

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Mendekatkan diri kepada Allah merupakan sebuah metode spiritual yang melibatkan hubungan yang lebih kuat dan mendalam dengan Yang Maha Kuasa, yang sering dikenal dalam masyarakat sebagai upaya meningkatkan rasa kedamaian batin dan kesejahteraan emosional. Metode ini seringkali dipandang sebagai upaya memperkuat iman dan spiritualitas, yang tidak hanya berfokus pada aktivitas ibadah sehari-hari tetapi juga pada pengembangan pribadi yang lebih holistik. Kesehatan holistik merupakan pendekatan kesehatan yang tidak hanya fokus pada penyembuhan penyakit fisik, tetapi juga pada keseimbangan mental, emosional, dan sosial.¹

Namun, pada realitas di lapangan menunjukkan bahwa isu kesehatan mental, fisik, dan sosial di Indonesia masih dalam keadaan yang cukup memprihatinkan. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, ada lebih dari 19 juta individu di Indonesia yang berusia di atas 15 tahun menderita masalah kesehatan mental emosional, dan sekitar 12 juta di antaranya mengalami depresi. Prevalensi gangguan mental emosional mencapai 9,8 persen.²

Menurut laporan Riskesdas Provinsi Banten tahun 2018, tingkat gangguan mental emosional pada warga berusia 15 tahun ke atas di Kabupaten Pandeglang mencapai 17,99% dengan interval kepercayaan (CI) 95% antara 14,47% hingga 22,13%. Di sisi lain, tingkat depresi dalam kelompok usia yang sama dilaporkan sebesar 9,27% dengan interval kepercayaan (CI) 95% berkisar antara 7,22% hingga 11,82%. Selain masalah kesehatan mental, Riskesdas 2018 juga melaporkan prevalensi ketidakmampuan fisik dan mental di antara penduduk berusia 18 hingga 59 tahun di Kabupaten Pandeglang, dengan rincian 26,67% mengalami kesulitan ringan, 5,93% mengalami kesulitan

¹ Nezha Delviyana Rais, "*Kesehatan Holistik Manusia Dan Hal Yang Mendasarinya*," Misekta, 2024, <https://misketa.id/article/kesehatan-holistik-manusia-dan-hal-yang-mendasarinya>.

² Kemenkes RI, "*Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*," Kemenkes, 2019, <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesdas/ketersediaan-data/riskesdas-2018>.

tingkat sedang, dan 1,00% mengalami kesulitan berat atau tidak dapat melaksanakan aktivitas fisik maupun mental.³

Hasil ini menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental dan fisik di Kabupaten Pandeglang masih menjadi isu yang cukup serius dan memerlukan perhatian khusus yang menjadi salah satu dasar pentingnya pendekatan kesehatan yang tidak hanya berfokus pada aspek medis dan fisik, tetapi juga perlu memperhatikan dimensi spiritual, sosial, dan emosional dalam konteks kesehatan yang menyeluruh. Menurut Koenig praktik religiusitas dan spiritualitas dapat berkontribusi positif pada kesehatan mental, memperkuat sistem dukungan emosional, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.⁴ Penelitian menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam praktik spiritual memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan lebih mampu menghadapi tekanan hidup. Keberadaan komunitas spiritual yang menerapkan metode ini, termasuk tarekat juga menjadi media penting dalam mendalami ajaran dan praktik mendekatkan diri kepada Allah. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam dan penerapan metode spiritual ini dapat dianggap sebagai elemen kunci dalam mencapai keseimbangan hidup dan kesehatan yang lebih holistik.

Implikasi dari metode mendekatkan diri kepada Allah ini tidak hanya berdampak pada dimensi spiritual belaka, melainkan juga pada aspek kesehatan yang holistik, mencakup kesehatan fisik, mental, dan sosial. Aldbyani menegaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi spiritualitas dengan kesehatan mental dan kesejahteraan personal, yang dapat dimoderasi melalui praktik *Mindfulness*.⁵ Dalam konteks ini, pendekatan holistik terhadap kesehatan mengintegrasikan aspek fisik, psikologis, dan sosial serta spiritual, sehingga manusia dapat mencapai keseimbangan dan harmoni dalam kehidupannya. Kesimpulannya, metode mendekatkan diri kepada Allah memainkan peran yang penting dalam memperbaiki kualitas hidup, dimana

³ Tim Riskesdas, "Laporan Provinsi Banten Riset Kesehatan Dasar 2018" (Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

⁴ Harold G. Koenig, "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications," *ISRN Psychiatry* 2012 (2012): 33, <https://doi.org/10.5402/2012/278730>.

⁵ Aamer Aldbyani and Mohammed Hasan Ali Al-Abyadh, "The Effect of Mindfulness Meditation on Academic Burnout and Perceived Stress among Muslim Students: A Quasi-Experimental Approach," *Islamic Guidance and Counseling Journal* Vol. 6, no. 1 (2023): 158, <https://doi.org/10.25217/igcj.v6i1.3467>.

potensi manfaatnya bagi kesehatan fisik dan mental harus dipertimbangkan sebagai bagian integral dari upaya peningkatan kesejahteraan holistik individu.

Metode mendekatkan diri kepada Allah merupakan cara spiritual yang digunakan individu untuk mencapai kedekatan dengan Sang Pencipta, dengan harapan memperoleh ketenangan batin dan kebahagiaan sejati. Pendekatan ini dapat berkisar dari pelaksanaan ibadah wajib hingga praktik khusus seperti dzikir, doa, dan puasa yang telah lama menjadi bagian dari tradisi spiritual berbagai tarekat. Dalam konteks Tarekat Rifa'iyah yang ada di Desa Kadudodol Kab Pandeglang, metode ini sering kali terstruktur dalam kerangka ajaran tarekat yang mengajarkan pengikutnya untuk menjalani hidup dengan lebih mendekati sifat sosial dan keseimbangan spiritual. Tarekat Rifa'iyah merupakan salah satu tarekat mu'tabarah.⁶ Ajaran unik yang memadukan antara konsentrasi hubungan manusia dengan tuhan, dibarengi dengan alunan musik yang khas, dzikir dan seni debus. Namun pada dasarnya konsep Tarekat Rifa'iyah merupakan ajaran islam yang sama seperti tarekat pada umumnya hanya saja dikemas sarat dengan unsur seni sehingga dikesani tarekat yang eksklusif dan spektakuler.⁷

Dalam literatur yang ada, Koenig secara komprehensif membahas bagaimana tindakan keagamaan dapat memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan individu, bahwa praktik keagamaan secara aktif dapat berkontribusi pada kesehatan holistik melalui mekanisme meningkatkan dukungan sosial dan memberikan makna yang lebih dalam hidup.⁸ Sementara itu, dalam karya lainnya, Koenig juga mendalami keterkaitan antara agama, spiritualitas, dan kesehatan dengan menyoroti implikasi klinis dan penelitian.⁹ Karya-karya ini menunjukkan bahwa ada bukti kuat yang mendukung peran spiritualitas di dalam meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Di sisi lain, penelitian oleh Azhar yang berfokus pada spiritualitas dan

⁶ Dadang Ahmad Fajar and Asep Saepulrohimi, *Riyadhah Tahriqat Al-Rifa'iyah Dalam Cakupan Terapi Sufistik Menuju Syaja'ah* (Bandung: Fakultas Ilmu Dakwah Dan Komunikasi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2021), 1.

⁷ Dadang Ahmad Fajar, *Dzikir Thariqat Al-Rifa'iyah* (Bandung: Gunung Djati Publishing, 2023), 136.

⁸ Harold G. Koenig, "Maintaining Health and Well-Being by Putting Faith into Action During the COVID-19 Pandemic," *Journal of Religion and Health* 59, no. 5 (2020): 2205–14, <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01035-2>.

⁹ Koenig, "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications," 15.

kesehatan menegaskan bahwa spiritualitas memiliki dampak positif terhadap keseimbangan emosional dan penurunan tingkat stres, yang secara tidak langsung berdampak pada kesehatan secara keseluruhan.¹⁰

Meskipun banyak penelitian yang sebelumnya telah membahas hubungan antara praktik spiritual dan kesehatan, kebanyakan dari penelitian tersebut bersifat umum dan belum secara khusus menganalisis metode spiritual terstruktur yang ada dalam komunitas tarekat, khususnya Tarekat Rifa'iyah. Padahal, tarekat ini memiliki metode, ajaran, dan cara pelaksanaan yang unik, baik dalam hal dzikir, ratib, maupun penguatan spiritual sosial. Terlebih lagi di Kabupaten Pandeglang, yang menurut data Riskeudas 2018 menunjukkan angka masalah kesehatan mental yang cukup tinggi, belum ada penelitian yang mengkaji hubungan antara metode spiritual Tarekat Rifa'iyah dan kesehatan holistik pengikutnya. Situasi ini menunjukkan adanya celah dalam penelitian yang perlu diisi. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian ini agar dapat memberikan wawasan baru mengenai metode spiritual tarekat dalam rangka meningkatkan keseimbangan kesehatan fisik, mental, sosial, dan spiritual masyarakat.

Urgensitas dari penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk menutup kesenjangan dalam literatur yang lebih luas mengenai praktik keagamaan yang spesifik dan bagaimana praktik tersebut dapat memberikan kontribusi nyata terhadap keseimbangan hidup yang lebih baik. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menawarkan wawasan baru dalam konteks Tarekat Rifa'iyah, tetapi juga menyoroti pentingnya integrasi spiritualitas dan kesehatan holistik sebagai penopang kesejahteraan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan. Penelitian ini didorong oleh relevansi mendalam dari praktik spiritual dalam mendukung kesehatan holistik, serta peran potensialnya dalam memperkuat kualitas hidup melalui pendekatan yang lebih menyeluruh dan integratif. Dengan mengaitkan spiritualitas dengan aspek kesehatan yang lebih luas, studi ini berusaha untuk mengontribusikan temuan empiris yang dapat diadopsi sebagai model dalam mengembangkan pendekatan kesehatan yang lebih holistik di komunitas serupa.

¹⁰ Azhar, "Spiritualitas Dan Kesehatan," Tarbiyah Bil Qalam, Jurnal Pendidikan, Agama Dan Sains 7, no. 2 (2023): 1–11, <https://doi.org/10.58822/tbq.v7i2.160>.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti mencoba menguraikan beberapa permasalahan yang akan diteliti. Adapun permasalahan- permasalahan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kondisi kesehatan pengikut Tarekat Rifa'iyah?
2. Bagaimana peranan metode mendekatkan diri kepada Allah terhadap kesehatan holistik pengikut Tarekat Rifa'iyah?
3. Bagaimana metode yang diterapkan oleh Tarekat Rifa'iyah untuk mencapai kesehatan secara holistik?

C. Tujuan Penelitian

Dengan mempertimbangkan pertanyaan penelitian yang telah diajukan sebelumnya, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran kondisi kesehatan pengikut Tarekat Rifa'iyah.
2. Mengetahui bagaimana peranan metode mendekatkan diri kepada Allah terhadap kesehatan holistik pengikut Tarekat Rifa'iyah.
3. Mengetahui metode yang diterapkan oleh Tarekat Rifa'iyah dalam mencapai kesehatan secara holistik.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan oleh peneliti meliputi:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat Teoritis dari studi ini adalah menyajikan pemahaman yang lebih baik tentang metode yang diterapkan oleh Tarekat Rifa'iyah dalam mendekatkan diri kepada Allah. Dengan mengidentifikasi dan menggali praktik spiritual yang dilakukan oleh pengikut tarekat ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai dampak metode tersebut terhadap kesehatan pengikutnya. Hal ini akan memberikan kontribusi penting dalam bidang studi keagamaan dan spiritualitas, serta dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terkait dengan praktik spiritual dalam mencapai tujuan spiritual.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari studi ini adalah menyajikan informasi yang detail mengenai dampak dari pendekatan spiritual kepada Tuhan terhadap kesejahteraan

menyeluruh para pengikut Tarekat Rifa'iyah. Dengan melakukan evaluasi yang komprehensif terhadap kesehatan fisik, mental, dan spiritual dari para pengikut tarekat ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi pengembangan program kesehatan holistik di masyarakat.

E. Kerangka Berpikir

Secara bahasa, *taqarrub* berasal dari kata Arab “qurb” yang berarti “dekat” atau “mendekati”. Dalam istilah, *taqarrub ilallah* berarti upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui amal ibadah dan ketaatan. Menurut Ibnu ‘Arabi dalam Riska Fitri *taqarrub* adalah kedekatan spiritual yang dicapai dengan *dzauq* (cinta yang sangat dalam kepada Allah), hingga merasakan *wahdatul wujud* (keberadaan Allah dalam diri hamba), dan hal ini bukan sekadar dekat tempat, melainkan kesamaan dalam sifat-sifat Allah.¹¹

Menurut Nasaruddin Umar *taqarrub* adalah usaha dan aktivitas untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan tujuan memperoleh kedudukan yang mulia di sisi-Nya, melalui ketaatan terhadap perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Ia menegaskan bahwa ada banyak jalan menuju Allah, baik melalui ibadah mahdhah seperti shalat, puasa, shalawat, dzikir, zakat dan haji maupun ghairu mahdhah seperti amal sosial. Inti *taqarrub* menurutnya adalah penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) yang dimulai dengan muhasabah (introspeksi diri), taubat, dan berkumpul dengan orang saleh yang mengajak kepada kebaikan. Selain itu, Nasaruddin Umar menyebutkan tiga jalan utama dalam *taqarrub*, yaitu tasawuf, *tafakkur* dan *tadzakkur*, serta akhlakul karimah, yang ketiganya menjadi sarana untuk semakin mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui batin, perenungan, dan akhlak yang mulia.¹²

Menurut Al-Ghazali, *taqarrub* adalah penyucian hati dari segala sesuatu selain Allah. Jika hati telah suci, maka Allah akan hadir bersama hamba tersebut, karena tidak ada lagi hijab (penghalang) antara hamba dan Allah. Kedekatan ini bukan kedekatan

¹¹ Riska Fitri Aisyah, “Konsep Taqarrub Perspektif Ibnu ‘Arabi (Penafsiran Qs. Az- Zumar {39}:3 Dan Qs. Al- ‘alaq {96}:19)” (Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, 2019), 74.

¹² Nasaruddin Umar, *Allah Tujuan Kita Mendekati Allah Untuk Meraih Kebahagiaan Hakiki*, ed. Fajar Kurnianto Ibnu Sina, Angga Marzuki, cet 1 (Tangerang Selatan: Alifia Books, 2019), 4, <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1221432>.

tempat, melainkan kedekatan sifat dan hati, yakni manifestasi sifat-sifat Allah dalam diri manusia sehingga melahirkan cinta kepada Allah (*mahabbah*).¹³

Dalam perspektif Said Nursi dalam Farikhatul Lathifah, *taqarrub* adalah kesadaran adanya komunikasi dan dialog langsung antara hamba dan Tuhan, serta latihan spiritual untuk membersihkan dan memperdalam nilai-nilai kerohanian demi mendekatkan diri kepada Allah.¹⁴

Sejalan dengan konsep *taqarrub ilallah* yang menekankan upaya mendekatkan diri kepada Allah melalui penyucian hati, cinta, dan ketaatan, dalam tradisi tasawuf terdapat metode khusus yang dikenal dengan tarekat.

Tarekat adalah sebuah jalan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan seperti yang diajarkan oleh Nabi Muhammad secara turun-temurun. Secara sederhana, tarekat adalah praktik spiritual dalam tradisi tasawuf yang dipandu oleh seorang guru spiritual (mursyid) yang menerima ajaran tersebut secara langsung dari generasi sebelumnya hingga Nabi Muhammad SAW.¹⁵ Menurut Ibn 'Arabi yang dikutip Robert Frager, tarekat merupakan amalan tasawuf yang merujuk pada amalan rohani. Secara harfiah, tarekat dapat diartikan sebagai perjalanan tanpa petunjuk di padang pasir, yang dilakukan oleh suku Badui dari oasis ke oasis. Jalur ini tidak memiliki petunjuk keluar yang jelas, mirip dengan jalan tanpa hambatan yang bukan merupakan jalur yang nyata. Untuk menemukan jalan di padang pasir tanpa petunjuk ini, seorang *salik* perlu memahami wilayah tersebut dengan baik, atau memerlukan seorang pemandu (syekh) yang mengerti arah yang ingin dicapai dan akrab dengan tanda- tanda setempat.¹⁶

Tarekat ini merupakan komitmen antara seorang guru dan muridnya untuk bertaubat, istiqomah, menjalani ajaran Allah, selalu mengingat-Nya (berdzikir), serta berperilaku dengan etika dan prinsip-prinsip tarekat yang harus dijalani oleh seorang murid selain melaksanakan rutinitas ibadah (wirid- wirid), serta *hizib- hizib* (gubahan

¹³ Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin Jilid 4 Kejaiban Kalbu Terjemahan, Ihya Ulumuddin* (Jakarta: Republika, 2011), 209.

¹⁴ Farikhatul Lathifah, "Pemikiran Taqarrub Badiuzzaman Said Nursi," 2017 (Universitas Islam Negeri Walisongo, 2017), 72.

¹⁵ Aly Mashar, *Tarekat & Aliran Kebatinan* (Surakarta: SPI FAB UIN Raden Mas Said Surakarta, 2021), 5.

¹⁶ Robert Frager, *Psikologi Sufi (Untuk Transformasi Hati, Jiwa, Dan Ruh* (Jakarta: Zaman, 2014), 13.

do'a) dari guru tarekat pada waktu-waktu yang telah ditentukan.¹⁷ Praktik spiritual tidak hanya berfungsi sebagai sarana spiritual, akan tetapi juga berkontribusi pada kesehatan holistik individu.

Kesehatan holistik berakar pada prinsip bahwa kesehatan tidak hanya berarti bebas dari penyakit atau kondisi fisik tertentu, tetapi juga melibatkan kesejahteraan emosional, mental, dan spiritual. Pendekatan ini mencakup berbagai aspek kehidupan, termasuk manajemen stres, hubungan sosial, pola makan, aktivitas fisik, dan praktik spiritual.¹⁸ Menurut WHO kesehatan adalah keadaan sejahtera baik secara fisik, mental sosial maupun spiritual tidak hanya terlepas dari ketiadaan penyakit atau kelemahan.

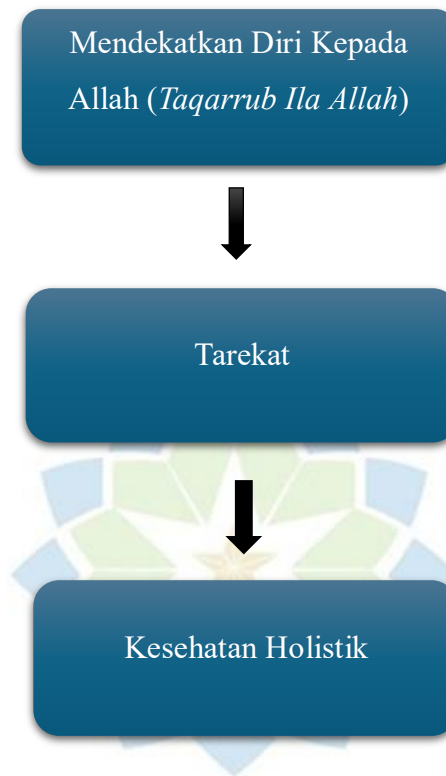
Menurut Ansyori dkk, konsep kesehatan holistik mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Konsep ini juga menyoroti hubungan saling berkaitan dan saling mempengaruhi antara setiap aspek kesehatan. Kesehatan holistik menekankan pentingnya mencapai kesehatan optimal melalui keseimbangan aspek- aspek kesehatan tersebut.¹⁹ Dengan demikian, pendekatan ini tidak hanya berfokus pada pengobatan penyakit atau gejala fisik, tetapi juga memperhatikan kesejahteraan mental, interaksi sosial, dan kedekatan spiritual individu. Dalam konteks ini, individu didorong untuk mengembangkan gaya hidup yang mendukung kesehatan secara menyeluruh, termasuk praktik-praktik yang meningkatkan kebugaran fisik, kesehatan mental, hubungan sosial yang positif, dan pertumbuhan spiritual. Dengan menggabungkan semua aspek ini, diharapkan individu dapat mencapai kualitas hidup yang lebih baik dan lebih memuaskan.

¹⁷ Syawaluddin Nasution, *Akhlaq Tasawuf: Sebuah Perjalanan Spiritualitas Menuju Insan Paripurna* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 81.

¹⁸ Alisha Firdaus, "Kesehatan Holistik: Harmonisasi Yang Melibatkan Tubuh, Pikiran, Dan Jiwa," Unair, 2024, <https://vokasi.unair.ac.id/kesehatan-holistik-harmonisasi-yang-melibatkan-tubuh-pikiran-dan-jiwa/>.

¹⁹ Anis Ansyori, Katmini, and Sri Widiati, *Monograf Teori Keseimbangan Kesehatan Holistik Pasca Covid-19 (Integrasi Dampak Kesehatan, Fisik, Psikologis, Ekonomi, Dan Sosial Budaya)* (Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2023), 2.

SKEMA KERANGKA BERPIKIR



Gambar 1. Kerangka Berpikir

F. Permasalahan Utama

Permasalahan utama dalam penelitian ini terletak pada integrasi praktik spiritual Tarekat Rifa'iyah dengan konsep kesehatan holistik modern, serta tantangan metodologis dalam mengukur dampaknya. Studi kasus di Desa Kadudodol menunjukkan kompleksitas interaksi antara tradisi sufi dengan dinamika masyarakat kontemporer.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Untuk memperkuat fokus penelitian dan menciptakan kebaruan, serta menentukan arah penelitian yang akan dilakukan, maka peneliti perlu mengkaji penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan dengan topik penelitian yang akan diteliti. Dengan demikian, peneliti melakukan studi literatur terhadap kajian-kajian terdahulu dan hasilnya dapat dirangkum sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Azhar dari Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Al-Bukhary (STITA) Labuhanbatu Sumatera Utara dengan judul “*Spiritualitas dan Kesehatan*”. Artikel ini disusun dengan metode kajian pustaka dengan pendekatan integratif parennial. Penelitian ini menyimpulkan bahwa spiritualitas adalah komponen penting kesehatan yang harus diintegrasikan ke dalam praktik medis. Ini menyerukan pendekatan holistik yang mengakui keterkaitan kesejahteraan fisik, emosional, dan spiritual, yang pada akhirnya bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan kebahagiaan bagi individu.²⁰
2. Penelitian yang dilakukan oleh Harold G Koenig yang dipublikasikan oleh *Journal of Religion and Health* dengan judul “*Maintaining Healt and Well-Being by Putting Faith into Action During the COVID-19 Pandemic*”. Artikel ini disusun dengan metode *literatur review* dengan pendekatan *interdispliner*. Hasil dari penelitian ini adalah menekankan bahwa iman dan praktik keagamaan tidak hanya memberikan dukungan spiritual, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan fisik dan mental, terutama dalam menghadapi tantangan yang ditimbulkan oleh pandemi COVID-19.²¹
3. Penelitian yang dilakukan oleh Alya Permatasari dan Oktaviani Lativa Ramadani dari Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia yang dipublikasikan oleh *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* dengan judul “*Pengaruh sholat terhadap kesehatan mental*”. Artikel ini disusun dengan menggunakan metode *Literatur Review* dengan pendekatan kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan yang signifikan antara sholat, rasa syukur, dan kesehatan mental. Praktik keagamaan, khususnya sholat, dapat menjadi faktor utama dalam pembentukan sikap yang positif. Sholat memberikan wadah untuk mengaktualisasikan rasa syukur, yang telah terbukti memberikan dampak positif pada kesejahteraan psikologis seseorang. Memasukan unsur spiritualitas dalam

²⁰ Azhar, “*Spiritualitas Dan Kesehatan*,” 7–9.

²¹ Koenig, “*Maintaining Health and Well-Being by Putting Faith into Action During the COVID-19 Pandemic*,” 11–12.

kehidupan sehari-hari, terutama melalui sholat, memberikan kesempatan untuk meningkatkan aspek-aspek positif dalam pikiran dan perasaan.²²

4. Penelitian yang dilakukan oleh Helmi Azizi dari UIN Sunan Gunung Djati Bandung dengan judul “*Perkembangan Jamaah Rifa’iyah Desa Cikarang Kecamatan Cilamaya Wetan Karawang 2009-2016*”. Tesis ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode sejarah, yang mencakup heuristik, kritik (intern dan ekstern), interpretasi, dan historiografi. Data diperoleh melalui wawancara dengan narasumber dan kajian pustaka. Kesimpulan hasil dari studi ini adalah adanya alasan mendasar yang mendorong pembentukan struktur kepengurusan Rifa’iyah untuk membentuk kepengurusan AMRI adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal dipicu oleh kekhawatiran tokoh-tokoh Rifa’iyah terhadap kurangnya dinamika dalam kegiatan keagamaan di Cikarang, keadaan yang monoton, serta kurangnya rasa tanggung jawab. Dengan adanya struktur kepengurusan yang formal, diharapkan kegiatan tersebut dapat berjalan lebih teratur dan menjadi sarana untuk menyatukan visi dan misi dalam memperjuangkan Islam.²³
5. Penelitian yang dilakukan Yanti Susilawati dari UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dengan judul “*Analisa Pengaruh Tarekat Rifa’iyah Terhadap Keagamaan di Banten Abad ke-19*” Skripsi ini menggunakan metode heuristik, kritik (*intern dan ekstern*), interpretasi, dan historiografi. Data diperoleh melalui wawancara dengan narasumber dan kajian pustaka. Hasil penelitian ini mengungkap berbagai fakta menarik mengenai amalan Tarekat Rifa’iyah, yang meliputi dzikir dan amalan al-Fatihah, wirid, doa Al-Qur’an untuk pengobatan serta perlindungan dari benda tajam dan panas api, Munajat Rifa’i, serta sholat nabi. Semua amalan ini terintegrasi dalam satu kegiatan yang disebut kesenian debus, sehingga dapat dikatakan bahwa debus adalah manifestasi dari Tarekat Rifa’iyah. Selain itu, pengaruh Tarekat Rifa’iyah di Banten terlihat melalui munculnya pemimpin-pemimpin Muslim yang diwakili oleh kiyai dan jawara, serta terbentuknya institusi

²² Alya Permatasari and Oktaviani Lativa Rahmadani, “*Pengaruh Sholat Terhadap Kesehatan Mental*,” *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* Vol 1 No 6 (2023): 1–8.

²³ Azizi Helmi, “*Perkembangan Jamaah Rifai’yah Desa Cikarang Kecamatan Cilamaya Wetan Karawang 2009-2016*” (UIN Sunan Gunung Djati, 2018), 73–74, <https://digilib.uinsgd.ac.id/13539/>.

pesantren yang mengajarkan tarekat tersebut. Tradisi ini kemudian diadopsi sebagai ritual lokal yang dikenal dengan nama debus.²⁴

6. Penelitian yang dilakukan oleh Choirul Anam dari UIN Walisongo Semarang dengan judul “*RIFA’IYAH (Aplikasi Ajaran Tarjumah di Desa Donorejo Kecamatan Limpung Kabupaten Batang)*” Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ajaran yang diajarkan oleh Kiai Ahmad Rifa’i di Desa Donorejo terdiri dari tiga aspek, yakni praktik ajaran dalam bidang keyakinan (ushuluddin), hukum Islam (fiqih), dan perilaku (tasawuf). Cara yang digunakan oleh pengikut Rifa’iyah di Desa Donorejo untuk menjaga keaslian ajaran Tarjumah saat ini adalah dengan mengikuti perkembangan zaman dan menyesuaikan dengan konteks zaman yang terus berubah, seperti pendirian beberapa institusi pendidikan Rifa’iyah. Pendapat masyarakat di luar pengikut Rifa’iyah di sekitar Desa Donorejo adalah bahwa individu yang mengikuti ajaran Tarjumah dari Kiai Ahmad Rifa’i adalah umat Islam dan warga negara yang memiliki hak yang sama untuk perlindungan, baik dari segi hukum maupun sosial.²⁵
7. Penelitian oleh Sahrul Ramadhan Darmawan dari Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang berjudul “*Penanganan Stres Melalui Taqarrub Ilallah Terhadap Pecandu Narkoba di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman.*” Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan *taqarrub ilallah* melalui shalat dan dzikir dapat membantu mengurangi tingkat stres pada pecandu narkoba. Melalui pelaksanaan shalat fardhu dan sunnah, serta dzikir *jahr* dan *khofi*, para pecandu mengalami ketenangan jiwa yang berkontribusi pada proses rehabilitasi mereka.²⁶

Kesinambungan dalam penelitian diatas terletak pada pemahaman bahwa kesehatan memiliki keterkaitan yang signifikan terhadap keberagaman. Hal ini melibatkan pemahaman terhadap pandangan teologis, implementasi, serta pengaruhnya, penelitian

²⁴ Yanti Susilawati, “*Analisa Pengaruh Tarekat Rifa’iyah Terhadap Keagamaan Di Banten Abad Ke-19*” (UIN Syarif Hidayatullah, 2015), 77.

²⁵ Choirul Anam, “*Rifa’iyah (Aplikasi Ajaran Tarjumah Di Desa Donorejo Kecamatan Limpung Kabupaten Batang)*” (UIN Walisongo, 2018), 97.

²⁶ Sahrul Ramadhan Darmawan, “*Penanganan Stres Melalui Taqarrub Ilallah Terhadap Pecandu Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman.*” (Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2022), 68.

mengenai metode yang digunakan Tarekat Rifa'iyah dalam mencapai kesehatan holistik dapat melibatkan analisis lebih lanjut terkait pandangan teologis yang relevan.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus kajian yang secara spesifik meneliti hubungan antara metode *taqarrub ilallah* dalam Tarekat Rifa'iyah dengan kesehatan holistik jamaahnya di Desa Kadudodol, Kabupaten Pandeglang, melalui pendekatan studi lapangan berbasis wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian terdahulu yang membahas spiritualitas dan kesehatan umumnya bersifat konseptual atau literatur review, serta tidak menyoroti komunitas tarekat tertentu secara mendalam. Sementara itu, penelitian tentang Tarekat Rifa'iyah yang ada lebih banyak mengulas sejarah, ajaran, atau pengaruhnya terhadap kehidupan sosial-keagamaan tanpa mengaitkannya secara langsung dengan konsep kesehatan holistik yang mencakup aspek fisik, mental, sosial, dan spiritual. Dengan memadukan perspektif tasawuf, ajaran tarekat, dan teori kesehatan holistik modern, penelitian ini menawarkan model integrasi yang dapat menjadi rujukan dalam pengembangan program kesehatan berbasis komunitas spiritual tradisi Islam, khususnya pada wilayah dengan prevalensi masalah kesehatan mental yang tinggi seperti Pandeglang.

Dengan mengeksplorasi pengalaman pengikut Tarekat Rifa'iyah di Desa Kadudodol Kab Pandeglang, skripsi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berharga dalam memperkaya studi agama di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Dengan fokus pada konteks Tarekat Rifa'iyah, penelitian ini akan memperluas pemahaman tentang bagaimana metode yang digunakan dapat berperan bagi kesehatan para pengikut tarekat. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman akan metode yang digunakan Tarekat Rifa'iyah serta memberikan wawasan baru yang dapat memperkuat penelitian sebelumnya.