

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Januari tahun 2020 merupakan catatan baru bagi sejarah dunia kesehatan, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa penyebaran virus Covid-19 menjadi hal yang darurat pada kesehatan masyarakat di seluruh penjuru dunia dan memerlukan perawatan berkala internasional. Disebutkan oleh WHO bahwa virus Covid-19 berisiko tinggi dalam penyebarannya ke berbagai negara di penjuru dunia. Pada bulan Maret tahun 2020, WHO mengategorikan virus Covid-19 sebagai pandemi. Maka, WHO beserta otoritas kesehatan masyarakat di seluruh dunia telah mengambil tindakan pengendalian wabah ini. (WHO,2020)

WHO menjelaskan bahwa virus ini merupakan penyakit baru, berbeda dengan penyakit lainnya, sebagai *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) dan *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS). Virus ini menyebar dengan cepat, dan wabah dapat tumbuh dengan kecepatan yang eksponensial.

Pada 31 maret 2020 terdapat 1.528 kasus Covid-19 yang terkonfirmasi di Indonesia. (Siti & Azwar, 2020, hal 85) Dan di akhir tahun 2020, tercatat 549.508 kasus covid-19. (Rosmita & Dini, 2020) Sudah banyaknya upaya yang dilakukan oleh pihak pemerintah, namun jumlah kasus terus meningkat.

Selain dampak pada kesehatan, hal yang harus dikhawatirkan yaitu dampak psikologis atas adanya penyebaran pandemi Covid-19 ini. Berdasarkan informasi tentang pemberitaan jumlah pasien yang melonjak tinggi setiap harinya, sangat berdampak pada psikologis berbagai usia dan kalangan.

Pada sektor pendidikan di Indonesia, wabah Covid-19 memberi dampak yang sangat signifikan seperti kegiatan belajar mengajar (KBM) dilakukan secara virtual (daring), media pembelajaran dialihkan melalui aplikasi *online* seperti *Zoom Meeting*, *Google Classroom*, *WhatsApp group*, *Youtube*, dan lain-lain. hal ini ditegaskan dalam Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari

Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19, serta orang tua berperan sebagai pengganti guru di rumah agar proses KBM dapat berjalan sebagaimana mestinya. Perubahan sistem pembelajaran memunculkan masalah-masalah baru dalam proses pembelajaran yang berdampak pada kesehatan mental karena adanya tuntutan dari pihak sekolah yang mengharuskan para peserta didik memiliki perangkat pendukung seperti *smartphone android/ios*, komputer/laptop, dan akses internet. Karena tidak semua orang dapat memiliki fasilitas tersebut dan tidak berjalannya proses pembelajaran dengan baik. Hal ini juga membuat para orang tua harus bekerja secara ekstra karena selain harus bekerja untuk mencari uang, mereka juga harus menjadi guru pengganti untuk anak-anaknya di rumah. Hal-hal tersebut berdampak pada psikologis anak dan orang tua yang menyebabkan stres, cemas dan lainnya secara berlebihan. Selain itu, tidak sedikit para orang tua yang terkena PHK secara sepihak oleh pihak perusahaan atau tempat kerja mereka akibat pandemi Covid-19 ini.

Dalam kehidupan, manusia akan selalu dihadapkan dengan berbagai macam masalah dalam bentuk musibah, bencana dan sebagainya yang tidak jarang musibah itu datang secara beruntun dan bisa menimbulkan masalah psikologis seperti mudah terkena stres atau cemas dan semacamnya. Manusia yang belum sepenuhnya paham mengenai makna kehidupan dapat mengakibatkan ketidakseimbangan antara teknologi dan kualitas kemanusiaannya.

Berkaca modern, khususnya masyarakat barat yang dapat digolongkan *the post industrial society* telah mencapai puncak kenikmatan materi itu justru berbalik dari apa yang diharapkan, yaitu mereka dihindangi rasa cemas, sehingga tanpa disadari integritas kemanusiaannya tereduksi, dan terperangkap pada jaringan sistem rasionalitas teknologi yang sangat tidak manusiawi. Akhirnya mereka tidak memiliki pegangan hidup yang mapan. Dalam kenyataannya, filsafat rasionalitas tidak mampu memenuhi kebutuhan pokok manusia dalam aspek transendental. Manusia mengalami kehampaan spiritual, yang mengakibatkan munculnya gangguan psikologis. Islam sebagai agama *rahmatan lil'alamin* menawarkan suatu konsep yang dikembangkan nilai-nilai *ilahiyah* dalam batin seseorang. (Samsul & Haryanto, 2019, hal. 238)

Banyak manusia yang gelisah hatinya ketika mereka tidak memiliki pegangan yang kuat dengan keimanan. Merebaknya paham materialisme dan individualisme, serta kapitalisme membuat masyarakat modern kehilangan kendali. Nilai-nilai keagamaan dianggap bukan lagi masalah sacral, akibatnya banyak tempat-tempat ibadah yang kehilangan jamaahnya. Akan tetapi, dengan zikir yang didalamnya penuh dengan doa-doa, dapat dipandang sebagai *majla'* (tempat berlindung) di tengah-tengah badai kehidupan modern. Disinilah zikir bisa memberi ketentraman rohani manusia. Mereka yang kehilangan pegangan keagamaan akan mampu bangkit dengan *religious reference* (pencerahan keagamaan) terutama melalui zikir. (Samsul & Haryanto, 2019, hal. 238-239)

Tasawuf hadir sebagai solusi manusia agar dapat kembali melangkah di jalan-Nya, mengingat bahwa bagi manusia yang memiliki keseimbangan dalam kualitas hidup dapat memiliki hati yang tentram dengan mengingat Tuhan melalui jalan Tasawuf.

Tasawuf merupakan salah satu kunci jawaban dalam berbagai masalah dalam kehidupan manusia di zaman modern ini. Tasawuf memiliki unsur-unsur yang dibutuhkan oleh manusia dan dalam pemenuhan kekosongan hati, tercapainya kerohanian yang luhur, terorganisir dan tetap dalam ranah syariah. Tasawuf ada untuk mengatasi segala permasalahan dalam mengelola unsur ruhaniyah, karena tasawuf memberikan ketenangan hati. Melalui tasawuf, manusia dapat lebih mendekatkan diri dengan Sang Pencipta lebih dari urat lehernya, melalui Tasawuf dan tercapainya suluk.

Dalam pengamalan ilmu tasawuf, tarekat merupakan jalan khusus untuk orang-orang yang ingin melakukan perjalanan spiritual. (M. Fathurrahman, 2020, hal. 260) Dalam suatu tarekat memiliki seorang Mursyid, talqin zikir, amalan-amalan, dan lainnya.

Zikir adalah salah satu bagian yang terpenting dalam suatu tarekat yang hampir selalu terlihat dikerjakan. Zikir yang artinya mengingat kepada Tuhan, namun dalam tarekat mengingat kepada Tuhan itu dibantu dengan bermacam-macam ucapan, yang menyebut nama Allah atau sifat-Nya, atau dengan kata-kata yang bersifat mengingat kepada Tuhan. Para ahli tarekat yakin bahwa jika seorang manusia atau hamba Allah telah yakin bahwa lahir dan batinnya dilihat oleh Allah dan segala apa yang dilakukan itu

diawas-Nya, segala perkataan didengar-Nya, dan segala niat diketahui-Nya. Maka hamba Allah itu akan menjadi manusia yang benar, karena selalu merasa ada dalam pengawasan Tuhan-nya (*Dawamul Ubudiyah*) berkekalan dengan ibadah, dalam memperhambakan dirinya kepada yang menjadikannya *khalik*.(Aboebakar, 2017)

Berzikir kepada Allah merupakan landasan untuk menyatukan diri rohani dengan frekuensi/ gelombang yang dimiliki rohani Rasulullah, yang hidup didi Allah (*huwal-awwalu wal akhiru*). Frekuensi atau gelombang Rasulullah itu hanya dapat melalui frekuensi dari rohani para ahli silsilah (guru mursyid). Karena mereka yang menerima dan meneruskan secara asli, dan murni, sampai sambung-menyambung secara berantai, turun-temurun secara asli, dan murni hingga akhirnya sampai kepada rohani guru yang mursyid selanjutnya.(Nursyaman, 2011, hal. 54)

Tarekat di Indonesia berperan dalam berbagai kegiatan di masyarakat, karena para sufi atau pengamal tasawuf tidaklah hanya mengurung diri dari hal-hal duniawi. Akan tetapi mereka justru ikut serta dalam memberikan solusi dalam pelaksanaannya. Ketika kita tidak menyatukan unsur Tasawuf dan Dunia maka setiap usaha yang dilakukan tidaklah terasa kenikmatan dan keberkahannya.

Dari berbagai tarekat yang ada di Indonesia, salah satunya seperti Tarekat Idrisiyyah yang berada di Tasikmalaya. Tarekat Idrisiyyah berpusat di daerah Cisayong-Tasikmalaya dan memiliki berbagai macam program yang dikelola seperti pendidikan, ekonomi, peranan wanita, kepemudaan, *agnia care*, *sufi training center*, lembaga bantuan hukum, dan layanan pembinaan keluarga sejahtera. Tarekat Idrisiyyah memiliki cabang-cabang atau majelis-majelis yang tersebar di berbagai daerah yang biasa disebut dengan zawiyah guna mempermudah penyebaran dakwah tarekat ini. Tidak hanya itu, penyebaran dakwah Tarekat Idrisiyyah dikelola melalui pengembangan media sosial sebagai salah satu media dakwah yang dapat digunakan oleh jamaah Tarekat Idrisiyyah dimanapun dan kapanpun, jadi saat pelaksanaan zikir *al Makhsus* para jamaah yang tersebar di masing-masing zawiyahnya dapat melakukan *live streaming* youtube atau siaran radio, dan agar tidak ketinggalan informasi terkait dengan kajian-kajian Syekh Muhammad Fathurahman dapat diakses melalui media cetak (buku, majalah, koran) dan media elektronik seperti youtube, instagram, facebook, dan website.

Umumnya, setiap tarekat memiliki amalan-amalannya masing-masing, berdasarkan arahan atau petunjuk yang diberikan oleh syekh atau mursyid tarekat itu langsung tersambung langsung kepada Rasulullah Saw.

Dalam praktiknya, Tarekat Idrisiyyah mengamalkan zikir *makhsus* melalui majelis ilmu dan majelis zikir yang dilakukan setiap hari kamis malam, dengan tujuan untuk muhasabah diri dan menyucikan diri dari segala perbuatan dosa. Sebenarnya zikir ini dilakukan khusus untuk para jamaah atau murid yang telah mendapat talqin zikir dari Mursyid Tarekat Idrisiyyah, tetapi dapat dilakukan oleh berbagai kalangan tanpa adanya ikatan ketarekatan dengan adanya arahan sebelum mengikuti zikir ini, jika ditelaah lebih seksama akan ada perbedaan yang terasa ketika seseorang yang sudah menerima talqin zikir dan yang belum menerima talqin zikir dalam sebuah tarekat. Sebagaimana halnya yang dilaksanakan dalam majelis zikir Tarekat Idrisiyyah, masyarakat umum senantiasa mengikuti kegiatan majelis zikir ini untuk mengenalkan dan meluruskan pandangan mereka sebelumnya terkait tentang tasawuf dan tarekat.

Serta Lembaga Pendidikan Tinggi yang dimiliki oleh Tarekat Idrisiyyah seperti Mahad Aly sebagai perguruan tinggi keagamaan Islam yang menyelenggarakan Pendidikan akademik dalam penguasaan ilmu agama Islam. Mahasiswa di Mahad Aly Tarekat Idrisiyyah biasa disebut sebagai mahasantri karena tinggal dalam lingkungan pondok pesantren. Jadi mahasantri adalah mahasiswa yang memilih untuk tinggal di lingkungan pesantren dengan tujuan untuk menimba ilmu dan mengembangkan potensi diri selain dibangku perkuliahan. (Shulhan, 2018, hal. 191)

Berdasarkan pemaparan diatas, penulis ingin mengkaji terkait dengan *dzikir al Makhsus* Tarekat Idrisiyyah dalam mengatasi kecemasan mahasiswa di masa pandemi pada mahasantri Ma'had Aly tarekat Idrisiyyah. Adapun judul penulisan ini adalah **“Model *Dzikir Al Makhsus* Terhadap Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi”** (Studi Kasus Mahasantri Ma'had Aly Ponpes Tarekat Idrisiyyah Tasikmalaya).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana model zikir *al Makhsus* dalam ruang lingkup Tarekat Idrisiyyah?
2. Bagaimana metode zikir *al Makhsus* ini terhadap kecemasan mahasiswa Mahad Aly Tarekat Idrisiyyah Tasikmalaya?
3. Bagaimana kondisi kecemasan mahasiswa Mahad Aly Tarekat Idrisiyyah sebelum dan sesudah melakukan zikir *al Makhsus*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana model zikir *al Makhsus* dalam ruang lingkup Tarekat Idrisiyyah.
2. Untuk mengetahui bagaimana metode zikir *al Makhsus* ini terhadap kecemasan mahasiswa Mahad Aly Tarekat Idrisiyyah Tasikmalaya.
3. Untuk mengetahui bagaimana kondisi kecemasan mahasiswa Mahad Aly Tarekat Idrisiyyah sebelum dan sesudah melakukan zikir *al Makhsus*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Dengan adanya penulisan ini, diharapkan dapat memberikan manfaat yang positif guna memberikan disiplin Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi, memberikan wawasan bagi pembaca terutama dalam ruang lingkup jurusan Tasawuf Psikoterapi mengenai metode dan peran zikir *al makhsus* Tarekat Idrisiyyah. Sehingga penelitian ini dapat menjadi sarana dalam mengimplementasikan kajian teoritis studi Tasawuf Psikoterapi di Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

2. Manfaat praktis

Memberikan manfaat berupa motivasi dalam pengaplikasian nilai-nilai tasawuf terhadap masalah kecemasan sebagai bagian dari esensi agama Islam dalam praktiknya di kehidupan sehari-hari, sehingga masyarakat memiliki ketenangan

batin dan kebahagiaan hidup bagi kalangan umum, khususnya mahasiswa/i Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

E. Kerangka Pemikiran

Zikir adalah mengingat apa yang diketahui sebelumnya (*Al-Hifzh*), memelihara apa yang diketahui, menghadirkan (*istihdhar*) suatu gambaran yang tersimpan dalam benak pikiran setelah masuk ke alam bawah sadar. Atau menghafal setelah hilang dari ingatan, baik melalui hati maupun melalui lisan. *Adz-Dzikir* merupakan salah satu nama kitab suci Al-Qur'an yang artinya peringatan. Dalam Al-Qur'an terdapat kata Muddzakkir yang berarti pelajaran, di dalam *Al-Mu'jamul Mufahras li Alfazhil-Qur'an*, karangan Fuad Abdul Baqi memasukkan kata muddakir ke dalam rumpun kata *dzikir*. (Sahabuddin, 2007, hal. 191-192)

Dalam menjalankan perintah-Nya, tentunya kita tidak dapat menggunakan indera penglihatan kita untuk melihat kedekatan kita dengan Allah. Kita pun tidak bisa berpikir dimana “posisi” Allah lebih dekat dari urat leher. Kita hanya mampu menangkap kedekatan itu dengan kesadaran kita.

Dalam skripsi Nandar Kusnandar yang berjudul *Penafsiran Dzikir Menurut Abdul Qadir Jailani dalam Tafsir Al-Jailani*. Dijelaskan makna *dzikir* menurut Abdul Qadir Jailani bahwa *dzikir* adalah mengingat Allah dengan cara mensucikan Allah secara konsisten atau secara terus menerus di segala aktivitas baik ketika malam datang atau siang yang banyak disibukkan dengan berbagai aktivitas dan di berbagai tempat.

Peran dan faedah zikir sebagai pengetahuan dan amal yang efektif dalam mendekatkan diri kepada Allah banyak diungkap dalam berbagai nash (Al-Qur'an dan Hadis). Diantara fungsi dan keutamaannya adalah: (Fathurahman, 2019, hal. xix)

1. *Tazkiyatun nafs*, yaitu membersihkan jiwa dari penyakit-penyakit batin (dosa);
2. Meluruskan niat dan harapan serta menggerakkan orientasi hidup menuju kepada Allah;
3. Mendekatkan diri (*taqarrub*) kepada Allah dengan menjalankan aturan-aturan-Nya; dan

4. Membangun *akhlakul karimah* (perilaku terpuji).

Dalam ajaran ilmu Tasawuf, tidak jarang kita mendengar istilah Tarekat. Tarekat berasal dari Bahasa Arab yaitu *Thariqah* yang artinya jalan atau metodologi atau aliran (madzhab). Menurut Imam al Jurjani, tarekat adalah jalan khusus orang-orang yang melakukan pengembaraan spiritual menuju kepada Allah, yaitu dengan menempuh *manazil* (level-level hawa nafsu) dan menaiki pilar-pilar ruhani (*maqam*) seperti tawakal ikhlas, dan lainnya. (Fathurahman, 2020, hal. 87-88)

Tarekat merupakan jalan yang dilalui oleh para kaum sufi yang dapat dianalogikan sebagai jalan yang berawal dari syariat, sebab jalan utama disebut *Syar'*, dan anak jalan disebut *Thariq*. (Solihin dan Rosihon, 2002, hal. 233) setiap tarekat memiliki Mursyid, murid, majelis ilmu, praktik ritual, dan amalan-amalannya sendiri.

Secara umum, bisa dikatakan kaum tarekat tentang ketuhanan lebih bernuansa “pandangan ke dalam”. Bukan pemahaman “ke luar” yang mengarah pada argumentasi rasional semata. Jika dikaitkan dengan permasalahan yang ada, bagi kaum tarekat yang dilakukan adalah usaha terus menerus dan penuh kesungguhan mendekati diri (*taqarrub*) kepada-Nya. Upaya pendekatan diri ini dikenal memiliki metode yang unik. Keunikan itu terletak pada ekspresi ritual yang berbeda dari satu tarekat dengan tarekat lainnya. Dalam tradisi sufisme, zikir berarti mengingat salah satu atau beberapa nama Allah secara teratur. Zikir merupakan tugas penghambaan yang semestinya dilaksanakan secara verbal dilakukan dengan menyebut asma Allah dengan nama-nama indah-Nya dan sifat-sifat-Nya yang suci. Selain itu zikir dilakukan dengan fakultas kesadaran, terutama hati sebagai gerbang ruhani manusia. (Amir, 2020)

Dari berbagai macam metode dzikir yang dilaksanakan oleh para ahli tarekat baik secara dalam hati (*sir*) hingga secara nyaring (*jahr*), hal ini menjadi pembeda atau ciri khas dari setiap masing-masing tarekat sama halnya seperti perbedaan dalam bermadzhab. Maksudnya adalah baik cara maupun jalan yang ditempuh tetapi tujuan tetap sama yaitu kepada Allah SWT.

Untuk dapat menerima pemahaman dalam berzikir, seorang mukmin perlu menerima talqin zikir. Talqin zikir artinya pengajaran zikir yang disampaikan langsung

oleh Nabi Muhammad Saw. Kemudian ijazah dalam istilah dari para ulama tentang wirid-wirid yang mengiringi kalimah-kalimah *tayyibah*, baik itu kalimat istighfar, tasbih, tahmid, takbir, selawat, *istighosah*, *husnul mani'ah*, dan lain-lainnya. Dan umat tidak terputus dengan Nabi Saw dengan hadirnya para Ulama yang benar-benar pewaris para Nabi, yang sambung menyambung, dari zaman ke zaman sampai kepada Nabi Muhammad Saw. Sehingga bimbingan zahir dan batin, ilmu-ilmu yang luas dan mendalam yang membuat hati hidup dan pikiran tercerahkan. (Fathurrahman, 2020, hal.143) Seseorang harus mendapatkan talqin zikir dan ijazah dari orang yang punya kapasitasnya. Dalam kitab *al Anwar al Qudsiyyah* secara jelas dan tegas Syekh Abdul Wahab Sya'rani menyatakan pentingnya mendapatkan talqin zikir dari ulama yang punya kapasitas, ulama yang memiliki ilmu zahir dan batin (*tafaqquh fiddin*), sehingga setelah talqin zikir dan ijazah wirid, tentu di samping layaknya makna dan fungsi-fungsinya akan dirasakan faedahnya. (Fathurrahman, 2020, hal.139)

Dalam ilmu psikologis modern disebut dengan istilah *law of attraction* (hukum tarik menarik). Ternyata dalam islam sudah diajarkan oleh Nabi Saw apabila lisan dan hati banyak menyebut Allah kalimah-kalimah Allah yang diajarkan oleh Nabi akan menjadi magnet (menarik) hal-hal kebaikan (positif) dari lingkungan dan orang di sekitarnya. Allah mengumpulkan sesuatu yang baik dengan yang baik lagi, kalau ada yang di pagi hari sudah tertipu itu salah satu pertanda di dalam dirinya hanya keburukan sehingga ditarik malah tipuan orang, sebaliknya kalau orang yang banyak berzikir ketika keluar rumah akan bertemu dengan ustad. Datang ke majelis taklim bertemu dengan orang baik-baik. Kemana saja Allah pelihara dirinya dari kejahatan tempat dan kelompok itu. Tidak akan bisa dibohongi hati yang zikir kepada Allah, akan menarik kebaikan yang sama apa mirip dari sama datang kepada diri kita.

Talqin dan ijazah ini sesuatu yang tidak bisa dipisahkan. Sumber yang baik akan membawa kepada kebaikan, sebaliknya sumber yang buruk akan berdampak pada keburukan. Bagaimana caranya agar kalimat-kalimat talqin zikir ini benar-benar masuk ke dalam kehidupan sehari-hari. Kadang seseorang baru ingat kepada Allah ketika sedang butuhnya, namun ketika sedang lapang Ia lupa. Dalam upaya mendapatkan talqin zikir dan bimbingan agama, hendaknya memastikan terlebih dahulu para ulama

mengajarkannya itu bersumber dari Nabi Saw. Carilah ulama yang benar-benar memiliki sanad, silsilah, mata rantai keilmuan dari ulama sebelumnya, dari ulama-ulama sampai kepada sumber Nabi Muhammad Saw. Karena itulah yang menjadi jalan turunnya *tarbiyah ruhaniyah* (bimbingan rohani). Talqin zikir ini berkaitan dengan kekuatan rohani yang dahsyat luar biasa, maka mendapatkan talqin zikir bukan sebatas melafalkan tetapi akan masuk kehendak menempati hati yang paling dalam. (Fathurahman, 2020, hal. 139-140)

Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyyah (TQN) memiliki ciri khas dalam metode zikirnya, karena tarekat ini merupakan perpaduan dari dua tarekat yaitu Tarekat Qadiriyyah yang berzikir dengan nyaring (*Dzikir Jahr*) dengan sikap duduk dan berdiri, sedangkan Tarekat Naqsyabandiyyah berzikir dengan diam dan menahan nafas (*dzikir khafi*). Tentunya masing-masing kedua tarekat ini memiliki keistimewaan tertentu, namun penggabungan antara keduanya berpengaruh dalam penyebaran ajarannya di pulau Jawa. (Salim, 2019, hal. 62) kemudian dalam tarekat ini ada ritual yang disebut dengan Manaqib Syekh Abdul Qadir Al Jailani, Manaqib adalah suatu bentuk kegiatan khidmat amaliah dan ilmiah, dan sudah melembaga dan membudaya di tengah sebagian besar masyarakat Islam Indonesia. Terutama sekali di kalangan ikhwan Thariqah Qadiriyyah Naqsyabandiyyah Pondok Pesantren Suryalaya. Kegiatan khidmat itu merupakan bagian pengamalan dan pengejawantahan dari Thariqah Qadiriyyah Naqsyabandiyyah. Pelaksanaannya secara rutin sesuai dengan jadwal waktu yang telah ditentukan bertempat di majelis-majelis manaqib dan khataman.

Tarekat Khalwatiyyah, tarekat ini dibagi menjadi dua golongan yaitu tarekat Khalwatiyyah Yusuf dan tarekat Khalwatiyyah Samman. Tarekat Khalwatiyyah Yusuf melakukan zikir dan wiridnya dengan suara keras (*jahr*) dan ekstatik. Sedangkan tarekat Khalwatiyyah Yusuf berzikir mewiridkan nama-nama Tuhan dan kalimat-kalimat secara singkat dan secara tersembunyi (*sir*). (Zakiah, 2020, hal. 17-18) Zikir yang dilakukan oleh tarekat Khalwatiyyah dikerjakan pada saat malam hari setelah salat isya dan setiap subuh setelah melakukan salat *fardhu*. Melakukan zikir (*madatte*) setiap malam dan subuh merupakan keharusan yang dilakukan kepada Allah sebagai bentuk rasa syukur kepada Allah serta intropeksi diri terhadap kesalahan yang diperbuat dalam sehari sehingga

pelaksanaannya seseorang betul-betul menyadari segala kesalahan dan mengharapkan pengampunan dari Allah untuk mengangkat derajat mereka dan membersihkan mereka dari segala pengaruh duniawi. (Zakiah, 2020, hal. 21)

Dalam Tarekat Idrisiyyah, metode zikir dibagi menjadi dua yaitu *dzikir 'Am* (Umum) dan *Khas/Makhsus* (Khusus). Zikir dalam bentuk umum yaitu mengingat Allah pada setiap saat dan tempat, dan dalam berbagai aktivitas, yang sesuai dengan tuntutan dan tuntunan Allah dan Rasul-Nya. Bentuk zikir ini merupakan buah dari bentuk zikir sebelumnya. Karena kesungguhan melatih zikir lisan akan menghantarkan kepada kelanggengan zikir di dalam hati yang membawa pengaruh terhadap perilaku dalam kehidupannya.

Zikir *Makhsus* diidentikkan dengan lafadz zikir kalimat tauhid *laa ilaaha illallaah*. Rasulullah Saw menyampaikan tips yaitu : '*perbaharuilah iman kalian semua!*' Para Sahabat bertanya, '*Bagaimana caranya, Ya Rasulullah?*' kemudian Rasulullah menjawab, '*Perbanyaklah membaca laa ilaaha illallaah.*'(Musnad ibn Hanbal : 8353).

Dalam Tarekat Idrisiyyah, kalimat tauhid tersebut ditambahkan dengan lafaz *fi kulli lamhatin wanafasin 'adada maa wasi'ahu 'ilmullah*. Kalimat Tauhid dengan paduan lafaz tersebut dikenal di kalangan murid Syekh Ahmad bin Idris dengan kalimat *tahlil makhsus*. Momen *dzikrul makhsus* di Tarekat Idrisiyyah diselenggarakan setiap Kamis malam setelah waktu isya, dengan didahului majelis ilmu terlebih dahulu, kemudian muhasabah, dan majelis zikir. Kemudian, zikir *makhsus* ini ditujukan khusus untuk para jamaah atau murid Tarekat Idrisiyyah. Dimana hal ini bertujuan untuk menghapuskan segala penyakit dalam hati para murid yang dibimbing langsung oleh Wali Mursyid.

Karena judul dari penelitian ini adalah Model *Dzikir Al Makhsus* Terhadap Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi, maka dalam penelitian ini akan membahas tentang pengaruh *dzikir makhsus* ini terhadap kecemasan mahasiswa Mahad Aly yang ada di pusat Tarekat Idrisiyyah, lebih tepatnya di Mahad Aly Pondok Pesantren Tarekat Idrisiyyah, Kp. Pagendingan, Ds. Jatihurip, Kec. Cisayong, Tasikmalaya.

F. Hasil Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian ini, belum banyak yang mengkaji mengenai zikir *Makhsus* terhadap kecemasan. Berikut beberapa penelitian yang berkaitan dengan “Model *Dzikir Al Makhsus* Terhadap Kecemasan Mahasiswa di Masa Pandemi”, yaitu sebagai berikut :

1. Skripsi karya Deri Yuniar yang berjudul *Bimbingan Islami Dalam Perspektif Tarekat Idrisiyyah dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Jiwa*. Dalam skripsi ini menjelaskan tentang bimbingan Islami dalam pandangan Tarekat idrisiyyah dimana bimbingan dilakukan dengan pendalaman terhadap keteladanan figur Mursyid sebagai *uswah hasanah*, dengan memberikan pemahaman Islam yang *Simple*, Praktis dan Komprehensif (SIMPATIK). (Deri, 2018)
2. Skripsi karya Rifqi Farisa yang berjudul *Terapi Sufistik Tarekat Idrisiyyah Untuk Mengatasi Kecemasan*. Dalam skripsi ini menjelaskan tentang terapi sufistik Tarekat Idrisiyyah yang ada di pondok pesantren Al-Fathiyyah (Bogor). Dimana metode yang diamalkan adalah *dzikir*, wirid, dan membaca kitab Hadiqah Riyahin pada saat melakukan agenda rutin yang diadakan di pondok pesantren ini.(Rifqi, 2019)
3. Skripsi karya Ayu Anggita Lestari yang berjudul *Dampak Amalan Dzikir Terhadap Kesehatan Mental*. Dalam skripsi ini menjelaskan tentang dampak *dzikir* Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah di Pondok Pesantren Sirnarasa, dan memberi pemahaman lebih dalam tentang dampak amalan *dzikir* terhadap mental menurut pengikut Tarekat Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah di Pondok Pesantren Sirnarasa. (Ayu,2019)
4. Jurnal karya Ecep Ismail yang berjudul *Landasan Qur’ani Tentang Zikir Dalam Ajaran Tarekat*, disana menjelaskan secara umum pengertian zikir, tujuan zikir, jenis zikir, zikir tarekat, dan landasan Al-Quran tentang zikir.(Ecep Ismail, 2017)

G. Sistematika Penulisan

Untuk memahami lebih jelas mengenai penulisan skripsi terbagi dalam lima bab, antara satu dengan yang lainnya saling berkaitan, sistematika penulisan skripsi ini sebagai berikut:

- BAB I PENDAHULUAN : Berisi pendahuluan yang menjelaskan tentang latar belakang, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka pemikiran, hasil penelitian terdahulu dan sistematika penulisan.
- BAB II TINJAUAN PUSTAKA : Membahas tentang penelitian terdahulu tentang teori-teori yang menjadi landasan penelitian. Berkaitan dengan *Dzikir Al Makhsus* dan Kecemasan itu sendiri.
- BAB III METODOLOGI PENELITIAN : Membahas tentang metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Kemudian memuat tentang jenis data, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, waktu dan tempat penelitian, dan subjek penelitian.
- BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN : Membahas tentang hasil dan kesimpulan penelitian, dalam bab ini dimaksudkan untuk menganalisis dan memaparkan serta data yang telah diperoleh dari sumber data di lapangan untuk menjawab rumusan-rumusan masalah penelitian.
- BAB V PENUTUP : Berisi tentang kesimpulan atau hasil akhir dari penelitian sehingga akan disampaikan

kesimpulan yang dianggap penting dari keseluruhan isi skripsi ini.

