lebih kokoh, dan pengendalian diri. Hasil temuan ini selaras dengan penjelasan Hamdani Bakran Adz-Dzaky, bimbingan merupakan suatu aktivitas yang berisi pemberian arahan, pelajaran, dan pedoman kepada individu (konseli) agar mampu mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanannya, serta keyakinannya.<sup>79</sup> Melalui proses tersebut, klien diharapkan dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya secara baik dan benar, serta mampu berdiri mandiri dengan berlandaskan pada Al-Qur'an dan Hadits.

c. Dzikir *sirr* (hati)

Dzikir *sirr* merupakan bentuk amalan dikerjakan dengan teknik yang berbeda dengan dzikir *sirr* yakni dengan diam-diam (pelan-

<sup>78</sup> Fajrin Heri, "Dampak Pendidikan Rohani" 55

<sup>79</sup> M.Zahtrahadi Fahli, Darmawati, Nurjanah Siti Anisa, "Penarikan Konseling Islam Dalam Pemulihan Jiwa Dari Pandangan Imam Al Ghazali," *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman* 19. no.2 (Juli-Desember 2020): 167-179, <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/al-fikra/article/view/11323>

pelan) saat membaca. Kegiatan dzikir sirr ini dilakukan oleh anggota thoriqoh desa rejeni selepas melaksanakan dzikir *jahr* (lisan). Dzikir ini dilakukan secara individu dan dengan posisi tubuh yang sesuai ditentukan oleh mursyid/khalifah. Bentuk duduk timpo ngiwo layaknya tasyahud akhir dalam sholat fardhu. Kemudian posisi mata terpejam kepala menunduk sambil bibir dirapatkan dan lidah di tarik ke langit-langit lidah. Posisi ini ditafsirkan layaknya orang meninggal dan tujuan nya dari posisi tersebut merupakan bentuk refleksi diri akan bentuk kematian. Bacaan dzikir *sirr* yang dilafadzkan berupa kalimat "Allah" sebanyak 1.000 kali dengan dibaca dalam hati secara perlahan dan penuh penghayatan. Dzikir khususiyah yang dipandu oleh ustadz atau khalifah.

Dzikir dilakukan dalam suasana yang hening, duduk dengan posisi yang telah diajarkan oleh mursyid, sambil memusatkan perhatian pada lafaz-lafaz dzikir yang diucapkan perlahan dalam hati (dzikir *sirri*) maupun lisan. Proses dzikir ini menggunakan teknik pernapasan dan penghayatan batin, di mana jemaah diajak mengalirkan kesadaran spiritual dari pusat tubuh (pusar), menuju kepala (akal), lalu mengendap ke dalam hati (*qalb*), sejalan dengan konsep *tazkiyatun nafs*. Selama kurang lebih 20 menit, dzikir khususiyah berlangsung dalam suasana tenang yang membantu lansia mencapai kondisi batin yang rileks dan damai. Beberapa jama'ah bahkan terlihat larut dalam kekhusyukan, memperdalam pengalaman spiritual yang membawa

mereka pada ketenangan batin. Khalifah juga menuntut anggota untuk melakukan dzikir ini dimanapun dan kapanpun dan tentunya saat beraktivitas kecuali saat adanya hajat. Dengan tujuan khalifah mengarahkan seperti ini untuk mempermudah bagi anggota dalam mengingat akan kebesarannya dan melatih dan membiasakan anggota untuk melafalkan bacaan tersebut. Hal ini selaras dengan teori yang dirancang oleh Syekh Baha Al-din Al-Naqsyabandi zikir khofi (*sirr*) adalah ingat kepada Allah dengan zikir isbat saja yaitu mengingat nama “Allah” secara *sirr* di dalam hati dengan cara-cara yang diterangkan dalam talqin.<sup>80</sup>

d. Tawasul

Kemudian dilanjut dengan tawassul dengan tujuan membaca bacaan khusus diperuntukkan kepada para tokoh islam dan thoriqoh, yakni diawali dengan membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada nabi Muhammad sebanyak 100 bacaan, dilanjut Membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada syekh Abdul Qodir Aljailani 1 kali bacaan kemudian membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada muslimin-muslimat 1 kali bacaan, dilanjut membaca kalimat (Allah) sebanyak 1000 kali bacaan dan yang terakhir membaca illahi anta maksudi waridhoka matdlubi allahi mahabataka wama ma’rifatah 1 kali bacaan. Hal ini selaras dengan definisi dzikir yang di paparkan oleh ulama tasawuf yakni Imam Athaillah Al-Sakandary merujuk pada

---

<sup>80</sup> Amida Amanah.I, Kodir Muhammad, “Pengaruh Zikir (TQN) Terhadap Peningkatan Akhlaqul Karimah Para Ikhwan Tarekat Qodiriyah Naqsyabandiyah Pondok Pesantrean Suralaya,” Istiqomah: Jurnal Ilmu Tasawuf 3, No 2 (Desember 2022) 68



kitab *Al-Hikam* sebagaimana dikutip oleh Rusdi Effendi bahwasannya, dzikir menurut ajaran thoriqoh haruslah dilakukan sesuai dengan penglihatan hati atau batin serta timbul melalui pemikiran yang mendalam.<sup>81</sup>

Menjelang akhir sesi, kegiatan dilanjutkan dengan mauidhoh atau penguatan spiritual yang disampaikan oleh ustadz pembimbing. Dalam bagian ini, para lansia mendapatkan nasihat dan motivasi keagamaan yang disesuaikan dengan kondisi kehidupan mereka. Topik yang dibahas seringkali berkaitan dengan keikhlasan, kesabaran, penguatan iman, dan cara memaknai fase usia lanjut sebagai bagian dari perjalanan spiritual menuju ridha Allah. Sekitar pukul 14.50 WIB, rangkaian kegiatan dzikir khususiyah ditutup dengan doa bersama. Para jemaah kemudian bersiap untuk melaksanakan sholat Ashar berjamaah sebelum kembali ke rumah masing-masing. Seluruh proses kegiatan ini tidak hanya menjadi rutinitas keagamaan, tetapi juga media pembinaan yang membantu para lansia meningkatkan ketenangan jiwa, memperkuat keimanan, serta mempererat hubungan sosial dalam komunitas majelis. Kehadiran keluarga yang mendukung dan suasana kebersamaan dalam majelis turut mempercepat proses internalisasi dzikir sebagai kebutuhan spiritual yang nyata bagi para lansia.

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan dzikir khususiyah di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni dilaksanakan

---

<sup>81</sup> Rusdi Efendi, Hal 21

melalui dua metode utama, yaitu dzikir jahr (lisan) dengan bacaan “*lailahaillallah*” sebanyak 165 kali serta dzikir sirr (hati) dengan bacaan lafadz “*Allah*” sebanyak 1.000 kali. Keduanya dipraktikkan dengan adab tertentu seperti berwudhu, duduk tawarruk, menundukkan kepala, memejamkan mata, dan menggenggam tasbih. Selain itu, dzikir khususiyah hanya dapat dilakukan oleh jamaah yang telah melalui proses baiat, sehingga penerapannya memiliki dimensi spiritual yang lebih mendalam.

Temuan ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Mohammad Iqbal (2023) yang meneliti peran dzikir *Naqsyabandiyah* dalam memberikan ketenangan jiwa jamaah di Desa Candimas, Lampung Selatan.<sup>82</sup> Ia menemukan bahwa dzikir jahr dan sirr merupakan metode utama yang diterapkan dalam *Thoriqoh Naqsabandiyah* untuk membentuk ketenangan batin. Persamaannya terletak pada metode yang sama, yakni penggunaan dzikir *jahr* dan *sirr*. Namun, penelitian ini memberikan kebaruan karena lebih menekankan pada dzikir khususiyah dengan aturan bacaan, jumlah, serta syarat baiat yang tidak dijabarkan secara rinci dalam penelitian Iqbal.

Selanjutnya, penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Wuri Septi (2021) mengenai dzikir dan ketenangan jiwa pada jamaah tarekat Desa Rawa Jaya Merangin. Wuri menyimpulkan bahwa intensitas

---

<sup>82</sup> Mohammad Iqbal, “Peran Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah Thoriqoh Naqsabandiyah (Studi di Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan).” (Skripsi UIN Raden Intan Lampung, 2022/2023)

dzikir berhubungan erat dengan ketenangan batin jamaah.<sup>83</sup> Persamaan penelitian ini dengan temuan Wuri adalah keduanya menegaskan peran dzikir sebagai sarana spiritual yang membentuk ketenangan jiwa. Akan tetapi, penelitian ini lebih spesifik membahas dzikir khususiyah dalam *Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* dengan subjek lansia, sedangkan penelitian Wuri bersifat lebih umum.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkuat hasil penelitian terdahulu, tetapi juga memberikan kontribusi baru berupa uraian lebih rinci mengenai tata cara, adab, dan praktik dzikir khususiyah yang menjadi ciri khas dalam *thoriqoh*.

## **2. Dampak Penerapan Dzikir Khususiyah Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia dalam Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo**

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni, penerapan dzikir khususiyah terbukti memberikan dampak yang signifikan terhadap ketenangan jiwa para lansia yang menjadi anggota majelis. Dampak yang dirasakan tidak hanya bersifat spiritual, tetapi juga mempengaruhi aspek psikologis, sosial, hal ini juga dilihat dari beberapa faktor ketenangan jiwa ini sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan bahwasannya terdapat 3 faktor utama dalam menumbuhkan akan

---

<sup>83</sup> Wuri Septi, Madyan, dan Sandi Maspika, "Zikir dan Ketenangan Jiwa: Studi Jama'ah Tarekat Desa Rawa jaya Merangin." *Journal Of Islamic Guidance and Counseling* 5 no.1 (Juni 2021): 1-16 [file:///Users/mac/Downloads/admin,+Journal+editor,+49-Article+Text-400-2-4-20220115%20\(3\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/admin,+Journal+editor,+49-Article+Text-400-2-4-20220115%20(3).pdf)

ketenangan jiwa pada lansia seperti pemenuhan kebutuhan psikologis, faktor keagamaan, faktor kepuasan hidup, adapun sebagai berikut:

- a. Pertama, secara pemenuhan kebutuhan psikologis, dzikir khususiyah membantu para lansia mengurangi tingkat kecemasan, ketakutan akan kematian, dan berbagai bentuk kegelisahan batin yang sebelumnya kerap mereka alami. Melalui rutinitas dzikir yang terstruktur, para lansia memperoleh sarana untuk menenangkan pikiran dan memperkuat pengendalian diri. Hal ini sejalan dengan teori kepribadian Imam Al-Ghazali yang menekankan pentingnya *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) untuk mencapai ketenangan batin.<sup>84</sup> Sejumlah informan, seperti Ibu Sholikhah, mengungkapkan bahwa setelah rutin mengikuti dzikir khususiyah, mereka merasa lebih ikhlas dan menerima proses penuaan dengan perasaan yang lebih damai.<sup>85</sup>
- b. Kedua, dari faktor keagamaan, dzikir khususiyah meningkatkan rasa keimanan dan kedekatan diri kepada Allah SWT. Para lansia merasakan kehadiran spiritual yang lebih kuat, sehingga tercipta rasa tenang dan tenteram dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dalam proses dzikir, para jemaah diajak untuk melafalkan dzikir lisan dan dzikir sirri dengan penuh penghayatan, yang membangun kesadaran ruhani yang dalam. Hal ini sesuai dengan hasil observasi bahwa dari keempat informan memiliki gagasan yang serupa bahwasannya selama

---

<sup>84</sup> Sholiha Maidatus, Ma'arif Anas .M, Romadhan Syahrul.R, "Konseling Islam Dengan Dzikir Tarekat Qodiriyah Naqshabandiyah: Mengatasi Kegelisahan Jiwa dan Batin," *AL-Afkar, Journal For Islamic Studies* 4, no.2 (Agustus 2021) 303

<sup>85</sup> Sholiha, diwawancarai oleh penulis, Sidoarjo, 17 Mei 2025.

menerapkan dzikir khususiyah rasa kemelekatan kepada tuhan semakin kuat dan kemudahan akan mengingat akan kuasa tuhan semakin kuat sehingga terkontrolnya regulasi emosi dan kognitif yang dimiliki oleh lansia.

- c. Ketiga, dari faktor kepuasan hidup, majelis *thoriqoh* menjadi ruang yang sangat berarti bagi para lansia untuk tetap terhubung dari berbagai aspek, seperti aspek psikologis, spiritual, fisiologis dan sosial. Dari beberapa aspek tersebut memberikan lansia yang konsisten berdzikir menunjukkan sikap lebih optimis, menerima kenyataan, serta merasa dihargai di lingkungan majelis. Hal ini menimbulkan perasaan puas dan damai dalam menjalani hidup di usia senja dengan komunitas dan suasana kebersamaan yang hangat di dalam majelis serta membantu mengurangi perasaan kesepian dan isolasi sosial yang sering dialami oleh lansia.

Hal ini juga bersinambungan dengan menyelesaikan permasalahan dari ketiga aspek dalam kehidupan lansia yakni, ekonomi, sosial, Kesehatan dan psikososial. Dari keempat ini relevan dengan tujuh bimbingan (lathifah), adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Bidang Ekonomi

Dalam bidang ekonomi sangat berkorelasi dengan tingkatan baiat I–II (lathifah qalbi dan ruh), jamaah dibimbing untuk menumbuhkan rasa qana'ah (cukup), syukur, dan tawakal terhadap rezeki Allah. Pembiasaan dzikir sirr (dzikir hati)

menumbuhkan ketenangan dan kepasrahan, sehingga lansia tidak terbebani oleh kondisi ekonomi. Sesuai yang dipaparkan oleh ibu Nurul bahwasannya

“Semenjak saya mengikuti kegiatan, saya tidak lagi memikirkan perekonomian saya. Yang dulunya saya takut anak saya tidak bisa makan, tetapi setelah saya mengikuti dzikir ini, saya sudah lebih berpasrah kepada Allah dan akhirnya membuahkan hasil. Allah mempermudah urusan saya dan selalu ada jalan untuk memenuhi kebutuhan anak-anak. Untuk perubahan tubuh, saya merasa tubuh saya semakin ringan.”<sup>86</sup>

Beliau menegaskan bahasanya semenjak mengikuti dzikir khsuusiyah yang awalnya sulit dalam pemasukan namuan setelah mengikuti beliau berkecukupan dalam pemasukan karena dipermudahkan melalui kesuksesan anak.

## 2. Bidang Sosial

Bentuk bidang sosial ini berkorelasi dengan Pada tingkatan baiat III–IV (lathifah sirri dan khafi), jamaah dilatih untuk membangun hubungan harmonis (ukhuwah ruhaniyah) dengan sesama anggota majelis. Kegiatan dzikir berjamaah, istighosah, dan mauidhoh menciptakan komunitas sosial yang saling mendukung, sehingga lansia merasa dihargai dan memiliki makna sosial. Hal ini sesuai dengan gagasan salah satu narasumber yakni bapak Hasyim menurut kab bahwasannya,

<sup>86</sup> Nurul, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 17 Mei 2025.

“saya semenjak mengikuti kegiatan tidak merasakan kesepian karena terdapat anggota jemaah dan lebih fokus dengan beribadah”<sup>87</sup>

Kosisten akan penerapan dzikir khususiyah ini memberikan kelegaan dan menurunkan akan tingkat kesepian yang dirasakan oleh bapak hasyim dan memiliki makna hidup.

### 3. Bidang Psikososial

Bidang Psikososial ini banyak di rasakan juga oleh segenap narasumber dan terdapat korelasi dengan tahapan baiat dan penerapan dzikir khususiyah yakni pada tingkatan baiat V–VI (lathifah akhfa dan nafsi), mursyid membimbing jamaah untuk menyucikan jiwa (tazkiyatun nafs) dan mengendalikan emosi melalui dzikir hati (sirr). Penerapan dzikir rutin melatih stabilitas emosi, kontrol diri, dan ketenangan batin. Hal ini selaras dengan penuturan oleh ibu Sholika bahwasannya,

“Kegiatan ini bagus bagi lansia, saya sendiri merasakan dampaknya dalam aspek fisik maupun kedamaian hati saya, selama saya menerapkan dzikir ini saya tidak merasakan kegelisahan lagi”<sup>88</sup>

Beliau menegaskan bahwasannya sangat bermanfaat penerapan dzikir khususiyah dalam membentuk ketenangan jiwa seperti menghilangkan cemas, stress, kesepian. Hal ini sangat berguna bagi beliau saat memperbaiki tingkat psikologis nya.

<sup>87</sup> Hasyim, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 19 Mei 2025.

<sup>88</sup> Sholiha, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 17 Mei 2025.

#### 4. Bidang Kesehatan

Pada bidang Kesehatan ini lebih banyak di rasakan juga oleh narasumber dan hal ini juga berkorelasi dengan tingkat Pada tingkatan baiat VII (lathifah qalab), dzikir diterapkan secara utuh—menggabungkan dzikir jahr (lisan) dan sirr (hati) yang menenangkan sistem saraf, menurunkan stres, dan meningkatkan imun tubuh. Aktivitas dzikir berirama (nafas teratur, konsentrasi, ketenangan batin) terbukti membantu menstabilkan detak jantung dan tekanan darah. Dari kutipan di atas sesuai dengan gagasan yang disampaikan oleh bapak suparman, beliau menuturkan:

“Saya selama menerapkan dzikir ini, saya lebih bisa produktif saat bekerja, lebih fokus mbk dan cepat selesai itu dan saya menerapkan dzikir ini setiap saya mau bekerja dan setiap setelah melakukan sholat lima waktu”<sup>89</sup>

Hal ini dapat kita simpulkan bahwsannya dari penerapan dzikir tersebut memberikan dampak bagi perubahan tubuh yang lebih ringan sehingga produktifitas yang dilakukan semakin mudah dan kehidupannya lebih produktif dari sebelumnya.

Dukungan dari sesama jemaah dan pembimbing (mursyid dan khalifah) menjadi penguat penting dalam proses pembinaan bagi lansia. teori tersebut sesuai dengan hasil observasi bahwasannya para jemaah merasakan kepuasan akan berkehidupan semakin nyata dengan merasa damai dan proses *problem solving* akan masalah semakin terkontrol dari

---

<sup>89</sup>Suparman, diwawancarai oleh penulis, sidoarjo, 18 Mei 2025.



berbagai aspek. Dari hasil observasi yang dilakukan selaras dengan faktor ketenangan jiwa menurut Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono Hal ini sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan bahwasannya terdapat tiga faktor utama dalam menumbuhkan akan ketenangan jiwa pada lansia seperti pemenuhan kebutuhan psikologis, faktor keagamaan, faktor kepuasan hidup<sup>90</sup>

Temuan penelitian menunjukkan bahwa dzikir khususiyah berdampak positif terhadap ketenangan jiwa lansia. Dampak tersebut meliputi penurunan rasa cemas dan stres, meningkatnya keikhlasan, penerimaan terhadap proses penuaan, penguatan spiritualitas dalam berhubungan dengan Allah SWT, serta meningkatnya rasa percaya diri dalam menghadapi kematian. Selain itu, lansia juga mengalami perbaikan hubungan sosial dan dukungan keluarga, yang semakin memperkuat kondisi ketenangan jiwa mereka.

Hasil ini sesuai dengan penelitian Wildan Fadhillah (2024) yang menemukan bahwa dzikir dapat meningkatkan ketenangan jiwa lansia di UPT Budhi Dharma Yogyakarta.<sup>91</sup> Dalam penelitiannya, Wildan membuktikan adanya peningkatan signifikan ketenangan jiwa lansia setelah diberikan intervensi dzikir. Persamaan penelitian ini dengan temuan Wildan terletak pada manfaat dzikir yang menurunkan kecemasan

---

<sup>90</sup> Nasution Sepriani, "Pengaruh Ketenangan Zikir Terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia di Panti Jompo Yayasan Baitul Yusufiah Al-Ridwaniyah Titian Ridho Illahi Kecamatan Angkora Muratais." (Skripsi, UIN Syekh Ali Ahmad Addary Padangsidempuan, 2023) 27

<sup>91</sup> Wildan Fadhillah, Yuli Isnaeni, dan Suri Salmiyati, "Pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa" pada lansia di UPT rumah pelayanan sosial lanjut usia terlantar Budhi Dharma Yogyakarta." Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, (LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, 2024), 1433.

dan meningkatkan ketenangan jiwa. Namun, penelitian ini lebih menekankan pada dzikir khususiyah dalam konteks majelis *thoriqoh*, bukan dzikir umum melalui intervensi terstruktur.

Selain itu, penelitian ini juga mendukung temuan Nabila Rahmadiani (2023) yang meneliti pengaruh pengalaman dzikir terhadap ketenangan jiwa lansia di Jam'iyah Az-Zakiyah Dusun Blokagung<sup>92</sup>. Nabila menyimpulkan bahwa pengalaman dzikir memberikan ketenangan batin dan mengurangi tekanan emosional pada lansia. Persamaan keduanya adalah sama-sama menyoroti dzikir sebagai sarana mengurangi tekanan emosional lansia. Perbedaannya, penelitian Nabila lebih menekankan pada pengalaman individual, sedangkan penelitian ini fokus pada pengalaman kolektif lansia dalam majelis melalui dzikir khususiyah.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Misy Putri Nurentiana (2021) yang meneliti terapi dzikir di Pondok Pesantren Roudlotus Sholihin.<sup>93</sup> Misy menemukan bahwa dzikir dapat mengurangi kecemasan, rasa takut, dan sedih, serta meningkatkan optimisme santri. Meskipun subjek penelitiannya adalah santri, temuan tersebut memiliki irisan dengan penelitian ini, yaitu memberikan ketenangan batin dan meningkatkan kesiapan menghadapi cobaan hidup. Bedanya, penelitian ini

---

<sup>92</sup> Nabilla Rahmadiani, "Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro. (Skripsi Institut Agama Islam Darussalam Blokagung, 2023)

<sup>93</sup> Misy Putri Nurentiana "Terapi Dzikir Dalam Peningkatan Ketenangan Jiwa Pada Jamaah Thariqah Qodiriyah Wa Naqsabandiyah (Studi di pondok pesantren Roudlotus Solihin 7 Sukoharjo 58 Sekampung Lampung Timur)." (Skripsi UIN Raden Intan Lampung, 2021)

memperluas objek pada lansia sehingga menunjukkan bahwa manfaat dzikir berlaku lintas usia dan konteks.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan kebaruan karena secara khusus menyoroti praktik dzikir khususiyah yang terikat oleh baiat, tata cara, dan bimbingan mursyid, yang ternyata memiliki dampak signifikan terhadap ketenangan jiwa lansia.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memperkuat hasil penelitian terdahulu yang sama-sama menunjukkan bahwa dzikir berpengaruh positif terhadap ketenangan jiwa. Persamaannya terletak pada manfaat dzikir yang menurunkan kecemasan dan memberikan kedamaian batin. Perbedaannya terletak pada aspek kebaruan penelitian ini, yaitu menekankan pada dzikir khususiyah dalam *thoriqoh* yang memiliki aturan dan syarat khusus serta menjadikan lansia sebagai subjek utama. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mendukung hasil sebelumnya, tetapi juga menambah perspektif baru dalam kajian bimbingan konseling Islam, khususnya mengenai efektivitas dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa lansia di majelis *thoriqoh*.

#### Korelasi Teori Tazkiyatun Nafs Imam Al-Ghazali dengan Penerapan Dzikir Khususiyah

Menurut Imam Al-Ghazali, *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) merupakan inti dari proses pembinaan spiritual manusia untuk mencapai *ma'rifatullah* (pengenalan sejati kepada Allah). Proses ini terjadi melalui tiga fase utama, yaitu:

1. Takhalli – pengosongan diri dari sifat-sifat tercela.
2. Tahalli – pengisian diri dengan sifat-sifat terpuji,

### 3. Tajalli – tersingkapnya nur Ilahi dalam hati yang suci.

Ketiga fase ini memiliki korelasi langsung dengan tahapan dan praktik dzikir khususiyah dalam Majelis Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah seperti yang kamu teliti.

#### 1. Fase Takhalli (Pembersihan Jiwa dari Sifat Tercela)

- a) Dalam dzikir khususiyah, fase ini tampak pada proses baiat dan dzikir jahr (lisan).
- b) Baiat berfungsi sebagai komitmen awal murid untuk meninggalkan maksiat, kesombongan, cinta dunia, serta sikap lalai dari Allah.
- c) Dzikir jahr yang dilakukan berulang dengan lafaz *La ilaha illallah* berfungsi membersihkan hati dari selain Allah (*nafy isbat*).
- d) Hal ini sejalan dengan prinsip bimbingan Islam pada tahap orientasi, yaitu menyiapkan jiwa konseli agar terbuka dan siap dibimbing.

Dalam tahapan ini bentuk korelasi yang ada pada takhalli dalam teori Al-Ghazali tercermin pada dzikir jahr proses membersihkan hati dari sifat negatif dan keterikatan duniawi melalui pengingkaran terhadap selain Allah.

#### 2. Fase Tahalli (Pengisian Jiwa dengan Sifat Terpuji)

- a) Setelah hati dikosongkan dari sifat tercela, tahap berikutnya adalah pengisian dengan sifat-sifat baik seperti ikhlas, sabar, syukur, dan tawakal.
- b) Dalam praktik dzikir khususiyah, fase ini terjadi ketika jamaah memasuki dzikir sirr (dzikir hati) dan menerima bimbingan spiritual (*mauidhoh*) dari mursyid.
- c) Dzikir sirr dilakukan dalam keheningan batin dengan menyebut “Allah” di dalam hati menumbuhkan rasa hadir bersama Allah (*muraqabah*).
- d) Ini sejalan dengan tahap intervensi dalam bimbingan konseling Islam, di mana konselor menanamkan nilai-nilai positif dan memperkuat keimanan.

Bentuk dari tahapan tahallisan sangat berkorelasi dengan dzikir sirr, yaitu pengisian jiwa dengan keikhlasan, ketenangan, dan cinta kepada Allah, menggantikan kekosongan batin setelah pembersihan diri.

#### 3. Fase Tajalli (Penyingkapan Nur Ilahi dalam Hati)

- a) Fase tertinggi dalam tazkiyatun nafs adalah tajalli, yakni ketika hati yang suci memantulkan cahaya kehadiran Allah sehingga seseorang mencapai ketenangan dan kesadaran spiritual sejati.
- b) Dalam praktik dzikir khususiyah, tajalli tampak pada tingkatan baiat VI–VII (lathifah nafi dan qalab), di mana dzikir dilakukan secara mendalam dan terus-menerus hingga hati benar-benar menyatu dalam kesadaran Ilahi.
- c) Pada titik ini, jamaah merasakan ketenangan jiwa (*ithmi'nan*), rasa damai, dan keikhlasan total sebagaimana hasil penelitianmu tunjukkan pada para lansia yang mengalami penurunan kecemasan dan peningkatan spiritualitas.
- d) Dalam konteks bimbingan Islam, ini sejalan dengan tahap evaluasi dan pementapan diri, ketika konseli mencapai perubahan perilaku dan ketenangan batin.

Bentuk tahapan tajalli adalah hasil akhir penerapan dzikir khususiyah lahirnya ketenangan jiwa, kesadaran spiritual, dan kedekatan sejati dengan Allah SWT.

Dari gagasan dan bentuk korelasi terkait teori tazkiyatun nafs yang digagas oleh Imam Al-Ghazali dengan penerapan dzikir khususiyah dapat disimpulkan bahwasannya, teori *tazkiyatun nafs* Imam Al-Ghazali

sebenarnya sejalan dengan penerapan dzikir khususiyah dalam Majelis

Thoriqoh Qodiriyah wa Naqshabandiyah. Dzikir khususiyah menjadi

metode praktis dari bimbingan spiritual Islam yang menerapkan

prinsip takhalli (pembersihan jiwa melalui baiat dan dzikir jahr), takhalli

(pengisian jiwa melalui dzikir sirr dan mauidhoh), tajalli (manifestasi

ketenangan jiwa sebagai bentuk pencapaian spiritual tertinggi).

Korelasi ini menunjukkan bahwa dzikir khususiyah bukan hanya ritual

ibadah, tetapi juga strategi bimbingan rohani yang terukur dan

bertahap sesuai dengan teori tasawuf klasik Imam Al-Ghazali.

Dari hasil wawancara dengan mennggunkan tringulasi sumber, hal ini dengan mursyid, dijelaskan bahwa dzikir khususiyah bukan hanya amalan rutin, tetapi juga sarana untuk membimbing jamaah menuju penyucian hati dan ketenangan jiwa. Mursyid menegaskan bahwa lansia yang melaksanakan dzikir secara istiqamah mengalami perubahan perilaku dan kestabilan emosi yang lebih baik.

Selanjutnya, jamaah lansia sebagai subjek utama menyampaikan pengalaman yang serupa. Mereka mengaku bahwa setelah mengikuti dzikir khususiyah secara teratur, perasaan cemas, kesepian, dan gelisah berangsur hilang. Mereka merasa lebih tenang, sabar, serta mampu menerima keadaan hidup dengan ikhlas.

Sedangkan dari keluarga jamaah, diperoleh data pendukung bahwa setelah rutin mengikuti kegiatan majelis, lansia terlihat lebih bahagia, lebih disiplin dalam beribadah, dan lebih tenang dalam bersikap. Keluarga juga mengamati adanya peningkatan hubungan sosial dan kedekatan spiritual para lansia.

Dari ketiga sumber tersebut, ditemukan kesamaan informasi bahwa penerapan dzikir khususiyah memberikan pengaruh positif terhadap ketenangan batin, kestabilan emosi, dan peningkatan spiritual lansia. Tidak ditemukan perbedaan pendapat yang berarti di antara para sumber, sehingga data dapat dianggap valid dan memperkuat hasil penelitian.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan Dzikir Khususiyah dalam *Majelis Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah* di Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo, serta analisis terhadap data yang diperoleh selama proses penelitian berlangsung, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berhasil menjawab rumusan masalah yang telah diajukan sebelumnya. Kesimpulan ini disusun berdasarkan temuan-temuan utama yang diperoleh di lapangan serta dikaitkan dengan kerangka teori yang mendasari penelitian, Adapun dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Penerapan dzikir khususiyah dalam majelis dilakukan secara terstruktur melalui kegiatan rutin yang meliputi shalat sunnah berjamaah, istighotsah, dzikir sirri dan lisan, serta mauidhoh yang dipimpin oleh mursyid atau khalifah. Pelaksanaan dzikir khususiyah ini memberikan wadah bagi lansia untuk memperkuat spiritualitas dan mengembangkan ketenangan jiwa. Dalam pelaksanaan dzikir khususiyah, diperlukan konsistensi dari setiap anggota dalam menjalankan kegiatan dzikir tersebut. Penerapan dzikir khususiyah dapat ditinjau dari tiga aspek. Pertama, bagaimana anggota dapat memenuhi persyaratan pengamalan pada setiap tingkatan dzikir. Kedua, pada setiap tingkatan, jumlah bacaan dzikir mengalami peningkatan, sehingga dibutuhkan komitmen dan ketekunan dalam mengamalkannya secara rutin. Ketiga, penerapan dzikir sirr dalam



kehidupan sehari-hari menjadi kebiasaan spiritual yang berfungsi sebagai bentuk pembiasaan diri serta kontribusi penting dalam membangun ketenangan jiwa, khususnya bagi para lansia.

2. Dalam hal ini Adapun dampak dari adanya proses dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa para lansia sangat positif, seperti penurunan kecemasan dan stres, peningkatan keikhlasan dan penerimaan terhadap proses penuaan. Penguatan hubungan spiritual dengan Allah Meningkatnya rasa percaya diri dan kesiapan menghadapi kematian, Perbaikan dalam hubungan sosial dan dukungan keluarga. Kegiatan dzikir khususiyah juga terbukti menjadi yang relevan dan efektif dalam membantu lansia menghadapi berbagai tantangan hidup pada fase lanjut usia, sejalan dengan teori bimbingan konseling Islam sesuai dengan pendapat Imam Al-Ghazali tentang *tazkiyatun nafs* serta tahapan bimbingan konseling Islami.

## B. Saran

1. Bagi pengurus Majelis *Thoriqoh Qodiriyah wa Naqsabandiyah*, disarankan agar terus meningkatkan kualitas pembinaan dzikir khususiyah dengan pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia.
2. Bagi keluarga lansia, diharapkan dapat memberikan dukungan moril agar anggota keluarga lansia semakin aktif dalam kegiatan dzikir.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk melakukan kajian lebih lanjut mengenai korelasi antara dzikir khususiyah

dan peningkatan kesehatan mental lansia di berbagai komunitas dan wilayah.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mujib, Nuansa-nuansa psikologi Islam (Jakarta: Raja grafindo persada 2001), 139
- Abdurrahman. *Konseling Islami*. Medan: Perdana Publishing, 2019.  
<file:///Users/mac/Downloads/buku-Konseling-Islami.pdf>.
- Amelia, Nor Rubaiyi. "Manfaat Berdzikir terhadap Kesehatan Mental." *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 1 no.6 (2023): 700  
<file:///Users/mac/Downloads/Rubaiyi+dan+Destisa+Manfaat+Berzikir+terhadap+Kesehatan+Mental.pdf>
- Amida Amanah.I, Kodir Muhammad. "Pengaruh Zikir (TQN) Terhadap Peningkatan Akhlaqul Karimah Para Ikhwan Tarekat Qodiriyah Naqsyabandiyah Pondok Pesantren Suralaya." *Istiqomah: Jurnal Ilmu Tasawuf* 3 no. 2 (Desember 2022) 64-94
- Ardianto, M. R., & Zamroni, A. "Implikasi Ketenangan Jiwa Dan Ketentraman Hati Sebagai Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Bagi Remaja." *IEMJ: Islamic Education Management Journal* 1 no.1 (2022): 20-35.
- Asfar, Khaerul. "Konsep Jiwa Perspektif Al-Qur'an." *Al-Mubarak Jurnal Kajian Al – Quran dan tafsir* 4 no.2 (2019): 53-71
- Azizah Nur Intan. "Manfaat Dzikir Dalam Menenangkan Jiwa." *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 1 no.6 (2023)  
[file:///Users/mac/Downloads/Intan+Nur+Azizah+dan+Noorsyifa+Manfaat+zikir+dalam+menenangkan+jiwa%20\(1\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/Intan+Nur+Azizah+dan+Noorsyifa+Manfaat+zikir+dalam+menenangkan+jiwa%20(1).pdf)
- Debby, Sahara. "Tingkat Ketenangan Jiwa Penyintas Kanker Di Komunitas Cancer Information And Support Center (Sisc) Jakarta." Skripsi Program Studi Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Fakultas Ilmu Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2020.
- Fiantika Rita Feny. Wasil Mohammad, Jumiyyati Sri. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sumatera Barat: PT Global Eksekutif Teknologi, 2022. 59.  
[https://www.researchgate.net/profile/Anita-Maharani/publication/359652702\\_Metodologi\\_Penelitian\\_Kualitatif/links/6246f08b21077329f2e8330b/Metodologi-Penelitian-Kualitatif.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Anita-Maharani/publication/359652702_Metodologi_Penelitian_Kualitatif/links/6246f08b21077329f2e8330b/Metodologi-Penelitian-Kualitatif.pdf)
- Hamdani, H. "*Penerapan zikir thariqah qadiriyyah wa naqsabandiyah (TQN) dalam mengatasi stres (Studi Jam'ah Zikir TQN di desa Bermi Babussalam*." Doctoral dissertation, UIN, Mataram, 2022.

Harahap, Darwin. “Teori Carl Rogers dalam Membentuk Pribadi dan Sosial yang Sehat.” *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2 no.2 (2020): 321-334.

Herlin, Agustini. “Konsep Abu Hamid Al- Ghazali dan Robert Frager Tentang Hati.” Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2021.

<https://jurnal.stituwjombang.ac.id/index.php/irsyaduna/article/view/1566/714>

Ikhlas, Al, Kenedi, Gusril., Afnibar, Ulfatmi. “Konsep Dasar Konseling Pendidikan Islam.” *Jurnal Kolaboratif Sains* 7 no.1 (Januari 2024): 266-267 <file:///Users/mac/Downloads/4858-Article%20Text-17349-2-10-20240122.pdf>

Ilyas Rahmat.” Zikir dan Keteanangan Jiwa: telaah atas Pemikiran Al-Ghazali.” *Jurnal Dakwah dan Peangembangan Sosial Kemanusiaan* 8 no.1 (2017) 90-106 <https://media.neliti.com/media/publications/285126-zikir-dan-ketenangan-jiwa-afe9d828.pdf>

Izzah, Nurul binti Mohd Yusof. “Terapi Dzikir Dan Doa Dalam Mengurangi Stres Pada Mahasiswa Kolej Universiti Darul Qur’an Islamiyyah (KUDQI) Negeri Kuala Terengganu Negara Malaysia.” Skripsi, UIN Ar-Raniry, 2023.

Josef Subagio, Faridah Ulvi Naimah, dan Muslihun. “Peran Thariqat Qodiriyah An Naqsabandiyah Dalam Membentuk Budaya Religius.” *Irsyaduna: Jurnal Srudi Kepustakaan* 4 no.1 (April 2024): 29-39.

Kusuma, Al-Halim, dan Rahmadani Laila. “Imam Al-Ghazali dan Pemikirannya.” *EKHSIS: Jurnal Ekonomi, Syariah dan Studi Islam* 1 no.1 (April 2023): 23-31

Latif, Umar. “Dzikir dan Upaya Pemenuhan Mental-Spiritual Dalam Perspektif Al-qur’an.” *Jurnal At-Taujih* 5 no.1 (Januari-Juni 2022): 29 <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih/article/view/13729/7288>

Lutfiah Hanah, Nahuda. “Kesehatan Mental dalam Prespektif PAI Analisis Kritis Al-Quran Surah Ar-Rad Ayat 2.” *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran* 7 no.3 (2024) 11071-11075 [file:///Users/mac/Downloads/mrizal1,+282.+Hanah+Lutfiah+-+JRPP%20\(1\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/mrizal1,+282.+Hanah+Lutfiah+-+JRPP%20(1).pdf)

Mahzumi Fikri. Muktafi. Yardho. M. “Tarekat dan Nasionalisme: Kiprah Kebangsaan Organisasi Tarekat di Indonesia.” *Nalar: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam* 9 no.1 (Juni 2025) 23-51

<file:///Users/mac/Downloads/Thariqah+and+Nationalism%3B+The+Role+of+Tariqah+Organizations+in+Nationalism+in+Indonesia.pdf>

Manurung, M., dan Tandilangi A, eds. *Ilmu Dasar Keperawatan Gerontik*. Medan: Penerbit Yayasan Kita, 2021.  
<https://repository.umj.ac.id/>.

Mohammad, Iqbal. “Peran Dziir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamah Thoriqoh Naqsabandiyah Studi di Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten lampung Selatan.” Skripsi, UIN Raden Intan, Lampung, 2022/2023.

Nurfajriani Vera Wiyanda, Ilhami Wahyu Muhammad, Mahendra Arivan, “Triangulasi Data Dalam Analisis Data Kualitatif” *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10. No. 17 (September 2024) 826-833  
<file:///Users/mac/Downloads/7892-Article%20Text-25119-1-10-20241014.pdf>

Nurlaila, E. “Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Al-Qusyairi.” *Mutiara : Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah* 2 no.4 (Agustus 2024): 278-284.

Qommarudin, Sa’diyah Halimah. “Kajian Teoritis tentang Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif : Prespektif Spedley, Miles dan Huberman” *Journal of Management, Accounting and Administration* 1 no.2 (2024) 77-84  
<https://pub.nuris.ac.id/journal/jomaa/article/view/93>

Rahmadani, Z., Putri, I. Y., & Yarni, L. “Perkembangan Usia Lanjut.” *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (Jupendis)* 2 no 4 (2024): 39-50.

Rizqi, A. K. “Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab (Studi Tafsir *Al-Mishbah*.” Doctoral dissertation, IAIN, Ponorogo, 2022.

Sabarudin. “Konsep Dzikir Perspektif Hadis.” *Journal Of Religius Studies* 1 no.1 (2024): 80-86 <file:///Users/mac/Downloads/44-1594-1-PB.pdf>

Sholiha Maidatus, Ma’arif Anas .M, Romadhan Syahru.R. “Konseling Islam Dengan Dzikir Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah: Mengatasi Kegelisahan Jiwa dan Bathin.” *AL-Afkar, Journal For Islamic Studies* 4 no.2 (Agustus 2021)

Siti Hikmah., Aisyah., dan Dinda Amalia Dewi., “Terapi Dzikir Sebagai Intervensi Untuk Memberikan Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Panti Wredha Harapan Ibu.” *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu* 8 no.12 (Desember 2024): 2246-6111

- Sugiyono, P. D. *Metode penelitian & pengembangan Research and Development*. Bandung: ALFABETA, cv.
- Suwarno, Wibowo Rahmadi, dan Aulassyahied, Qaem. *Buku Saku tuntunan- doa dan dzikir*. Yogyakarta: LPSI, 2021.
- Wildan, Fadhillah., Yuli Isnaeni, dan Suri Salmiyati. "Pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di UPT rumah pelayanan sosial lanjut usia terlantar Budhi Dharma Yogyakarta." *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, LPPM Universitas 'Aisyiyah, Yogyakarta., 2024.
- Wulandari, S. R., Winarsih, W., dan Istichomah. "Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia di Dusun Mrisi Yogyakarta." *Pengabdian Masyarakat Cendekia* 02 no.2 (Juli 2023): 58-61. <http://repository.stikes-yogyakarta.ac.id/id/eprint/317/3/PKMPUBLIKASI%20PKM%20PENINGKATAN%20DERAJAT%20LANSIA.pdf>.
- Wilar.M.M. Pati. B. Agustin. Pangemnanan. E.S. "Peran Pemerintah Desa Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia Di Desa Lowian Kecamatan Mesan Kabupaten Selatan" *Jurnal Governance* 1 no.2 (2021) 1-11 <file:///Users/mac/Downloads/alfonkimbal,+Meisita+M.Wilar.pdf>
- Wuri, Septi., Madyan, dan Sandi Maspika. "Zikir dan Ketenangan Jiwa: Studi Jama'ah Tarekat Desa Rawa jaya Merangin." *Journal Of Islamic Guidance and Counseling* 5 no.1 (Juni 2021): 1-16. [file:///Users/mac/Downloads/admin,+Journal+editor,+49-Article+Text-400-2-4-20220115%20\(3\).pdf](file:///Users/mac/Downloads/admin,+Journal+editor,+49-Article+Text-400-2-4-20220115%20(3).pdf).
- Yaslina, Y., Moidaliza, M., & Srimutia, R. "Aspek fisik dan psikososial terhadap status fungsional pada lansia." In *prosiding seminar kesehatan perintis* 4, no. 2 (2021): 68-73.
- Zuchri, Abdussamad. *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Syakir Media Press, 2021. Google book.
- Nabilla, Rahmadiani. "Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro." *Skripsi, Institut Agama Islam Darussalam, Blokagung*, 2023.
- Rahayu. "Strategi Pembimbing Tarekat bagi Lanjut Usia Di Pesantren Nurul Yakin Desa Berebe Kecamatan Dabun Gelang kabupaten Gayo Lues." *Skripsi, UIN Sumatera Utara Medan*, 2021.

Rahmadiani, N. "Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam'iyah Azzakiyah Dusun. Blokagung Desa Karangdoro." Skripsi, Institut Agama Islam Darussalam, Blokagung, 2023.

Rizqiyah Hawla. "Bimbingan dan Konseling Islam Perspektif Dakwah Menurut Samsul Munir." Skripsi, UIN Raden Intan Lampung, 2017.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Lampiran 2

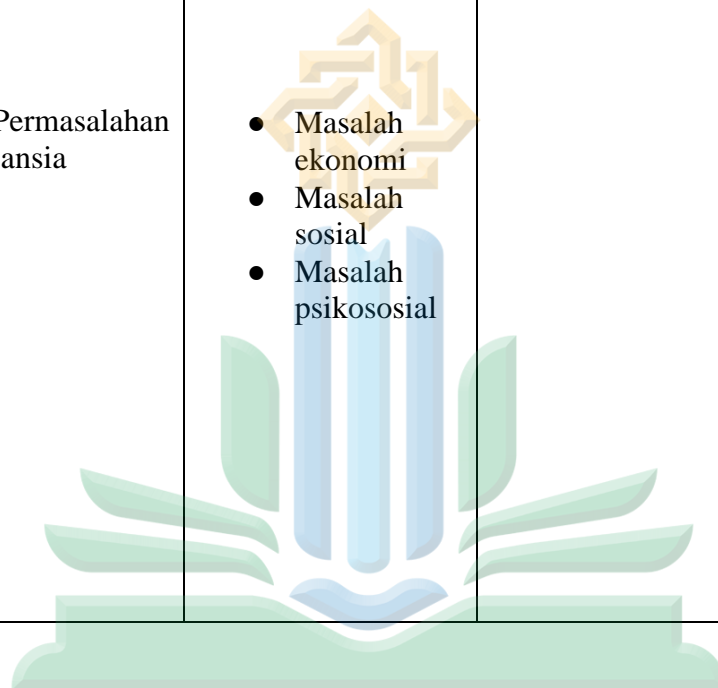
### MATRIK PENELITIAN

JUDUL	VARIABEL	SUB VARIABEL	INDIKATOR	SUMBER DATA	METODE PENELITIAN	FOKUS PENELITIAN
Penerapan Dzikir Khususiyah Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiya</i> h Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo	1. Penerapan Dzikir Khususiyah	a) Kajian konseptual dzikir khususiyah  b) Peran penerapan dzikir khususiyah	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definisi dzikir</li> <li>Macam-macam dzikir</li> <li>Fungsi dzikir</li> <li>Perbedaan dzikir khususiyah dengan dzikir pada umumnya</li> <li>Fungsi penerapan dzikir khususiyah dalam penelitian</li> </ul>	Data primer informan: <ul style="list-style-type: none"> <li>Kepala pimpinan <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiya</i> h Desa Rejeni</li> <li>Anggota <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiya</i> h Desa Rejeni</li> </ul> Data sekunder: <ul style="list-style-type: none"> <li>Buku</li> <li>Jurnal</li> <li>Internet</li> </ul>	1. Pendekatan penelitian : Kualitatif  2. Jenis penelitian: Kualitatif deskriptif  3. Lokasi penelitian : Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiya</i> h Desa Rejeni  4. Penentuan informan : Purposive sampling	1. Bagaimana Penerapan Dzikir khususiyah dalam <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiya</i> h Desa Rejeni, kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo?  2. Bagaimana dampak Dzikir Khususiyah Dalam <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiya</i>



	2. Ketenangan Jiwa	Konsep ketenangan jiwa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definisi ketenangan jiwa</li> <li>• Faktor – faktor ketenangan jiwa</li> <li>• Karakteristik ketenangan jiwa</li> </ul>		<p>5. Teknik pengumpulan data : Observasi, wawancara , dokumentasi</p> <p>6. Analisis data : Pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan</p> <p>7. Keabsahan data : Triangulasi sumber, triangulasi teknik</p> <p>8. Tahap - tahap penelitian:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membangun kerangka konseptual</li> </ul>	<p>hterhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia di Desa Rejeni, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo?</p>
	3. Lansia	<p>a) Definisi lansia</p> <p>b) Karakteristik</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individu yang sudah mencapai umur 60 tahun keatas dan perubahan psikologis dan fisiologis</li> <li>• Fisik</li> </ul>			

		lansia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psikologis</li> <li>• Kognitif</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Merumuskan permasalahan penelitian</li> </ul>	
		c) Permasalahan lansia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masalah ekonomi</li> <li>• Masalah sosial</li> <li>• Masalah psikososial</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemilihan sampel</li> <li>• Instrumentasi</li> <li>• Pengumpulan data</li> <li>• Analisis data</li> <li>• Penulisan laporan penelitian</li> </ul>	



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Lampiran 3

### Teknik Pengumpulan Data

#### A. Observasi

Dalam pengamatan (observasi ) ini yang dilakukan adalah mengamati penerapan dzikir khususiyah terhadap ketenangan jiwa pada lansia di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan krembung Kabupaten Sidoarjo meliputi :

Tujuan :

Pengumpulan informasi mengenai kondisi fisik dan non fisik dilakukan untuk mendapatkan gambaran secara utuh tentang bagaimana penerapan dzikir khususiyah di Majelis *Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo

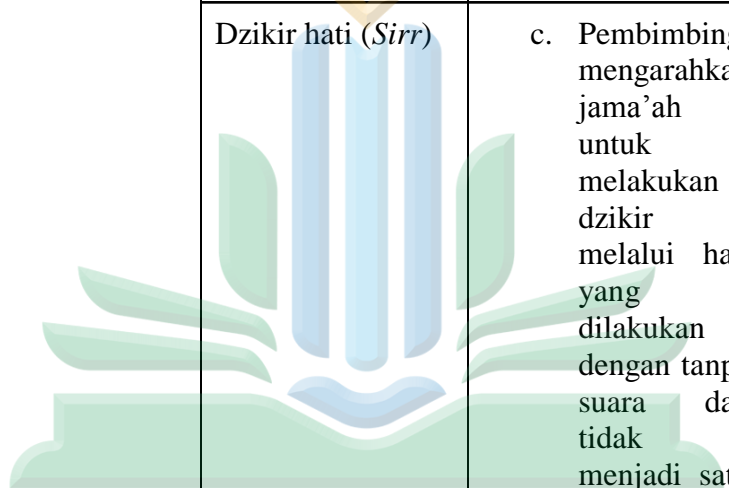
Hari, tanggal : 16 Mei -29 Juli 2025

Tempat : Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

Variabel	Sub variabel	Aspek yang diamati	Indikator	Hasil observasi
Dzikir khususiyah	Penerapan dzikir khususiyah	Baiat	a. Janji atau ikrar seorang guru/ mursyid kepada anggota Jemaah untuk komitmen taat, mengikuti ajaran serta	Mursyid memberikan arahan akan bentuk komitmen yang harus dikerjakan Jemaah thoriqoh seperti melakukan penamalan dzikir sesuai dengan tingkatan yang sudah dilampaui oleh anggota



			menjalankan sesuai aturan mursyid.	Jemaah.
		Metode dzikir lisan ( <i>Jahr</i> )	b. Pembimbing memimpin jamaah thoriqoh dengan melafakan kalimat thoyyibah dan membaca bacaan istinghosah dengan suara yang jelas dan mengikuti alur bacaan serta kondisi yang tenang menghadap kiblat	Berdasarkan pengamatan penelitian pada tanggal 16 Mei 2025, pembimbing menggunakan metode dzikir lisan sebagai menjadi sarana mengingat Allah secara nyata dan melibatkan pancaindra. Disertai dengan Teknik pelafalan yang tepat dengan bacaan pelan dan menghayati disertai dengan bacaan secara tartil. Diawali dengan ucapan “Ila” ditarik lafal tersebut ke atas sambil mengangkat kepala dari tunduk sampai dengan posisi kepala lurus sejajar pada pandangan depan, kemudian dilanjut membaca “illah” disertai kepala menengok ke samping tepat di bahu kiri dan dilanjut membaca “illallah” tepat kepala tertuju pada dada sebelah kiri dibaca sekitar 165 kali. Dalam hal ini pembimbing



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

				memandu dalam proses kegiatan dzikir dan juga menganjurkan untuk menggunakan dengan Teknik secara benar dan tepat dengan tujuan agar makna dari dzikir tersebut melebur jadi satu dalam jiwa.
		Dzikir hati ( <i>Sirr</i> )	c. Pembimbing mengarahkan jama'ah untuk melakukan dzikir melalui hati yang dilakukan dengan tanpa suara dan tidak menjadi satu saff.	Pembimbing mengarahkan jama'ah untuk mencari tempat ternyaman dan tidak boleh untuk saling berdekatan dengan jama'ah satu dengan yang lainnya dan menuntun jama'ah untuk melakukan dzikir sir dengan melafadzkan kalimat "Allah" di dalam hati dengan duduk timpo ngiwo yang sudah di ajarkan oleh mursyid disertai memejamkan mata dan lidah di ditarik ke atas ke langit-langit mulut. Hal ini dilakukan dengan tujuan melatih fokus dan menyerahkan diri kepada Allah SWT. Khalifah juga menganjurkan



				<p>anggota untuk melakukan dzikir sir dimana saja dan kapan saja namun hanya dengan menyebut nama “Allah” di dalam hati dengan diiringi mengingat akan kuasanya dan kebesarannya.</p>
		Tawasul	<p>Mengarahkan Jemaah untuk membaca bersama bacaan khusus di peruntukkan kepada Nabi Muhammad, keturunan nya beserta pengikutnya.</p>	<p>Dengan membaca di awali dengan membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada nabi Muhammad sebanyak 100 bacaan, dilanjut Membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada syeh Abdul Qodir Aljailani 1 kali bacaan kemudian membaca Al-fatiha diperuntukkan kepada muslimin-muslimat 1 kali bacaan, dilanjut membaca kalimat (Allah) sebanyak 1000 kali bacaan dan yang terkahir membaca illahi anta maksudi waridhoka matdlubi allahi mahabataka wama ma'rifatah 1 kali bacaan.</p> <p>Pembimbing</p>

		Mauidho	Mengarahkan Jemaah untuk menyimak dan mengikuti sesakmaan ceramah yang disampaikan oleh mursyid/khalifah	Memberikan nasihat atau peringat rohani yang bertujuan untuk mengarahkan anggota kepada kebaikan dan menjauhi kenurukan
Ketenangan jiwa	Aspek Psikologis	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tingkat kecemasan</li> <li>- Rasa gelisa</li> <li>- Stress</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berkurangnya kecemasan</li> <li>- Hilangnya kegelisahan</li> <li>- Meningkatnya rasa sabar dan ikhlas</li> </ul>	Lansia melaporkan berkurangnya stres, lebih sabar, dan lebih ikhlas menerima proses penuaan.
	Aspek keagamaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kualitas ibadah</li> <li>- Kedekatan dengan Allah SWT</li> <li>- Rasa tawakal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lansia lebih rajin beribadah</li> <li>- Rasa pasrah meningkat</li> <li>- Keyakinan lebih kuat</li> </ul>	Lansia merasa lebih dekat dengan Allah, lebih tawakal, dan lebih khusyuk dalam ibadah.
	Aspek Sosial	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interaksi dengan sesama jama'ah</li> <li>- Dukungan sosial keluarga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lansia aktif dalam majelis</li> <li>- Hubungan sosial membaik</li> <li>- Rasa kesepian berkurang</li> </ul>	Lansia merasa hangat, diterima, dan lebih bersemangat berinteraksi. Rasa kesepian berkurang signifikan.
	Aspek Fisiologis	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kondisi kesehatan fisik</li> <li>- Kualitas tidur</li> <li>- Energi tubuh</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tubuh lebih bugar</li> <li>- Tidur lebih nyenyak</li> <li>- Produktivitas meningkat</li> </ul>	Lansia merasa tubuh lebih sehat, tidur lebih teratur, dan lebih bersemangat dalam aktivitas sehari-hari.

## PEDOMAN WAWANCARA

Subyek Penelitian : Basuki Mufthi (Pimpinan TQN Desa Rejeni)

No.	Pertanyaan Penelitian
1.	Bagaimana sejarah Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> ?
2.	Bagaimana perkembangan Anggota dalam Majelis Thoriqoh dari tahun ketahun
3.	Bagaimana proses pelaksanaan dzikir khususiyah di majelis ini?
4.	Siapa yang berwenang memimpin jama'ah dalam desa Thoriqoh, dan bagaimana cara penunjukannya?
5.	Bagaimana perasaan Bapak saat mengikuti dzikir khususiyah?
6.	Tujuan dari adanya Majelis Thoriqoh ini apa ?
7.	Bagaimana dengan bentuk proses baiat bapak dalam Majelis Thoriqoh ini?
8.	Ada berapa tingkatan dalam Baiat?
9.	Bagaimana bentuk tata tertib dalam pengamaln dzikir khususiyah?
10.	Sejak kapan Bapak mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis ini?
11.	Bagaimana perasaan Bapak saat mengikuti dzikir khususiyah?
12.	Apakah ada perubahan perasaan sebelum dan sesudah mengikuti dzikir? Bisa diceritakan?
13.	Apa yang Bapak rasakan di hati dan pikiran ketika berdzikir?
14.	Apakah setelah rutin mengikuti dzikir, Bapak merasa lebih tenang?
15.	Dalam situasi sulit atau sedih, apakah dzikir membantu Bapak merasa lebih kuat atau tenang? Bagaimana contohnya?
16.	Apa makna dzikir khususiyah bagi Bapak/Ibu secara pribadi?
17.	Bagaimana pandangan Bapak tentang manfaat dzikir ini bagi para lansia lainnya?
18.	Apa dampak dari penerapan dzikir khususiyah bagi anggota Thoriqoh?
19.	Apakah terdapat hambatan saat pelaksanaan dzikir khsuusiayah ini?
20.	Apa pengaruh penerapan dzikir khsuusiayah di era modern ini?



21.	Bapak selaku pimpinan thoriqoh ini Harapan apa yang ingin diwujudkan dalam majelis ini terkhusus pada kegiatan dzikir khususiyah ke depannya?
-----	---

Subyek Penelitian: Anggota TQN Desa Rejeni

No.	Pertanyaan Penelitian
1.	Sejak kapan Bapak/Ibu mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis ini?
2.	Apa yang membuat Bapak/Ibu tertarik mengikuti kegiatan dzikir ini?
3.	Bagaimana proses pelaksanaan dzikir khususiyah di majelis ini?
4.	Bagaimana perasaan Bapak/Ibu saat mengikuti dzikir khususiyah?
5.	Apakah ada perubahan perasaan sebelum dan sesudah mengikuti dzikir? Bisa diceritakan?
6.	Apa yang Bapak/Ibu rasakan di hati dan pikiran ketika berdzikir?
7.	Apakah setelah rutin mengikuti dzikir, Bapak/Ibu merasa lebih tenang?
8.	Bisa dijelaskan, ketenangan seperti apa yang dirasakan?
9.	Dalam situasi sulit atau sedih, apakah dzikir membantu Bapak/Ibu merasa lebih kuat atau tenang? Bagaimana contohnya?
10.	Apa makna dzikir khususiyah bagi Bapak/Ibu secara pribadi?
11.	Bagaimana pandangan Bapak/Ibu tentang manfaat dzikir ini bagi para lansia lainnya?
12.	Harapan Bapak/Ibu terhadap kegiatan dzikir khususiyah ke depannya?

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

Lampiran 4

**FOTO KEGIATAN PENELITIAN**

Dokumentasi	Keterangan
	<p>Wawancara dengan Pimpinan Majelis Thoriqoh <i>Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo (Basuki Mufthi), 16 Mei 2025</p>
	<p>Wawancara dengan Ibu Hj. Nurul Anggota Majelis dalam <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo 17 Maret 2025</p>

	<p>Wawancara dengan Ibu Hj. Sholikhah Anggota dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo 17 Maret 2025</p>
	<p>Wawancara dengan Bapak Suparman Anggota dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo 18 Maret 2025</p>
	<p>Wawancara dengan Bapak Hasyim Anggota dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo 29 Maret 2025</p>

	<p>Kegiatan dzikir khususiyah</p> <p>Metode dzikir jahr (lisan) dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo</p> <p>16 Maret 2025</p>
	<p>Kegiatan dzikir khususiyah</p> <p>Metode dzikir Sirr (Hati) dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo</p> <p>16 Maret 2025</p>
	<p>Kegiatan Mawidho dalam Majelis <i>Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah</i> Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo</p> <p>16 Maret 2025</p>



Lampiran 5

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Istofina Azzaroh

NIM : 211103030034

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

Institusi : Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul:

**“Penerapan Dzikir Khususiyah Terhadap Ketenangan Jiwa pada Lansia dalam Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Desa Rejeni Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo”**

Menyatakan yang sebenar- benarnya bahwa tidak ada unsur- unsur manipulasi data penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan orang lain. Seluruh kutipan, rujukan, atau pendapat dari berbagai sumber telah saya cantumkan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa tulisan ini merupakan hasil plagiasi atau terdapat pelanggaran akademik lainnya, maka saya bersedia menerima segala konsekuensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan penuh rasa tanggung jawab, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.


Jember, 17 September 2025  
Yang menyatakan,



**Istofina Azzaroh**

Lampiran 6

KARTU KONSULTASI SKRIPSI



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**  
**FAKULTAS DAKWAH**  
 Jl. Mataram No. 1 Mangli, Jember Kode Pos 68136 Telp. (0331) 487550 Fax (0331) 427005  
 e-mail : fakultasdakwah@uinkhas.ac.id Website : www.fakwah.uin-jember.ac.id

**KARTU KONSULTASI SKRIPSI**




Nama : ISTOFINA ANWARAH  
 NIM : 21119030034  
 Fak : DAKWAH  
 Prodi : MANAJEMEN DAN KONSELING ISLAM  
 Judul Skripsi : PENERAPAN DZIKIR KHURUSYAH TERHADAP  
KESEMANJUAN JIWA PADA LANSIA DI MASYARAKAT DI KESON  
KOTA MASTORA S.S. KALI  
 Dosen Pembimbing : .....

NO	TANGGAL	POKOK BAHASAN	TTD. DOSEN PEMBIMBING
1	27 Desember 2024	PERUBAHAN JUDUL	<i>[Signature]</i>
2	<del>20 Desember 2024</del>	bimbingan proposal	<i>[Signature]</i>
3	<del>19 Desember 2024</del>	bimbingan proposal	<i>[Signature]</i>
4	18 Maret 2025	Bimbingan Proposal	<i>[Signature]</i>
5	05 Mei 2025	Bimbingan proposal	<i>[Signature]</i>
6	18 Juli 2025	Bimbingan Skripsi	<i>[Signature]</i>
7	15 Agustus 2025	Bimbingan Skripsi	<i>[Signature]</i>
8	1 September 2025	Bimbingan Skripsi	<i>[Signature]</i>
9	4 September 2025	Bimbingan Skripsi	<i>[Signature]</i>
10	9 September	Bimbingan Skripsi	<i>[Signature]</i>
11	11 September	Bimbingan Skripsi	<i>[Signature]</i>
12			
13			
14			
15			
16			

Mengetahui,  
 Kaprodi.....  
  
 (.....)  
 NIP.

## JURNAL KEGIATAN PENELITIAN

**JURNAL KEGIATAN PENELITIAN**

NO	TANGGAL	KEGIATAN	PARAF
1.	16 Mei 2025	Menyerahkan surat izin penelitian ke Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	
2.	16 Mei 2025	Wawancara dengan bapak Basuki Mufti selaku pimpinan Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	
3.	17 Mei 2025	Wawancara dengan ibu sholikhah selaku anggota Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	
4.	17 Mei 2025	Wawancara dengan ibu nurul selaku anggota Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	
5.	18 Mei 2025	Wawancara dengan bapak suparman selaku anggota Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	
6.	19 Mei 2025	Wawancara dengan bapak hasyim selaku anggota Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	
7.	29 Juli 2025	Wawancara dengan ibu ifah selaku anggota Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	
8.	29 Juli 2025	Meminta surat izin selesai penelitian di majelis thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejени Krembung Sidoarjo	

Sidoarjo, 29 Juli 2025  
Kepala Majelis TQN Rejени

  
Basuki Mufti

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

CS Scanned with CamScanner

Lampiran 8

SUARAT PERMOHONAN IZIN PENELITIAN

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**FAKULTAS DAKWAH**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**  
Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136  
email : [fakultasdakwah@uinkhas.ac.id](mailto:fakultasdakwah@uinkhas.ac.id) website: <http://ddakwah.uinkhas.ac.id/>



Nomor : B. 2081/Un.22/D.3.WD.1/PP.00.9/ 5/2025 08 Mei 2025  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.  
pimpinan majelis Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Istofina Azzaroh  
NIM : 211103030034  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Semester : VIII (delapan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama ± 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "PENERAPAN DZIKIR KHUSUSIYAH TERHADAP KETENANGAN JIWA PADA LANSIA DI MAJELIS THORIQOH QODIRIYAH NAQSABANDIYAH DESA REJENI KECAMATAN KREMBUNG KABUPATEN SIDOARJO"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb.**

a.n. Dekan  
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan,  
  
Uun Yusufa  




 Dipindai dengan CamScanner



## SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN



PENGURUS PUSAT  
JAMAAH THORIQOH QODIRIYAH WA  
NAQSABANDIYAH REJENI  
Alamat: Jl. Raya Rejani No.29, Pakem, Rejani, Kec. Krembung,  
Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur

### SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: **Basuki Mufti**  
Jabatan: Kepala Majelis TQN Rejani  
Alamat: Jl. Rejani, Rt 11 Rw 06, Rejani, Kec. Krembung

Dengan ini menyatakan bahwa:

Nama: **Istofina Azzaroh**  
Tempat, tanggal lahir: Sidoarjo, 07 Juli 2002  
NIM: 211103030034  
Fakultas: Dakwah  
Universitas: Universitas Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Bahwa nama diatas tersebut benar-benar melakukan tugas penelitian di Majelis Thoriqoh Qodiriyah Wa Naqsabandiyah Rejani, sebagai acuan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul "Penerapan Dzikir Khususiyah Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Desa Rejani Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo".

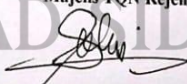
Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya, Terima kasih.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

Sidoarjo, 29 juli 2025

Ketua

Majelis TQN Rejani

  
**Basuki Mufti**

## TRANSKIP WAWANCARA

### Informan Utama Kepala Pimpinan *Thoriqoh Qodriyah Wa Naqsabandiyah* Desa Rejeni

Pedoman Wawancara : basuki Mufthi (Pimpinan TQN Desa Rejeni)

No.	Pertanyaan Penelitian	Jawaban
22.	Bagaimana sejarah Majelis <i>Thoriqoh Qodriyah Wa Naqsabandiyah</i> ?	Iya mbk, majelis ini sebenarnya sudah mulai berkembang sekitar tahun 1970-an, setelah masa kemerdekaan. Pendiri majelis thoriqoh di Desa Rejeni adalah Kyai Ajmain Sholeh dan Kyai Arip kandaianan yang mendirikan. Mereka berdua dulu murid dari Mbah Kyai Romli Jombang. Atas ijazah dari beliau, keduanya diutus untuk mendirikan Majelis Thoriqoh Qodriyah wa Naqsabandiyah di sini, sebagai wadah masyarakat, terutama lansia, supaya bisa memperdalam dan mengembangkan spiritualitas. Waktu itu, pengikutnya bisa dibilang ratusan, dan bahkan Desa Rejeni ini sempat jadi pusat thoriqoh di wilayah Kecamatan Krembung.
23.	Bagaimana perkembangan Anggota dalam Majelis Thoriqoh dari tahun ketahun	Nah, sekitar tahun 1977-an itu, mbk, muncul masalah. Salah satu pendiri majelis kyai mustain ikut terlibat dalam politik. Dari situ timbul kesalahpahaman di kalangan jamaah, karena mereka berbeda pendapat dalam menafsirkan tujuan dan alasan keterlibatan beliau di dunia politik. Akhirnya, perbedaan itu memicu ketegangan dan berujung pada perpecahan di majelis. Sejak kejadian itu, jumlah pengikut jadi tidak stabil. Tapi syukurlah, beberapa tahun terakhir ini mulai kelihatan perbaikan. Partisipasi anggota dalam kegiatan thoriqoh pelan-pelan membaik, bahkan makin menunjukkan perkembangan yang positif.
24.	Bagaimana proses pelaksanaan dzikir khususiyah di majelis ini?	kegiatan keseharian di majelis itu diawali dengan sholat sunnah, dari sholat sunnah

		<p>tasbih, sholat sunnah tsubutil iman, sholat sunnah hajat kemudian dilanjut dengan sujud syukur, habis sholat itu mbk khusus dari dzikirnya itu dzikir secara lisan dan hati jadi dzikir ini dilakukan ada tingkatannya saat pengamalannya sesuai dengan tingkatannya jadi dzikir ini diawali dengan istighosah bersama-sama terus membaca kalimat lailahailallah sebanyak 165 kali dan dilanjut dzikir di hati itu membaca kalimat allah sambil memejamkan mata sehabis itu dilanjut dengan mauidhoh dipimpin bapak basuki selaku pimpinan thoriqoh atau mursyid dari luar</p>
25.	Siapa yang berwenang memimpin jama'ah dalam desa Thoriqoh, dan bagaimana cara penunjukannya?	<p>Kalau dalam desa thoriqoh di pimpin oleh khalifah yang mana ditugaskan dan sudah diberikan amanah oleh mursyid untuk memimpin jama'ah dan tidak sembarang orang</p>
26.	Bagaimana perasaan Bapak saat mengikuti dzikir khususiyah?	<p>Inggh, lebih ke bermanfaat untuk ketenangan jiwa, melatih diri untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT karena dengan dzikir tatmainnul kulub, allabidzikrilahi tatmainnul qulub dengan dzikir hati bisa tenang dan juga melatih diri menjelang kematian itu dengan kebiasaan melafdzkan "laillaha illallah" dan "Allah" dengan biasanya nanti dengan apa itu secara reflek itu akan diucapkan. Dan di percaya di thoriqoh itu saling keterkaitan jadi nanti itu seperti saya ikut guru saya, ada penolong-penolongnya karena ulama dan kyai diberikan wewenang juga untuk memberikan syafaat selain nabi Muhammad, ini guru nya ini dan berikutnya di sampaikan di sini, istilahnya banyak yang mendampingi.</p>
27.	Tujuan dari adanya Majelis Thoriqoh ini apa ?	<p>Berjalanya thoriqoh ini dengan tujuan agar dapat memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk menumbuhkan kedekatan diri kepada allah sehingga mencapai kehidupan yang damai tentram dan tentunya dapat membentuk ketenangan jiwa dan hati</p>

28.	Bagaimana dengan bentuk proses baiat bapak dalam Majelis Thoriqoh ini?	<p>Baiat itu tiap minggu waktunya terserah malam siang ndak papa. Kalau bentuk suluk, satu bulan sekali jombang senin pahing di keliling sabtu kliwon tiap bulan ketemu guru mursyid atas pimpinan guru mursyid, semacam baiat an seperti disitilahkan menambah daya setrum.</p> <p>Proses baiat nya biasa dihadapan guru mursyid nanti ada mukhodhimah janji-janji setia kepada guru, nabi Muhammad, Allah swt.</p> <p>Emang ada yang baiat itu sampai menyimpang seperti di laut dan suluk di tempat yang sepi di gunung. Disini minimal di beri sekat sekat harus menepi kalau bisa menghindari tidak mengganggu yang lain.</p>
29.	Ada berapa tingkatan dalam Baiat?	<p>7 tingkatan mulai awal sampai dengan latifatul qalab dzikirnya “Allah” di lebur di getih, sunsum, belung itu jadi satu itu tingkatan yang paling tinggi pandangannya ada di bawah payudara 2 nyari. Seluruh anggota tubuh. setiap tingkatan baiat yang dilakukan oleh anggota terdapat manfaat masing-masing bagi anggota dan tujuh tingkatan tersebut berpengaruh pada Kesehatan, rasa cemas dan kesepian, dan lebih mudah juga dalam berkehidupan</p>
30.	Bagaimana bentuk tata tertib dalam pengamaln dzikir khususiyah?	<p>Tidak ada tatat tertib yang giman-gimana Cuma di sunnakan untuk memakai baju putih dan duduknya timpo ngiwo dengan tujuan disaat dzikir dan seketika meninggal dengan posisi yang bagus. Langsung menghadap ke arah barat, lalu rebah dengan posisi kepala ke utara dan wajah menghadap kiblat secara otomatis. Thoriqoh itu adalah latihan untuk menghadapi kematian.</p>
31.	Sejak kapan Bapak mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis ini?	Sudah lama saya mengikuti
32.	Bagaimana perasaan Bapak saat mengikuti dzikir khususiyah?	<p>Inggh, lebih ke bermanfaat untuk ketenangan jiwa, melatih diri untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT karena dengan dzikir tatmainnul kulub,</p>

		<p>allabidzikrilahi tatmainnul qulub dengan dzikir hati bisa tenang dan juga melatih diri menjelang kematian itu dengan kebiasaan melafdzkan “laillaha illallah” dan “Allah” dengan biasanya nanti dengan apa itu secara reflek itu akan diucapkan. Dan di percaya di thoriqoh itu saling keterkaitan jadi nanti itu seperti saya ikut guru saya, ada penolong-penolongnya karena ulama dan kyai diberikan wewenang juga untuk memberikan syafaat selain nabi Muhammad, ini guru nya ini dan berikutnya di sampaikan di sini, istilahnya banyak yang mendampingi.</p>
33.	Apakah ada perubahan perasaan sebelum dan sesudah mengikuti dzikir? Bisa diceritakan?	<p>Alhamdulillah, mbk. Kalau sebelum dzikir biasanya hati terasa agak berat, pikiran juga campur aduk memikirkan urusan sehari-hari. Tapi setelah dzikir, hati terasa lebih ringan, tenang, dan ada semacam kelapangan dada. Seperti ada beban yang hilang begitu saja.</p>
34.	Apa yang Bapak rasakan di hati dan pikiran ketika berdzikir?	<p>Yang saya rasakan itu hati lebih damai, mbk. Pikiran jadi fokus hanya kepada Allah. Seolah-olah saya dituntun untuk lebih dekat, sehingga tidak mudah diganggu dengan hal-hal duniawi yang bikin gelisah</p>
35.	Apakah setelah rutin mengikuti dzikir, Bapak merasa lebih tenang?	<p>Iya betul, mbk. Setelah rutin dzikir, ketenangan itu terasa dalam bentuk sabar dan menerima keadaan dengan lapang. Kalau dulu sedikit-sedikit mudah gelisah, sekarang lebih bisa menahan diri dan tidak gampang panik menghadapi masalah.</p>
36.	Dalam situasi sulit atau sedih, apakah dzikir membantu Bapak merasa lebih kuat atau tenang? Bagaimana contohnya?	<p>Sangat membantu, mbk. Misalnya ketika ada masalah keluarga atau kesulitan ekonomi, dengan dzikir hati terasa lebih kuat. Kalau dulu mungkin bingung dan putus asa, sekarang lebih bisa menerima dengan ikhlas sambil tetap berusaha. Jadi dzikir ini seperti penguat batin</p>

37.	Apa makna dzikir khususiyah bagi Bapak/Ibu secara pribadi?	Bagi saya, dzikir khususiyah itu bukan sekedar ritual. Tapi jadi jalan untuk mendekatkan diri kepada Allah dan menenangkan jiwa. Ada rasa dekat, rasa damai, dan juga semacam pengingat bahwa hidup ini harus selalu bersandar kepada-Nya.
38.	Bagaimana pandangan Bapak tentang manfaat dzikir ini bagi para lansia lainnya?	Menurut saya, dzikir ini sangat bermanfaat untuk para lansia, Karena di usia lanjut, biasanya orang banyak memikirkan penyakit, kesepian, atau kekhawatiran. Dengan dzikir, mereka bisa merasa lebih tenang, lebih pasrah, dan hidupnya jadi lebih bermakna.
39.	Apa dampak dari penerapan dzikir khususiyah bagi anggota Thoriqoh?	Banyak sekali anggota merasakan dampaknya seperti lebih tenang jiwa dan lebih dekat dengan Allah SWT dan dimanapun ringan dalam mengingat Allah SWT
40.	Apakah terdapat hambatan saat pelaksanaan dzikir khususiyah ini?	<p>Untuk hambatan tidak ada namun misalkan keadaan sibuk tidak sempat mengamalkan dzikirnya, bisa dilakukan dengan melafalkannya cuma 21 kali. Jika ada waktu longgar bisa disauri dan kalau lupa itu tanggungan full mursyid full dziir terus,. Memang enak nya ada guru mursyid ada yang nanggung.</p> <p>Dalam melakukan dzikir khususiyah tidak harus di dalam majelis dan hal ini juga kita giring untuk menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, karena penerapan ini juga ndak menjadi hambatan saat beraktivitas</p>
41.	Apa pengaruh penerapan dzikir khususiyah di era modern ini?	Thoriqoh tidak bertentangan dengan situasi apapun, dzikir sirri juga ndak berpengaruh juga ndak lama paling ½ jam., dan Adapun tuntutan dari mursyid kepada anggota untuk melaksanakan kehidupan dunia dan akhirat harus seimbang.
42.	Bapak selaku pimpinan thoriqoh ini Harapan apa yang ingin diwujudkan dalam majelis ini terkhusus pada kegiatan dzikir khususiyah ke	Harapan saya sederhana. Semoga majelis ini tetap istiqomah, makin banyak jamaah yang ikut merasakan manfaat dzikir khususiyah, dan bisa menjadi wadah



	depannya?	untuk memperkuat iman, menenangkan jiwa, serta mempererat persaudaraan. Jadi bukan hanya bermanfaat untuk diri pribadi, tapi juga untuk masyarakat sekitar
--	-----------	--

Subyek Penelitian: Ibu Sholikhah

No.	Pertanyaan Penelitian	Jawaban
1.	Sejak kapan ibu mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis ini?	Saya tiga tahun mengikuti majelis ini.
2.	Apa yang membuat ibu tertarik mengikuti kegiatan dzikir ini?	<i>Saya tertarik karena di dalam dzikir ini ada rasa kedekatan yang begitu nyata dengan Allah, Nak. Usia saya sudah lanjut, dan saya merasa semakin butuh pegangan. Dzikir membuat hati saya lebih tenteram, lebih kuat, dan tidak merasa sendirian meskipun anak-anak sudah sibuk dengan urusan masing-masing.</i>
3.	Bagaimana proses pelaksanaan dzikir khususiyah di majelis ini?	jadi kegiatan biasanya itu di pimpin sama pak bas untuk sholat sunnah dzikir khususiyah dan mauidhoh diisi beliau dan dzikir tapi sekarang juga salah satu anggota jam'iyah diarahkan untuk jadi yang memimpin dzikir pak arif jadi sekarang beliau memimpin dan seiring berjalannya waktu juga sambil belajar sambil menerapkan
4.	Bagaimana perasaan ibu saat mengikuti dzikir khususiyah?	Rasanya hati ini seperti dipeluk, Nak. Ada damai yang sulit saya ungkapkan dengan kata-kata. Kadang sampai meneteskan air mata karena terasa sekali kelembutan kasih sayang Allah. Badan yang lemah ini jadi ikut terasa ringan.
5.	Apakah ada perubahan perasaan sebelum dan sesudah mengikuti dzikir? Bisa diceritakan?	Sebelum dzikir, hati saya sering gelisah. Pikiran ke mana-mana, kadang takut dengan keadaan atau masa depan. Tapi setelah dzikir, hati terasa lapang, lebih bisa menerima apa pun yang terjadi. Ada rasa pasrah tapi bukan menyerah, justru menambah semangat untuk menjalani

		hidup.
6.	Apa yang Ibu rasakan di hati dan pikiran ketika berdzikir?	<i>Yang saya rasakan itu seakan hati ini dipenuhi cahaya, Nak. Pikiran jadi lebih jernih, tidak mudah terbawa oleh hal-hal duniawi. Ada rasa dekat dengan Allah, seolah-olah sedang berbicara langsung dengan-Nya.</i>
7.	Apakah setelah rutin mengikuti dzikir, ibu merasa lebih tenang?	Ya, tentu saja, Nak. Setelah rutin dzikir, saya merasa lebih tenang dalam menghadapi hidup. Kalau ada masalah kecil atau besar, saya tidak mudah gelisah lagi. Hati ini seperti lebih siap dan sabar.
8.	Bisa dijelaskan, ketenangan seperti apa yang dirasakan?	Ketenangan itu bukan hanya diam tanpa gelisah, Nak. Tapi lebih dalam lagi, hati ini terasa selalu dalam perlindungan Allah. Apa pun yang terjadi, ada keyakinan kuat bahwa Allah tidak akan meninggalkan saya.
9.	Dalam situasi sulit atau sedih, apakah dzikir membantu ibu merasa lebih kuat atau tenang? Bagaimana contohnya?	Sangat membantu, Nak. Waktu saya sakit parah beberapa tahun lalu, rasa takut itu besar sekali. Tapi dengan dzikir, saya merasa kuat. Rasa sakitnya tetap ada, tapi hati ini jadi lebih sabar. Saya yakin itu pertolongan Allah lewat dzikir.
10.	Apa makna dzikir khususiyah bagi ibu secara pribadi?	Bagi saya, dzikir khususiyah itu seperti penopang hidup, Nak. Ia memberi ketenangan dan rasa aman di hati. Usia saya makin senja, dan dzikir ini yang membuat saya merasa siap kalau suatu saat dipanggil Allah.
11.	Bagaimana pandangan ibu tentang manfaat dzikir ini bagi para lansia lainnya?	Kegiatan ini bagus bagi lansia, saya sendiri merasakan dampaknya dalam aspek fisik maupun kedamaian hati saya, selama saya menerapkan dzikir ini saya tidak merasakan kegelisahan lagi
12.	Harapan ibu terhadap kegiatan dzikir khususiyah ke depannya?	Harapan saya, semoga majelis dzikir ini tetap terjaga sampai kapan pun, Nak. Kalau bisa, bukan hanya orang tua saja, tapi anak muda juga ikut. Karena dzikir ini bekal untuk siapa pun, dari muda sampai tua, untuk hidup di dunia dan nanti di akhirat



Subyek Penelitian: Ibu Nurul

No.	Pertanyaan Penelitian	Jawaban
13.	Sejak kapan ibu mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis ini?	Lima tahun saya mengikuti majelis ini.
14.	Apa yang membuat ibu tertarik mengikuti kegiatan dzikir ini?	Dulu di ajak suami dipaksa ikut, tapi semakin saya rasakan saat ikut majelis. Soalnya dulu kepentok dengan adanya cucu jadi.
15.	Bagaimana proses pelaksanaan dzikir khususiyah di majelis ini?	Melafalkan kalimat “Allah” di dalam hati dan dengan lidah keatas di hati Allah saja ndak bisa berbicara. Cepat hati ditimbang mulut. Lidah di tekuk keatas, mata dipejamkan rapat di hati saja.
16.	Bagaimana perasaan ibu saat mengikuti dzikir khususiyah?	Sangat membuat lega dan tenang, dan saya menyesal kenapa tidak dari dulu mengikuti thoriqoh ini terutama menerapkan dzikir ini.
17.	Apakah ada perubahan perasaan sebelum dan sesudah mengikuti dzikir? Bisa diceritakan?	saya menyesal tidak mengikuti thoriqoh dari dulu, saya selama mengikuti dan mengamalkan dzikir khususiyah saya yang dulu khawatir ekonomi sekarang saya serahkan pada allah dan bisa lebih legowo dan tubuh yang saya rasakan semakin ringan dan lebih segar
18.	Apa yang Ibu rasakan di hati dan pikiran ketika berdzikir?	Pasrah kepada Allah, tenang hati sama dunia dulu merasa mikir kalau ndak ada uang, sekarang tenang, apa kata gusti Allah
19.	Apakah setelah rutin mengikuti dzikir, ibu merasa lebih tenang?	Soalnya ingat dikit satu badan di masuki kalimat “Allah” saja intinya belajar mati.
20.	Bisa dijelaskan, ketenangan seperti apa yang dirasakan?	Hati semakin tenang ndak gelisah akan besok dan lebih ke legowo
21.	Dalam situasi sulit atau sedih, apakah dzikir membantu ibu merasa lebih kuat atau tenang? Bagaimana contohnya?	Semenjak saya mengikuti kegiatan, saya tidak lagi memikirkan perekonomian saya. Yang dulunya saya takut anak saya tidak bisa makan, tetapi setelah saya mengikuti dzikir ini, saya sudah lebih berpasrah kepada Allah dan akhirnya membuahkan hasil. Allah mempermudah urusan saya dan selalu ada jalan untuk memenuhi kebutuhan anak-anak. Untuk perubahan tubuh, saya merasa tubuh saya semakin ringan

<b>22.</b>	Apa makna dzikir khususiyah bagi ibu secara pribadi?	Mengingat akan Allah SWT dan tentunya belajar unyuk meninggal.
<b>23.</b>	Bagaimana pandangan ibu tentang manfaat dzikir ini bagi para lansia lainnya?	Manfaat sangat nikmat dan fiisk lebih eco, di badan nikmat dan ringan. Pas waktu sholat malam itu nikmat rasanya.
<b>24.</b>	Harapan ibu terhadap kegiatan dzikir khususiyah ke depannya?	Semoga banyak yang ikut mbk dan seng mudah- mudah banyak yang ikut dan merasakan kenikmatan dzikir ini.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

Subyek Penelitian: Bapak Suparman

No.	Pertanyaan Penelitian	Jawaban
1.	Sejak kapan Bapak mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis ini?	Saya mengikuti kegiatan dzikir khususiyah ini sudah sekitar lima tahun, mbk. Awalnya saya diajak oleh teman, kemudian saya merasa cocok dan sampai sekarang masih rutin hadir.
2.	Apa yang membuat Bapak tertarik mengikuti kegiatan dzikir ini?	Yang membuat saya tertarik itu karena dzikir ini menenangkan hati. Selain itu, saya ingin lebih mendekatkan diri kepada Allah, apalagi di usia saya sekarang, rasanya kebutuhan batin itu lebih besar daripada yang lain.
3.	Bagaimana proses pelaksanaan dzikir khususiyah di majelis ini?	Pelaksanaannya biasanya dimulai dengan wirid, lalu dilanjutkan dengan dzikir jahr nyebut “laillahaillah” sebanyak 165 kali dan dzikir lisan ngucap “Allah” sebanyak 1000 kali sesuai arahan khalifah. Semua berjalan tertib, mengikuti tuntunan yang sudah diajarkan mursyid.
4.	Bagaimana perasaan Bapak saat mengikuti dzikir khususiyah?	Perasaan saya tenang sekali, mbk. Hati jadi lebih damai, pikiran terasa ringan, dan badan juga ikut terasa segar setelah berdzikir
5.	Apakah ada perubahan perasaan sebelum dan sesudah mengikuti dzikir? Bisa diceritakan?	Iya, tentu ada. Sebelum dzikir kadang hati saya gelisah, pikiran kacau, apalagi kalau sedang ada masalah. Tapi setelah dzikir, hati jadi lebih sabar, ada ketenangan yang susah saya ungkapkan dengan kata-kata
6.	Apa yang Bapak rasakan di hati dan pikiran ketika berdzikir?	Ketika berdzikir saya merasa seakan-akan hati ini disinari, pikiran lebih fokus kepada Allah, dan ada rasa dekat sekali dengan-Nya.
7.	Apakah setelah rutin mengikuti dzikir, Bapak merasa lebih tenang?	Alhamdulillah, iya mbk benar. Saya merasa jauh lebih tenang dibanding sebelum rutin ikut dzikir.
8.	Bisa dijelaskan, ketenangan seperti apa yang dirasakan?	Ketenangannya itu seperti hati tidak gampang marah, pikiran tidak mudah

		gelisah. Kalau ada masalah, saya lebih bisa menerima dengan ikhlas dan sabar.
9.	Dalam situasi sulit atau sedih, apakah dzikir membantu Bapak merasa lebih kuat atau tenang? Bagaimana contohnya?	Betul sekali. Misalnya waktu saya kehilangan salah satu keluarga, itu sangat berat. Tapi dengan dzikir, saya lebih kuat menjalaninya, bisa menerima takdir Allah dengan lapang dada.
10.	Apa makna dzikir khususiyah bagi Bapak secara pribadi?	Bagi saya, dzikir khususiyah ini ibarat pegangan hidup mbk. Di usia tua seperti sekarang, dzikir menjadi bekal rohani yang membuat saya lebih siap menghadapi apa pun, termasuk kematian.
11.	Bagaimana pandangan Bapak tentang manfaat dzikir ini bagi para lansia lainnya?	Menurut saya, dzikir ini sangat bermanfaat. saya selama menerapkan dzikir ini, saya lebih bisa produktif saat bekerja, lebih fokus mbk dan cepat selesai itu dan saya menerapkan dzikir ini setiap saya mau bekerja dan setiap setelah melakukan sholat lima waktu
12.	Harapan Bapak terhadap kegiatan dzikir khususiyah ke depannya?	Harapan saya semoga kegiatan dzikir khususiyah ini bisa terus berjalan, lebih banyak jama'ah yang ikut, dan generasi muda juga mau melanjutkan. Karena dzikir ini bukan hanya untuk lansia, tapi untuk semua kalangan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

Subyek Penelitian: Bapak Hasyim

No.	Pertanyaan Penelitian	Jawaban
1.	Sejak kapan Bapak mengikuti kegiatan dzikir khususiyah di majelis ini?	Sudah lama, ada 40 tahunan, saat masih muda belum nikah
2.	Apa yang membuat Bapak tertarik mengikuti kegiatan dzikir ini?	Awalnya saya hanya ingin ikut-ikutan, Tapi lama-kelamaan saya merasakan ada ketenangan batin yang tidak saya temukan di tempat lain. Dzikir ini seperti obat hati, apalagi buat saya yang sudah tua. Rasanya lebih tenteram dan hidup jadi lebih terarah.
3.	Bagaimana proses pelaksanaan dzikir khususiyah di majelis ini?	Kalau di majelis ini, prosesnya cukup teratur. Dimulai dengan pembacaan wirid

		dan shalawat, lalu masuk ke dzikir khususiyah yang dipandu oleh khalifah. Setiap tahapannya sudah ada tuntunannya, jadi jama'ah tinggal mengikuti dengan khusyuk.
<b>4.</b>	Bagaimana perasaan Bapak saat mengikuti dzikir khususiyah?	Perasaan saya campur aduk mbk. Kadang ada rasa haru sampai ingin menangis, kadang hati terasa sangat ringan seperti lepas dari beban. Yang jelas, setiap selesai dzikir itu hati saya seperti disiram air sejuk.
<b>5.</b>	Apakah ada perubahan perasaan sebelum dan sesudah mengikuti dzikir? Bisa diceritakan?	Perbedaannya banyak, ingat kepada Allah terus
<b>6.</b>	Apa yang Bapak rasakan di hati dan pikiran ketika berdzikir?	Hati saya tenang terus ingat Allah soalnya kan dzikir sir di dalam hati nyebut "Allah"
<b>7.</b>	Apakah setelah rutin mengikuti dzikir, Bapakmerasa lebih tenang?	Jauh lebih tenang, soalnya sebelumnya ingat kepada Allah pun ndak bisa, ini dikarenakan dipimpin gurunya, sebelumnya dzikir di dalam tubuh ndak bisa.
<b>8.</b>	Bisa dijelaskan, ketenangan seperti apa yang dirasakan?	Ketenangannya itu bukan hanya sekadar tidak gelisah. Tapi lebih kepada hati yang selalu merasa dekat dengan Allah. Jadi kalau ada masalah, saya tidak gampang panik, malah lebih pasrah dan yakin Allah pasti kasih jalan keluar.
<b>9.</b>	Dalam situasi sulit atau sedih, apakah dzikir membantu Bapak merasa lebih kuat atau tenang? Bagaimana contohnya?	Misalnya ketika saya sakit dan harus banyak beristirahat, biasanya rasa cemas datang. Tapi dengan dzikir, hati saya jadi kuat, seakan ada kekuatan baru. Saya merasa tidak sendirian, karena ada Allah yang selalu menjaga.
<b>10.</b>	Apa makna dzikir khususiyah bagi Bapak secara pribadi?	Bagi saya, dzikir khususiyah itu semacam jalan pulang. Usia semakin bertambah, tenaga makin berkurang, tapi dengan dzikir saya merasa tetap punya pegangan. Dzikir ini membuat hidup saya lebih terarah, dan membuat saya siap menghadapi kehidupan dunia maupun akhirat
<b>11.</b>	Bagaimana pandangan Bapak tentang	Menurut saya, dzikir ini penting sekali

	manfaat dzikir ini bagi para lansia lainnya?	untuk lansia. Karena di usia tua sering kali pikiran bercampur antara penyesalan, kekhawatiran, dan kesepian. Dengan dzikir, semuanya bisa lebih terkendali. Lansia jadi lebih damai, lebih ikhlas, dan punya semangat menjalani sisa umur.
<b>12.</b>	Harapan Bapak terhadap kegiatan dzikir khususnya ke depannya?	Harapan saya, semoga majelis ini tetap istiqamah. Kalau bisa diperluas, supaya bukan hanya lansia yang ikut, tapi anak muda juga. Karena kalau sejak muda sudah terbiasa dengan dzikir, insyaAllah hidupnya akan lebih terjaga sampai tua nanti.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## BIODATA PENULIS



Nama : Istofina Azzaroh  
NIM : 211103030034  
Tempat, Tanggal lahir : Sidoarjo, 07 Juli 2025  
Alamat : Desa Rejeni, Krembung Kabupaten Sidoarjo  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah

### Riwayat Pendidikan

- SD Al- Ishlah Rejeni (2009-2015)
- SMP Islam Krembung (2015-2018)
- SMA Persatuan Tulangan (2018-2020)
- Universitas Islam Negeri Kyai Haji Achmad Siddiq Jember (2021-sekarang)