

ABSTRAK

Ahmad Aufa Nurfaruq : “Terapi Sufistik Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah Untuk Mengatasi Kecemasan (Studi Deskriptif Pada Jemaah Ikhwan Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah di Pondok Pesantren Suryalaya Tasikmalaya)”

Kecemasan yang dialami jemaah ikhwan Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah di Pondok Pesantren Suryalaya sangat beragam, mulai dari masalah hidup sampai dengan ketakutan pasca kematian. Dampak dari kecemasan tersebut memberikan respon rasa cemas, gelisah dan kekhawatiran yang secara tidak langsung memberikan tekanan fisik maupun psikis pada jemaah ikhwan. Kecemasan yang dirasakan jemaah ikhwan tersebut dapat ditangani dengan beberapa pendekatan lahir maupun batin. Pendekatan lahiriah maupun batiniah bisa dilakukan salah satunya dengan terapi sufistik yang biasa diamalkan oleh jemaah ikhwan Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah di Pondok Pesantren Suryalaya.

Berdasarkan hal tersebut. Maka, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Terapi Sufistik Perspektif Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah Suryalaya Tasikmalaya, Untuk mengetahui Metode Terapi Sufistik Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah Suryalaya Tasikmalaya, dan untuk mengetahui Hasil dari Terapi Sufistik Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah Suryalaya Tasikmalaya dalam mengatasi Kecemasan menurut pada Jemaah Ikhwan yang melakukannya. Pendekatan penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Untuk teknik analisis data menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian yang dilakukan penulis di pondok pesantren suryalaya dengan mewawancarai enam jemaah ikhwan tarekat qodiriyah naqsabandiyah memiliki gangguan kecemasan. Tiga ciri kecemasan yang penulis teliti, maka dapat disimpulkan bahwa dari kecemasan fisik, kognitif, dan behavioral. Keenam jemaah tersebut hanya merasakan kecemasan fisik terdiri dari dua orang, yang merasakan kecemasan secara kognitif semua merasakan, dan yang terakhir kecemasan secara behavioral tidak ada satupun jemaah ikhwan yang diwawancarai oleh penulis merasakan kecemasan secara behavioral ini. Adapun tahapan pengamalan terapi sufistik yang dilakukan jemaah ikhwan tarekat qodiriyah naqsabandiyah yaitu dengan mengamalkan dzikir jahr yang dibaca minimal 165x setelah shalat wajib, dzikir khafi yang dibaca didalam hati setiap saat, melaksanakan khataman minimal dua kali seminggu dan ikut membaca amalan manaqib yang dilaksanakan sebulan sekali. Efek terapi sufistik mampu menurunkan kecemasan yang dirasakan jemaah ikhwan.

Kata Kunci : *Terapi Sufistik, Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah, Kecemasan*