

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat selalu didambakan oleh setiap manusia, meskipun kebahagiaan itu tidak dapat dirasakan oleh semua orang. Banyak cara yang dilakukan untuk mencari dan menemukan kebahagiaan, namun adakalanya kebahagiaan itu tidak didapatkan, karena kebahagiaan yang dicari adalah kebahagiaan di luar dirinya dan bukan kebahagiaan di dalam dirinya.

Kebahagiaan itu sendiri tidak dapat dipisahkan dari masalah hati, sebab Allah meletakkan iman atau keyakinan di dalam hati manusia. Melalui hati, manusia diberikan taufiq, hidayah dan ilmu serta kebijaksanaan. Dengan hati, manusia dapat membedakan mana yang baik, kurang baik dan buruk serta dapat merasakan senang dan bahagia. Dengan hati pula manusia merasakan susah, nestapa dan kecewa. Seseorang akan bahagia, apabila ia mempunyai hati

yang bersih, hati yang mampu menerima kebenaran dan taufiq serta hidayah dari Allah SWT., sehingga dalam jiwanya memancar perilaku Rabbani, suatu perilaku yang senantiasa dalam bimbingan Allah SWT.

Salah satu cara untuk mencapai kebahagiaan adalah banyak mengingat Allah, sebab dengan mengingat Allah, hati akan tenang, pikiran menjadi lapang serta jiwa dan perasaan seseorang akan terasa bahagia. Salah satu cara mengingat Allah adalah berselawat kepada Nabi.¹

Dalam perspektif bahasa, kata “psikoterapi” berasal dari kata *psyche* dan *therapy*. *Psyche* mempunyai arti jiwa, adapun kata *therapy* (dalam bahasa Inggris) bermakna pengobatan dan penyembuhan. Psikoterapi ialah pengobatan penyakit dengan cara kebatinan atau penerapan teknik-teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penyesuaian diri setiap hari atau

¹ Wildan Wargadinata, *Spiritualitas Salawat*, (Malang: UIN Maliki Press, 2010), h. 54-55.

penyembuhan lewat keyakinan agama, dan diskusi personal dengan para guru atau personal.²

Islam yang bersumber pada Al-Qur'an dan hadist Nabi Muhammad SAW., serta didukung oleh khasanah pemikiran dan peradaban Islam dalam dirinya mengandung fungsi terapi. Untuk itu menjadi beralasan untuk mewujudkan terapi Islami.³

Psikoterapi adalah pengobatan alam pikiran atau lebih tepatnya, pengobatan dan perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis. Istilah ini mencakup berbagai teknis yang bertujuan membantu individu dalam mengatasi gangguan emosionalnya, dengan cara memodifikasi perilaku, pikiran dan emosinya, sehingga individu tersebut mampu mengembangkan dirinya dalam mengatasi masalah psikisnya. Adapun psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit, baik mental,

² M. Solihin, *Terapi Sufistik Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2004), h.32-33.

³ Agus Ali Dzawafi, "Bimbingan dan Konseling dalam Terapi Sufistik", *Jurnal al-Shifa Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 2, No. 1 (Januari-Juni, 2011), Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

spiritual, moral atau fisik melalui bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah. Secara empirik adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah SWT., malaikat-malaikat-Nya, Nabi dan Rasul-Nya atau ahli waris para nabi-Nya.⁴

Secara bahasa, shalawat berarti doa. Kata ini satu unsur dengan kata "*Ṣalat*". Ia juga berarti ingat, dzikir, ucapan, renungan, cinta, barakah dan pujian.⁵ Rasulullah SAW juga bersabda: "*Barang siapa bershalawat atasku sekali, maka Allah akan bershalawat untuknya sepuluh kali.*" (HR. *Muslim Ahmad*). Sabda tersebut merupakan anjuran agar kita membaca shalawat kepada Rasulullah SAW. Disebutkan disana bahwa apabila kita sekali membaca shalawat bagi Rasulullah SAW, maka Allah SWT akan bershalawat sepuluh kali untuk kita.⁶

Ucapan shalawat dan salam kepada Nabi, selalu diucapkan oleh puluhan juta bahkan ratusan juta kaum

⁴ M. Solihin, *Terapi Sufistik.....*, h.35.

⁵ Muhammad Arifin Ali Rahmatullah, *Kitab Lengkap Shalat Dzikir Shalawat dan Doa Terpopuler Sepanjang Tahun*, (Yogyakarta: Sabil, 2016), h. 180.

⁶ Muhammad Arifin Ali Rahmatullah, *Kitab Lengkap.....*, h. 198.

Muslimin pada setiap hari. Setiap kali mereka mendirikan shalat, atau setiap kali mereka menyebut atau disebut nama beliau, keluarlah ucapan dari mulut kaum Muslimin “*Ṣalallahu ‘alaihi wassalam*”. Dimana saja kaum muslimin berada, mereka dapat mengucapkan shalawat dan salam.

Banyak manfaat yang dihasilkan dari mengucapkan shalawat dan salam kepada Nabi. Diantaranya adalah *maḥabbah* (kecintaan) kepada beliau, yakni kecintaan yang mendalam yang bertambah dan terus menerus tertanam dan memenuhi hati seorang Muslim. Sedangkan, mencintai Nabi, satu kewajiban bagi setiap Muslim yang merupakan ujian keimanan baginya.⁷

Shalawat untuk Nabi Muhammad SAW diperintahkan langsung oleh Allah SWT setelah terlebih dahulu, Dia Yang Maha Kuasa itu sendiri dan para malaikat melakukannya; suatu perintah yang tidak ditemukan padanannya pada perintah-perintah-Nya yang lain. Allah berfirman yang artinya: “*Sesungguhnya Allah dan para malaikat-Nya*

⁷ Wildan Wargadinata, *Spiritualitas Salawat*,....., h. 56-57.

*bershalawat untuk Nabi. Wahai orang-orang yang beriman! Bershalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam dengan penuh penghormatan kepadanya.” (QS. Al-Ahzab Ayat 56).*⁸

Rahmat Allah tidak terbatas, sehingga walaupun Dia telah menganugerahkan rahmat kepada siapa pun, termasuk kepada Nabi Muhammad SAW., maka anugerah itu hanya bagaikan setetes dari samudera rahmat-Nya. Allah masih dapat menganugerahi lebih banyak lagi. Berterimakasih kepada Nabi Muhammad SAW, maka datang perintah Allah SWT agar manusia bershalawat untuk beliau.

Dalam pandangan Robert Frager, struktur kejiwaan manusia itu terdiri dari tujuh unsur kejiwaan, yaitu jiwa mineral, jiwa nabati, jiwa hewani, jiwa pribadi, jiwa insani, jiwa rahasia dan jiwa Maha Rahasia. Seperti halnya Jalaluddin Rumi, Frager berpendapat bahwa masing-masing jiwa tersebut mewakili tingkat evolusi kejiwaan. Sehingga dapat dikatakan bahwa jiwa-jiwa tersebut berhirarki atau

⁸ M Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an tentang Zikir dan Doa*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), h.336.

bertingkat, dari tingkat yang lebih rendah sampai ke tingkat yang lebih tinggi.⁹

Menurut Ustadz Aziz selaku Pimpinan Pondok Salaf Al-Aziz beliau berpendapat bahwa manusia itu memiliki jiwa *muṭmainnah* yaitu jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Kerja dan kinerja akal fikiran, hati, inderawi, dan fisiknya senantiasa dalam kodrat dan iradat Allah Yang Maha Qudus dan Agung.¹⁰

Setiap kali setelah jiwa dan raga ini menghadap Sang Pemilik melalui shalat lima waktu, shalat tahajjud, dan serangkaian ibadah lainnya, hanya satu yang saya rasakan: ketenangan hidup. Biarlah alam semesta menjalankan sunatullah, menjalankan tugas rutinnya. Ketenangan dan

⁹ A.M. Fahrurrozi, "Spiritualitas pada Psikologi Sufi dan Spiritual Quotient (SQ): Perbandingan Model Kejiwaan Psikologi Sufi Robert Frager dan Kecerdasan Spiritual Danah Zohar", *Jurnal Al-Shifa Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 04, No. 1 (Januari-Juni, 2013) Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, h.112.

¹⁰ Ustadz Abdul Aziz, (Pimpinan Pondok Salaf Al-Aziz), diwawancarai oleh Marni, *Catatan Pribadi*, Tangerang tanggal 2 November 2019.

keikhlasan menentramkan jiwa, ketentraman jiwa mempercepat doa sampai kehadiran-Nya.¹¹

Dengan bershalawat, kita berhubungan dengan Nabi Muhammad SAW yang hidup di alam lain itu, dan dengan bershalawat Rasulullah hadir walau dengan kehadiran yang kita tidak pahami. Dan dengan kehadiran itu semoga terhindar pula mereka yang bershalawat dari siksa Allah SWT serta melimpah pula curahan rahmat-Nya.¹²

Dengan demikian kita bisa melihat dengan jelas keutamaan dari sebuah shalawat, selain bisa menjadikan jiwa kita tenang karena terus mengingat Allah dan Rasulullah, namun bisa juga mengabulkan sesuatu yang kita inginkan dengan terus mengamalkannya. Allah akan mengingat hamba-Nya yang mengingat Allah dengan kebaikan, bershalawat kepada Allah dan Rasulullah tidak harus dengan keadaan suci punya wudhu atau terpaku pada gerakan dan ucapan tertentu seperti saat shalat, tidak perlu banyak uang

¹¹ Waidi, *Embun Jiwa Bikin Hidup Lebih Hidup*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2012), h.175.

¹² M Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an.....*, h.354.

seperti berzakat, tidak perlu menahan diri dari makan dan minum seperti saat berpuasa. Perintah membaca shalawat ini begitu dahsyat tapi mudah untuk diucapkan dan dikerjakan. Dan mengamalkannya pun menjadi asupan tersendiri untuk ketenangan jiwa kita.

Ketika sering menyebut nama Nabi Muhammad saw, kita terkoneksi dengan beliau. Nama itu akan lebih sering bergema dalam ruang ingatan kita.¹³ Shalawat adalah perintah yang unik. Perintah yang kita kembalikan kepada Allah SWT. Mengapa? Allah SWT memerintahkan kita bershalawat: “*Yā ayyuhallazīna àmanu ṣallu ‘alā nabī*”. Namun, yang kita lakukan adalah meminta Allah SWT bershalawat atas Nabi, karena tidak ada satu makhluk pun yang bisa bershalawat seperti yang dikehendaki Allah SWT maka formula shalawatnya: “*Allahumma ṣallī ‘alā sayyidinā Muḥammad.*”¹⁴

¹³Rima Olivia, *Terapi Segitiga Cinta*, (Jakarta Selatan: TransMedia Pustaka, 2018), h.23.

¹⁴ Rima Olivia, *Terapi Segitiga Cinta*,....., h.27.

Beberapa pondok pesantren menggunakan terapi shalawat sebagai media pengobatan, salah satunya adalah Pondok Salaf Al-Aziz di Kp. Bayur Ds. Cibetok Kec. Gunung Kaler Kab. Tangerang-Banten. Di pesantren ini, terapi shalawat Nabi sudah menjadi terapi yang ampuh untuk kesehatan jasmani dan rohani. Menurut salah satu pasien, terapi shalawat Nabi di Pondok Salaf Al-Aziz merupakan terapi yang sangat berpengaruh bagi dirinya untuk terus taat beribadah kepada Allah. Karena pada saat sebelum melakukan terapi shalawat Nabi, jika waktu salat tiba yang dirasa selalu berat untuk bangkit bersegera wudhu, malas untuk melakukan ibadah sunnah. Namun ketika setelah melakukan terapi shalawat Nabi terasa manfaatnya untuk diri, jadi merasa lebih tenang, lebih mudah melakukan ibadah dan memiliki hubungan yang lebih nyaman dengan orang lain. Dengan merutinkan shalawat selalu ingin melaksanakan ibadah sunah lainnya.”¹⁵

¹⁵DAS, (Pasien Terapi Shalawat Nabi Pondok Salaf Al-Aziz), diwawancarai oleh Marni, *Catatan Pribadi*, Tangerang tanggal 03 Januari 2020.

Terapi shalawat di Pondok Salaf Al-Aziz ini awalnya dianjurkan untuk seluruh santri yang ada di Pondok khususnya untuk santri yang sedang dalam masalah yang membuat tidak tenang dalam menjalani hidup. Namun semakin Ustadz Aziz memberikan informasi saat mengaji kitab tentang keajaiban dalam mengamalkan atau mendawamkan shalawat semakin banyak santri yang dalam keadaan baik-baik saja pun ikut melaksanakan terapi shalawat tersebut. Semakin ke sini semakin banyak santri yang berminat untuk melakukan terapi shalawat tersebut sekedar untuk membuat jiwa bersih, tenang dan membuat sebab terkabulnya doa. Selain itu juga, terapi shalawat Nabi sering dijadikan sebagai wasilah penyembuhan bagi orang-orang yang sedang sakit jasmani dan kemudian datang ke Pondok Al-Aziz tersebut.

Menurut Ustadz Abdul Aziz selaku pimpinan pondok Salaf Al-Aziz tersebut, shalawat adalah salah satu cara untuk mendoakan Nabi Muhammad SAW dengan membaca shalawat kita bisa terus mengingat beliau dan *Insyā Allah*

beliau pun akan mengingat kita sebagai orang yang terus bershalawat kepadanya, jika kita bershalawat 100 kali perhari 70 hajat kita yang di akhirat dan 30 hajat kita di dunia akan terwujudkan. Namun di sini, yang biasa responden amalkan 1000 kali perhari shalawat, salah satu yang ingin dicapainya yaitu ingin menjadikan diri agar jiwa bersih, sabar, ikhlas dan tenang.¹⁶

Penulis menemukan bahwa model medis sangat membatasi terapi, serta mengamati bahwa konseling dan terapi semakin dihargai sebagai alat eksplorasi diri untuk membantu orang-orang yang normal dalam merealisasikan segenap potensinya secara penuh. Responden yang ditangani oleh Ustadz Aziz selaku Pimpinan Pondok Salaf Al-Aziz ini adalah populasi yang relatif sehat yang terdiri dari para santri Al-Aziz yang menggunakan terapi shalawat sebagai pengalaman pertumbuhan pribadi atau sebagai alat bantu

¹⁶ Ustadz Abdul Aziz, (Pimpinan Pondok Salaf Al-Aziz), diwawancarai oleh Marni, *Catatan Pribadi*, Tangerang tanggal 10 November 2019.

dalam mengatasi krisis-krisis situasional yang dihadapi oleh mereka.

Berdasarkan analisis dan alasan tersebut penelitian terhadap terapi Shalawat Nabi di Pondok Salaf Al-Aziz terhadap ketenangan jiwa, menjadi menarik untuk diteliti dan dianalisis semakin dalam. Oleh karena itu, penulis mengangkat judul penelitian **“Penerapan Terapi Shalawat Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Di Pondok Salaf Al-Aziz, Kp. Bayur Ds. Cibetok Kec. Gunung Kaler Kab. Tangerang-Banten)”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka Penulis akan merumuskan tentang permasalahan yang ada antara lain:

1. Bagaimana kondisi kejiwaan responden sebelum melakukan terapi shalawat Nabi?
2. Bagaimana penerapan terapi shalawat Nabi terhadap ketenangan jiwa di Pondok Salaf Al-Aziz?

3. Apakah pengaruh terapi shalawat Nabi dapat memberikan ketenangan jiwa di Pondok Salaf Al-Aziz?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini tidak lain untuk mencari jawaban dari rumusan masalah yang diajukan, yakni:

1. Untuk mengetahui kondisi kejiwaan responden sebelum melakukan terapi shalawat.
2. Untuk menjelaskan penerapan terapi shalawat Nabi terhadap ketenangan jiwa di Pondok Salaf Al-Aziz.
3. Untuk mengetahui pengaruh terapi shalawat Nabi yang dapat memberikan ketenangan jiwa di Pondok Salaf Al-Aziz.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan penulis dalam penelitian ini yang berjudul “Penerapan Terapi Shalawat Nabi Terhadap Ketenangan Jiwa Santri” baik secara teoritis maupun praktisi diantaranya:

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah pengetahuan khasanah Islam khususnya dalam upaya penanganan/mengatasi kebiasaan bershalawat.

2. Secara praktis

a) Bagi Terapis

Memberikan gambaran kepada terapis dalam membantu responden agar lebih tenang dalam beribadah kepada Allah SWT.

b) Bagi Penulis

Untuk memberikan wawasan pengetahuan tentang terapi shalawat yang dapat membuat jiwa lebih tenang.

c) Bagi Responden

Dapat memberikan informasi bahwa lebih banyak mengingat Allah dan Rasulullah itu lebih membuat jiwa tenang.

E. Telaah Pustaka

Telaah pustaka ini dilakukan untuk menghindari adanya persamaan (plagiat). Dari penelusuran sejauh ini, ada beberapa karya ilmiah dalam bentuk skripsi yang membahas

shalawat. Namun, dalam skripsi tersebut memiliki titik berat yang berbeda. Adapun karya ilmiah yang berbentuk skripsi yang penulis temukan diantaranya:

Pertama, skripsi yang berjudul “Peranan Shalawat dalam Relaksasi pada Jama’ah Majelis Rasulullah di Pancoran”, penelitian tersebut ditulis oleh Wisnu Khoir, mahasiswa Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2007. Penelitian tersebut menjelaskan tentang relaksasi shalawat pada jama’ah Majelis Rasulullah, dalam hal ini shalawat membantu keadaan rileks yang ditandai dengan penurunan kegiatan sistem syaraf simpatik untuk mengistirahatkan fungsi fisik dan psikis manusia. Relaksasi di sini merupakan cara mengistirahatkan tubuh dari segala macam kesibukan. Salah satu metode relaksasi adalah metode kesadaran dengan cara memfokuskan pada keyakinan yang berbentuk frase, kata, atau doa. Dalam penelitian ini menggunakan tiga aspek dalam membaca shalawat, yang pertama yaitu aspek Qauliyah yang mencakup suara, irama dan bacaan, membuat

relaksasi kesadaran indera. Yang kedua adalah aspek Fi'liyah yang mencakup gerakan, posisi tubuh dan sikap, membuat relaksasi otot. Sedangkan yang ketiga adalah aspek Qolbiyah yang mencakup kecintaan, keyakinan dan penghayatan, membuat relaksasi hipnosa, meditasi dan yoga. Hasil perubahan setelah membaca tiga aspek shalawat yaitu kondisi Jama'ah Majelis Rasulullah lebih merasa adanya kepuasan batin dan perasaan senang, nyaman, sejahtera karena telah memuji seseorang yang ia cintai dan senantiasa agar dirinya ingat akan sunnah Rasulullah atau hal-hal positif lainnya.¹⁷

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang adalah jika penelitian terdahulu lebih memfokuskan pada kondisi rileks dengan menggunakan tiga aspek bacaan shalawat yaitu Qauliyah, Fi'liyah dan Qabliyah. Sedangkan peneliti sekarang membahas tentang terapi shalawat Nabi

¹⁷ Wisnu Khoir, "Peranan Shalawat Dalam Relaksasi Pada Jama'ah Majelis Rasulullah", (*Skripsi* pada Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2007) <http://repository.uinjkt.ac.id> diunduh pada 18 Desember 2019.

terhadap ketenangan jiwa, seperti cemas, depresi dan psikosomatik.

Kedua, skripsi yang berjudul “Pengaruh Membaca Shalawat Wahidiyah terhadap Tingkat Kecemasan pada Pengguna Narkoba”, penelitian ini ditulis oleh Atik Mardiani Kholilah mahasiswa Jurusan Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta pada tahun 2017. Penelitian tersebut menjelaskan tentang pengaruh membaca shalawat wahidiyah terhadap kecemasan pada pengguna narkoba. Penelitian ini menggunakan teknik relaksasi meditasi atau relaksasi secara mental yang dilakukan sambil membaca kata kebaikkian (bacaan shalawat wahidiyah). Hasil penelitian ini dilakukan oleh 20 orang yang mengalami kecemasan pada tahap rehabilitasi sosial. Penelitian ini dilakukan dalam 40 hari berturut-turut selama kurang lebih 45 menit, dengan rincian 15 menit penjelasan mengenai adab membaca shalawat wahidiyah dan tujuan, serta 30 menit pembacaan shalawat wahidiyahnya. Sebagian responden yang mengikuti terapi

shalawat wahidiyah menyatakan bahwa ada perubahan perasaan menjadi lebih tenang, lebih tawakal atau pasrah kepada Allah sehingga kekhawatiran berkurang.

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang adalah jika penelitian terdahulu menggunakan terapi shalawat wahidiyah untuk kecemasan pada pengguna narkoba. Sedangkan penelitian sekarang menggunakan terapi shalawat Nabi untuk ketenangan jiwa.¹⁸

Ketiga, skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Dzikir untuk Menumbuhkan Ketenangan Jiwa Narapidana di Rumah Tahanan Negara Kelas II B Boyolali”, penelitian ini ditulis oleh Diah Puji Astuti mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Surakarta pada Tahun 2017. Penelitian tersebut menjelaskan tentang pelaksanaan dzikir untuk menumbuhkan ketenangan jiwa. Rumah Tahanan Negara Boyolali memiliki program pembinaan kerohanian,

¹⁸ Atik Mardiani Kholilah, “Pengaruh Membaca Shalawat Wahidiyah terhadap Tingkat Kecemasan pada Pengguna Narkoba”, (*Skripsi*: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2017) <http://repository.uinjkt.ac.ad> diunduh pada 10 Januari 2020.

diantaranya dengan pelaksanaan dzikir. Sebelum melaksanakan dzikir para narapidana terlebih dahulu melaksanakan shalat Dhuha, bacaan dzikir yang dilaksanakan di Rutan Boyolali meliputi bacaan istighfar, tasbih, tahlil, tahmid, takbir. Kondisi psikologis yang dialami oleh para narapidana yaitu meliputi tidak tenang jiwanya, merasa dirinya orang paling jahat dan depresi. Hasil perubahan dari melaksanakan dzikir, para narapidana mengaku jiwanya menjadi tenang, mampu menyesuaikan diri dengan baik, mampu menerima keadaan dan terlihat lebih ceria. Jadi pelaksanaan dzikir di Rutan Boyolali ini sangatlah penting bagi kehidupan narapidana di dalam rutan setiap harinya. Mereka tidak hanya melaksanakan ibadah tetapi juga menjadikan dzikir ini sebagai kebutuhan sehari-hari.¹⁹

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang adalah jika penelitian terdahulu menggunakan

¹⁹ Diah Puji Astuti, "Pelaksanaan Dzikir untuk Menumbuhkan Ketenangan Jiwa Narapidana di Rumah Tahanan Negara Kelas II B Boyolali", (*Skripsi*, pada Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Surakarta, 2017) <http://eprints.iain-surakarta.ac.id> diunduh pada 10 Januari 2020.

dzikir untuk ketenangan jiwa. Sedangkan penelitian sekarang menggunakan terapi shalawat Nabi untuk ketenangan jiwa.

F. Kerangka Teoritis

1. Terapi Shalawat Nabi

Manusia diciptakan oleh Allah ke dunia ini dengan berbagai problematikanya. Ia tidak selamanya selalu dalam keadaan sehat. Adakalanya ia sakit, baik sakit jasmani maupun rohani. Banyak cara yang dilakukan manusia untuk mencari kesembuhan. Salah satu caranya adalah melakukan terapi atau pengobatan.

Terapi adalah upaya pengobatan yang ditunjukkan untuk penyembuhan kondisi psikologis. Dalam pengertian luas, terapi dapat berarti pengobatan penyakit secara kerohanian. Terapi di sini mengandung makna penerapan teknis khusus dalam penyembuhan penyakit mental atau kesulitan penyesuaian diri. Terapi juga mempunyai makna penyembuhan penyakit melalui keyakinan agama dan diskusi suatu persoalan dengan para guru, teman dan sebagainya. Terapi juga dapat berarti upaya sistematis dan terencana

dalam menanggulangi masalah-masalah yang dihadapi *mursyadbi* (klien) dengan tujuan mengembalikan, memelihara, menjaga dan mengembangkan kondisi klien agar akal dan hatinya berada dalam kondisi dan posisi yang proporsional.²⁰

Shalawat adalah bentuk jamak dari kata “*salat*”, yang dari segi bahasa mempunyai banyak makna. Jika shalat dilakukan oleh seseorang yang lebih rendah derajatnya kepada yang lebih tinggi atau dari manusia kepada Tuhan, maka ia berarti permohonan; jika dilakukan oleh malaikat, maka maknanya adalah permohonan maghfiroh; sedang bila shalat dilakukan oleh Allah SWT., maka maknanya adalah curahan rahmat.²¹

Adapun hadis dan dalil yang menganjurkan untuk bershalawat kepada Nabi Muhammad SAW, yaitu;

- Dari Abu Huraira RA, dia berkata, Rasulullah SAW bersabda:

مَنْ صَلَّى عَلَيَّ صَلَاةً وَاجِدَهُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ عَشْرًا

²⁰ M. Solihin, *Terapi Sufistik*,.....,h. 82-84.

²¹ M Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*, h. 335.

“Barang siapa bershalawat untukku satu kali, maka Allah akan bershalawat untuknya sepuluh kali.” (HR. Muslim dan At-Tirmidzi).²²

- Dari Ibnu Mas’ud RA, dia berkata, Rasulullah SAW bersabda:

أَوْلَى النَّاسِ بِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَكْثَرُهُمْ عَلَيَّ صَلَاةً

“Manusia yang paling berhak atasku nanti pada hari kiamat adalah orang yang paling banyak membaca shalawat kepadaku.” (HR. At-Tirmidzi).²³

- Dari Anas bin Malik RA, dia berkata, Rasulullah SAW bersabda:

مَنْ صَلَّى عَلَيَّ فِي يَوْمٍ أَلْفٍ مَرَّةٍ لَمْ يَمُتْ حَتَّى يُرَى مَقْعَدُهُ مِنَ الْجَنَّةِ

“Barang siapa yang bershalawat atasku sehari seribu kali, maka dia tidak akan mati hingga diperlihatkan kepadanya tempat tinggalnya di Surga.” (HR. Ibnu

²² Abu Muhammad Abdul Haq al-Hasyimi, *40 Keajaiban Shalawat Kunci Rahasia Faedah & Keutamaan Shalawat Nabi*, (Jakarta: Pustaka Imam Bonjol, 2018) h. 19.

²³ Abu Muhammad Abdul Haq al-Hasyimi, *40 Keajaiban Shalawat*,....., h. 26.

Syahin, Ibnu Basykawal, Ibnu Sam'un, ad-Dailami dan adh-Dhiya).²⁴

Pada dasarnya, bacaan shalawat atas Nabi itu harus diucapkan (dibaca/didzikirkan) oleh setiap muslim dan orang mukmin di mana saja dan dalam keadaan apapun. Rasulullah SAW pernah bersabda: *“Bahwasannya doa itu terhenti (tertahan) antara langit dan bumi, tiada naik barang sedikitpun darinya, sehingga engkau bershawat kepada Nabimu.”* (HR. Tirmidzi dari Umar bin Khathab).²⁵

Membahas sejarah shalawat tentu tidak lepas dari firman Allah dalam Surat Al-Ahzab ayat 56:

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

Artinya: “Sesungguhnya Allah dan malaikat-malaikat-Nya bershawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman, bershawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan.”

²⁴ Abu Muhammad Abdul Haq al-Hasyimi, *40 Keajaiban Shalawat*,....., h. 33.

²⁵ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*, (Pustaka Media, 2002), Cet. Ke-1, h. 9.

Sebab turunnya ayat ini bisa dibilang menjadi sejarah shalawat kepada Rasul SAW. At-Thabrani menyebutkan bahwa setelah ayat ini turun, ada seorang sahabat yang bertanya terkait bunyi shalawat kepada Rasulullah SAW. Kemudian Rasul SAW menyebutkan Shalawat Ibrahimiyah, sebagaimana yang biasa kita baca pada tasyahud akhir saat shalat. Terkait kapan shalawat itu diwajibkan kepada Rasul SAW, merujuk pada turunnya ayat tersebut kepada Rasul SAW, perintah shalawat tersebut diturunkan pada bulan Sya'ban pada tahun kedua Hijriyah.²⁶

Shalawat sebenarnya sudah ada sejak jaman Nabi Musa AS dan kaumnya, Bani Isra'il. Pada saat itu ada seorang laki-laki yang angkuh. Dia pemboros yang tanpa menghiraukan dirinya. Bahkan dia jarang sekali melaksanakan perintah serta ajaran Nabi Musa AS.²⁷ Suatu ketika dia bertanya kepada Nabi Musa AS, terkait apakah Allah bershalawat kepada makhluk-Nya. Mendengar pertanyaan dari kaumnya

²⁶<https://islam.nu.or.id/post/read/106922/sejarah-dan-asal-muasal-shalawat-nabi> diakses pada Sabtu 22 Desember 2019, pukul 05.10 WIB.

²⁷ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 116.

tersebut, Nabi Musa AS kemudian berdoa dan meminta jawaban kepada Allah SWT. Allah SWT pun menjawab pertanyaan Nabi Musa AS. Allah berfirman kepada Nabi Musa AS:

يَا مُوسَىٰ إِنَّ سَأْلَكَ هَلْ يُصَلِّي رَبُّكَ؟ فَقُلْ: نَعَمْ. أَنَا أُصَلِّي وَمَلَائِكَتِي
عَلَىٰ أَنْبِيَائِي وَرُسُلِي

Artinya: “Wahai Musa AS, sungguh kaum Bami Isra’il bertanya kepadamu, apakah Tuhanmu bershalawat kepada makhluk-Nya? Jawablah, ‘Iya. Aku dan juga para malaikat-Ku bershalawat kepada para Nabi dan Rasul-Ku.”²⁸

Aneka macam bacaan shalawat dan khasiatnya adalah merupakan bentuk-bentuk ajaran dan tuntunan bacaan shalawat yang bersumber dari Rasulullah SAW., para Ulama dan Waliyullah yang memiliki kesamaan dan perbedaan manfaat yang sebesar-besarnya untuk memperoleh satu tujuan, yaitu mendapatkan keridhoan atau kemuliaan dari Allah SWT dan syafaat dari Rasulullah SAW.²⁹

²⁸<https://islam.nu.or.id/post/read/106922/sejarah-dan-asal-muasal-shalawat-nabi> diakses pada Sabtu 22 Desember 2019, pukul 05.10 WIB.

²⁹ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 10-11.

Dalam al-Qur'an Allah menjanjikan kepada kita tentang Surga, jika kita memenuhi perintahnya dan meninggalkan segala larangan-Nya. Dan dalam hadis sendiri Rasulullah juga menjanjikan tempat di Surga. Janji itu diantaranya ialah jika kita selalu shalawat yang kita tuju kepadanya. Sebab Muhammad Rasul kita adalah sebagai wasilah. Kenapa demikian? Sebab kita menyadari bahwa kita mempunyai banyak dosa, ibadah kita belum bisa sempurna. Jika ibadah belum mencapai puncak kesempurnaan maka sulitlah permohonan kita sampai kepada Allah. Jalan satu-satunya ialah Muhammad kita jadikan sebagai perantara atau sebagai jembatan untuk mempermudah doa kita. Caranya ialah kita sering memperbanyak shalawat.³⁰ Ada beberapa macam terapi shalawat dalam pengobatan, berikut ini ada beberapa macam terapi diantaranya:

1. Shalawat Nabi

Mengingat bacaan shalawat yang bersumber dari Rasulullah SAW itu sangat banyak ragamnya, khasiat

³⁰ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 118.

shalawat Nabi tersebut ialah memperoleh rahmat dari Allah SWT., memperoleh syafaat Nabi Muhammad SAW., menghapus dosa-dosa, meninggikan derajat, dapat menutupi kebutuhan dunia dan akhirat dan menjadi sebab terkabulnya segala macam wujud doa.³¹

Ada beberapa bacaan shalawat Nabi yang bisa digunakan untuk terapi, seperti:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ

Artinya: “Ya Allah, limpahkanlah rahmat kepada junjungan kami, Nabi Muhammad SAW dan kepada keluarganya.”

صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

Artinya: “Semoga Allah melimpahkan shalawat atas Muhammad.”

³¹ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat,.....*, h. 12

Dari beberapa bacaan shalawat Nabi di atas, yang digunakan oleh Ustadz Aziz sebagai terapi, yaitu: “*Ṣalallahu ‘alā muḥammad*”³²

- Cara mengamalkan shalawat Nabi:
 - Membaca bacaan Shalawat Nabi sebanyak-banyaknya pada setiap selesai salat fardlu secara istiqomah.

Sebelum membaca shalawat tersebut, sebaiknya diawali dengan shalat hajat dua rakaat.

- Pada rakaat pertama, setelah membaca surat Al-Fatihah membaca surat Al-Ikhlās 10 kali.
- Pada rakaat kedua, setelah membaca surat Al-Fatihah membaca surat Al-Ikhlās 20 kali.

Setelah salam membaca istighfar 100 kali, kemudian membaca shalawat tersebut sebanyak-banyaknya.³³

2. Shalawat Ghazali

Shalawat Ghazali adalah bacaan shalawat yang diyakini dapat memberikan manfaat sebagai sarana untuk

³² Ustadz Abdul Aziz, (Pimpinan Pondok Salaf Al-Aziz), diwawancarai oleh Marni, *Catatan Pribadi*, Tangerang tanggal 29 Januari 2020.

³³ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 13

menentramkan hati, menjernihkan pikiran, tercapainya keinginan yang sangat besar bagi orang yang berkenan mendzikirkannya secara istiqomah.³⁴

- Cara mengamalkan Shalawat Ghazali:

Barang siapa yang hati dan pikirannya sering gelisah, resah dan bingung, ingin terang, padang, tentram, jernih dan cerdas, maka hendaklah membaca Shalawat Ghazali ini sebanyak 113 kali selama tujuh hari dengan perincian sebagai berikut:

- Hari kesatu membaca Shalawat Ghazali sebanyak 16 kali.
- Hari kedua membaca Shalawat Ghazali sebanyak 16 kali.
- Hari ketiga membaca Shalawat Ghazali sebanyak 16 kali.
- Hari keempat membaca Shalawat Ghazali sebanyak 16 kali.

³⁴ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 14.

- Hari kelima membaca Shalawat Ghazali sebanyak 16 kali.
- Hari keenam membaca Shalawat Ghazali sebanyak 16 kali.
- Hari ketujuh membaca Shalawat Ghazali sebanyak 17 kali.

Dengan cara ini, Insya Allah akan membawa dan mendapatkan hasil yang positif. Membuat pikiran menjadi terang, jernih dan cerdas.³⁵

3. Shalawat Ibrahimiyah

Shalawat Ibrahimiyah adalah suatu bacaan shalawat yang diyakini dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya sebagai sarana untuk mendapatkan segala macam kebutuhan dunia dan akhirat. Memperoleh kewibawaan yang sangat besar terhadap orang lain.³⁶

- Cara mengamalkan Shalawat Ibrahimiyah adalah sebagai berikut:

³⁵ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 15-16.

³⁶ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 55.

Barang siapa yang ingin oleh Allah SWT dicukupi segala kebutuhan hidupnya di dunia dan di akhirat, diberi rahmat dan keselamatan dunia dan akhirat, diberi kewibawaan yang sangat besar terhadap orang lain dan masyarakat, diperluas dan tambah rejekinya dengan sebanyak-banyaknya dan dikabulkan segala macam hajat dan cita-citanya, maka hendaknya membaca Shalawat Ibrahimiyah ini sebanyak-banyaknya minimal 1000 kali pada setiap selesai shalat Maghrib dan Subuh secara Istiqomah.³⁷

Keutamaan dari sebuah shalawat sangatlah istimewa jika kita terus mengamalkannya selain terus mengingat Allah dan Rasulullah bisa menjadikan jiwa kita tenang dan damai menurut Ustadz Abdul Aziz selaku Pimpinan Pondok Salaf Al-Aziz. Salah satu contoh dari sebuah keutamaan terapi shalawat “Ada satu pasien dari Tanjung Periok Jakarta datang ke Pondok Salaf Al-Aziz untuk menemui Pimpinan Pondok tersebut dengan keadaan lumpuh tidak bisa berjalan

³⁷ Nor Moh. Kafadi, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalawat*,....., h. 57.

dan dengan jiwa gelisah karena ingin cepat sehat kembali, ketika diantar oleh keluarganya kemudian diterapi dengan shalawat oleh Ustadz Aziz selaku Pimpinan Pondok, diletakkan tangan beliau ke kaki pasien dibacakan shalawat, dengan izin Allah pasien tersebutpun bisa berjalan kembali.”³⁸

“Saya telah menikmati semua rasa dihati dengan shalawat. Shalawat telah menemani jalanku untuk mencari Tuhanku. Shalawat telah menemani kesakitanku ketika orang yang dianggap yang terbaik meninggalkanku. Shalawat telah membuka pikiranku tentang rencana-Nya yang terbaik. Shalawat telah mengajariku memaafkan dan berdamai dengan diri sendiri. Shalawat sedikit demi sedikit telah membuatku merasa Allah SWT ada.”

Shalawat sendiri adalah anugerah. Sebuah pemberian dan pertolongan dari Allah SWT untuk menggerakkan hati dan lisannya memuji dan bershalawat pada Baginda Nabinya. Jika, tidak karena Allah SWT maka kita tidak dapat dengan sendirinya bershalawat kepada Nabi SAW. Maka, adab

³⁸Ustadz Abdul Aziz, (Pimpinan Pondok Salaf Al-Aziz), diwawancarai oleh Marni, *Catatan Pribadi*, Tangerang tanggal 10 November 2019.

berdoa yang baik adalah menghadirkan rasa butuh, hina dan tak berdaya pada Tuhan.³⁹

Seorang sahabat shalawat menceritakan bagaimana ia merasakan perubahan dalam dirinya setelah cukup lama bershalawat:

“Ya lebih mulai sabar. Mulai mengurangi amarah. Ujian kehidupan malah semakin menantang. Lebih banyak menahan amarah, ya terkadang kalau ngga bisa dikontrol langsung ambil wudhu lanjut shalawatan. Alhamdulillah Tahajud juga Dhuha. Semakin sering silaturahmi semakin senang selawatan, juga sering sharring masalah private hingga kemarin menuju kepelaminan sebelum ijab qobul shalawatan terus 7 hari, pas hari H Alhamdulillah Allah SWT lancarkan semua perjalanan lika-liku penuh perjuangan.”⁴⁰

Adapun beberapa manfaat membaca shalawat:

- Membaca shalawat adalah bentuk realisasi ketaatan kepada Allah SWT.
- Diangkat sepuluh derajat karena membaca satu kali shalawat.
- Dihapus sepuluh keburukan bagi yang membaca satu kali shalawat.

³⁹ Rima Olivia, *Terapi Segitiga Cinta*,....., h.82.

⁴⁰ Rima Olivia, *Terapi Segitiga Cinta*,....., h.87.

- Menjadi sebab meraih syafa'at Nabi SAW.
- Mendapat pengampunan dari Allah SWT.
- Menjadi sebab dekatnya seorang hamba dengan Nabi Muhammad SAW.
- Menjadi sebab terpenuhinya berbagai macam hajat kebutuhan.
- Membaca shalawat akan mengeluarkan seseorang dari sifat kasar.
- Mengandung dzikir dan syukur kepada Allah SWT.
- Shalawat adalah doa, karena dengan membaca shalawat berarti telah memuji kekasih Allah SWT.⁴¹

2. Jiwa

Sejak zaman Yunani Kuno, para filosof berusaha mempelajari jiwa. Plato misalnya, mengatakan jiwa adalah ide, Hipocrates berpendapat jiwa adalah karakter, sedangkan Aristoteles mengartikan jiwa sebagai fungsi mengingat. Kemudian pada abad ke-17, Rene Descartes, filosof Perancis, berpendapat bahwa jiwa adalah akal atau kesadaran. George

⁴¹ Abu Muhammad Abdul Haq al-Hasyimi, *40 Keajaiban Shalawat*,....., h. 89-93.

Berkeley, filosof Inggris yang hidup di akhir abad ke-17, menyatakan jiwa adalah persepsi. Sementara itu, John Locke, filosof Inggris lainnya, beranggapan bahwa jiwa adalah kumpulan ide yang disatukan melalui asosiasi.⁴²

Menurut Sarlito, tidak ada seorang pun yang tahu dengan sesungguhnya apa yang dimaksud dengan jiwa itu sendiri, karena jiwa adalah suatu kekuatan yang abstrak yang tidak tampak oleh pancaindra wujud dan zatnya, melainkan yang tampak hanya gejala-gejalanya saja.⁴³ Para sarjana Islam sepakat bahwa manusia merupakan makhluk Allah yang terdiri dari dua dimensi, dimensi jasmani dan dimensi rohani atau jiwa dan raga. Islam tidak hanya memandang manusia dari segi pikiran atau kejiwaannya saja sehingga melupakan segi jasmani.⁴⁴

Menurut Achmad Mubarak, kata *an-Nafs* dalam al-Qur'an mempunyai beberapa makna;

⁴² Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), h. 1.

⁴³ Faizah & Lalu Muchsin Effendi, *Psikologi Dakwah*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2009), h. 2.

⁴⁴ Faizah & Lalu Muchsin Effendi, *Psikologi Dakwah*,....., h. 57.

- a) Nafs sebagai jiwa, seperti dalam surat asy-Syams ayat 7, yang artinya: *“Dan jiwa serta penyempurnaan-Nya (ciptaan-Nya).”* Dan surat al-Fajr ayat 27, yang artinya: *“Hai jiwa yang tenang.”*
- b) Nafs sebagai sisi dalam manusia yang melahirkan tingkah laku, seperti dalam surat ar-Ra’d ayat 11, yang artinya: *“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”*

Dalam kaitannya dengan manusia, aneka makna kata nafs (jiwa) di atas, dapat dipersempit dalam tiga kategori, nafs sebagai totalitas manusia, nafs sebagai sesuatu dalam

diri manusia yang memengaruhi perbuatan dan nafs sebagai sisi dalam manusia sebagai lawan dari sisi luarnya.⁴⁵

Manusia berbeda dari makhluk-makhluk lainnya mempunyai form (isi kejiwaan) yang khusus. Ia mempunyai fungsi mengingat dan ia mempunyai fungsi realisasi diri yang menyebabkan manusia bisa berkembang ke arah yang dikehendakinya sendiri.⁴⁶

Pada garis besarnya, teori mengungkapkan bahwa sumber jiwa keagamaan berasal dari faktor intern dan faktor ekstern manusia.⁴⁷ Telaah psikologi dan psikologi agama tampaknya sudah mulai menyadari potensi-potensi dan daya psikis manusia yang berkaitan dengan kehidupan spiritual. Kemudian menempatkan potensi dan daya psikis tersebut sebagai sesuatu yang penting dalam kehidupan manusia. Selain itu, mulai tumbuh suatu kesadaran baru mengenai hubungan antara potensi dan daya psikis tersebut dengan

⁴⁵ Faizah & Lalu Muchsin Effendi, *Psikologi Dakwah*,....., h. 60-61.

⁴⁶ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2012), h. 26.

⁴⁷ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2015), h.224.

sikap dan pola tingkah laku. Berangkat dari telaah dan pandangan tersebut akan membawa pada kesimpulan bahwa jiwa keagamaan sebenarnya merupakan bagian dari komponen intern psikis manusia. Pembentukan kesadaran agama pada diri seseorang pada hakikatnya tak lebih dari usaha untuk menumbuh dan mengembangkan potensi dan daya psikis.⁴⁸

Di Indonesia para ahli kesehatan jiwa menggunakan PPDGJ 3 (Pedoman Penggolongan Diagnosa Gangguan Jiwa) sebagai acuan dalam menentukan diagnosa gangguan jiwa. Secara umum gangguan jiwa dapat dibagi kedalam dua kelompok yaitu gangguan jiwa ringan dan gangguan jiwa berat. Yang termasuk dalam gangguan jiwa ringan antara lain cemas, depresi, psikosomatis dan kekerasan. Sedangkan yang termasuk kedalam gangguan jiwa berat seperti skizofrenia, manik depresi dan psikotik lainnya. Menurut Hawari, tanda dan gejala gangguan jiwa ringan adalah sebagai berikut:

⁴⁸ Jalaluddin, *Psikologi Agama*,....., h.227.

- Perasaan khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri dan mudah tersinggung.
- Merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut.
- Takut sendirian, takut pada keramaian dan banyak orang.
- Gangguan pola tidur, mimpi-mimpi yang menegangkan.
- Gangguan konsentrasi dan daya ingat.
- Keluhan-keluhan somatik seperti rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran bergeming (*tinitus*), berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, gangguan perkemihan dan sakit kepala.

Sedangkan tanda dan gejala depresi menurut NIMH USA antara lain: rasa sedih yang terus-menerus, rasa putus asa dan pesimis, rasa bersalah, tidak berharga, tidak berdaya, kehilangan minat, energi lemah, menjadi lamban, sulit tidur atau tidur berlebihan, tidak tenang, gampang tersinggung dan berpikir ingin mati atau bunuh diri.

Gejala gangguan jiwa berat sebenarnya kita dapat mengenali seseorang yang mengalami gangguan jiwa berat. Mereka yang tidak bisa menjalankan kehidupan sehari-hari,

bicaranya tidak nyambung, sering berperilaku menyimpang dan terkadang mengamuk. Orang gila yang kita temukan di jalanan itu biasanya mengalami gangguan jiwa berat.⁴⁹

Sifat dasar jiwa-jiwa itu terdiri atas tiga jenis, yaitu:

Pertama, yang tertinggi yaitu kedudukan jiwa yang sangat peduli pada dunia Ilahiyah dan asyik dengan cahaya-cahaya abadi ini dan dengan cabang-cabang hikmah *gnosis Ilahiyah (Ma'rifatullah)* yang kadangkala disebutkan dalam Kitab Suci al-Qur'an, "*Orang-orang paling dahulu beriman, merekalah yang paling dulu masuk surga, mereka itulah orang-orang yang didekatkan (kepada Allah).*" Kadangkala mereka disebut, "*Orang-orang yang didekatkan (kepada Allah) menurut al-Qur'an.*" Jadi ia termasuk orang-orang yang didekatkan kepada Allah.⁵⁰

Kedua, yang pertengahan yaitu jiwa-jiwa yang sangat peduli pada dunia yang lebih rendah dan yang lebih tinggi. Kadangkala, mereka maju ke atas menuju dunia yang lebih

⁴⁹<https://www.researchgate.net/publication/273866139> Mengenal gejala dan penyebab gangguan jiwa diakses pada Selasa tanggal 7 Januari 2020, pukul 11.10 WIB.

⁵⁰ Imam ar-Razi, *Ruh dan Jiwa*, (Surabaya: Risalah Gusti, 2001), cet ke 2, h. 86.

tinggi dengan kepatuhan dan kebaktian, dan kadangkala turun derajatnya hingga ke tingkat dunia yang lebih rendah, demi memenuhi hasrat urusan dunia dan memanfaatkan kekuasaan atasnya. Mereka adalah orang-orang yang adil (golongan kanan dari sisi Allah) dan tetap dalam berpendirian.

Ketiga, kedudukan ini milik orang-orang yang hanya peduli pada dunia yang lebih rendah serta sibuk mencari kenikmatan-kenikmatannya. Mereka adalah orang-orang yang berpura-pura (golongan kiri dari sisi Allah) dan melampaui batas hukum (menentang prinsip-prinsip moral).

Dengan demikian, pengetahuan Allah yang membawa pada jalan yang berdekatan dengan jiwa-jiwa adalah ilmu pengetahuan tentang latihan-latihan spiritual dan disiplin. Dan pengetahuan yang membawa ke jalan yang benar, yaitu pengetahuan ilmu tentang moral (etika).⁵¹

Hakikat manusia yang membedakannya dari hewan-hewan lainnya, apabila menjadi jernih dan terang dengan

⁵¹ Imam ar-Razi, *Ruh dan Jiwa*,....., h. 87.

menyebut nama Allah Ta'ala, terhapuslah darinya pengaruh-pengaruh syahwat dan sifat-sifat tercela dan dinamakan jiwa yang tenang. Sebelum mencapai derajat ini, ia mempunyai dua derajat menurut sifat-sifatnya. Yang satu dinamakan *an-Nafsul Lawwaamah* yaitu nafsu yang mencela kemaksiatan, tidak dapat dipercaya dan tidak ridha. Yang satu lagi dinamakan *an-Nafsul Muṭmainnah* yaitu nafsu yang paling tinggi yang menyuruh berbuat kebaikan dan tidak menyalahkan kejahatan.⁵²

G. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian kualitatif yaitu penelitian yang menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data dalam rangka menegaskan wawasan yang sedang dikembangkan dan menjamin kepercayaan data yang dikumpulkan.⁵³ Adapun jenis penelitian yang digunakan oleh penulis ialah penelitian

⁵² Imam A-Ghazali, *Ringkasan Ihya' Ulumuddin*, (Jakarta: Pustaka Amani, 2007), Cet. Ke-2, h. 217.

⁵³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), h.9.

lapangan. Penelitian lapangan yaitu datanya diambil langsung dari lokasi penelitian. Metode kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna. Penelitian ini akan menjelaskan tentang penerapan terapi shalawat Nabi untuk ketenangan jiwa terhadap para santri di Pondok Salaf Al-Aziz.

2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian bertempat di Pondok Salaf Al-Aziz, Cibetok Gunung Kaler Tangerang-Banten. Memilih tempat ini karena ada kegiatan shalawat yang diterapkan kepada santri. Sedangkan waktu penelitian dimulai sejak tanggal 2 November 2019 sampai 3 April 2020.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi merupakan metode mengumpulkan data melalui indra manusia, yaitu indra penglihatan menggunakan mata, indra pendengaran melalui telinga. Observasi sebagai studi yang dilakukan secara sengaja, terarah, sistematis dan terencana sesuai tujuan yang ingin

dicapai dengan mengamati serta mencatat seluruh kejadian dan fenomena yang terjadi, yang mengacu pada syarat dan aturan dalam penelitian atau karya ilmiah.⁵⁴ Dalam penelitian ini penulis melakukan observasi tentang Pondok Salaf Al-Aziz yang akan dijadikan studi kasus, meliputi pimpinan pondok, para santri dan lokasi.

b. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara lisan dalam mana dua orang atau lebih bertatap muka mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan-keterangan.⁵⁵ Teknik wawancara dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode semi terstruktur, di mana proses wawancara yang menggunakan panduan

⁵⁴ Haris Hardiansyah, *Wawancara, Observasi dan Focus Groups*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), Cet. Ke-2, h. 131.

⁵⁵ Cholid Narbuko & Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian.....*, h.83

wawancara yang berasal dari pengembangan topik dan mengajukan pertanyaan.⁵⁶

Wawancara dilakukan dengan bertanya langsung kepada informan untuk menggali dan mendapatkan informasi yang berkaitan dengan data yang dibutuhkan. Adapun wawancara dengan menggunakan pedoman wawancara, sehingga peneliti dapat mengembangkan pertanyaan-pertanyaan penelitian sesuai dengan kebutuhan informasi yang diinginkan. Informasi dari wawancara akan direkam oleh peneliti menggunakan alat perekam pada ponsel dan juga melakukan pencatatan hal-hal penting yang disampaikan oleh informan dalam wawancara. Dalam hal ini peneliti mewawancarai para santri, ustadz dan keluarganya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berhubungan dengan penelitian.

56

<https://jurnal.lp2msasbabel.ac.id/index.php/maw/article/download/699/126/> diakses pada Rabu tanggal 08 Januari 2020.

Dokumen bisa berbentuk tulisan atau gambar dari seseorang.⁵⁷ Dalam penelitian ini, penulis menggunakan dokumentasi untuk mendapatkan data Pondok Salaf Al-Aziz, data responden dan foto responden pada saat wawancara.

4. Sumber Data

Dalam penelitian ini peneliti membagi sumber data menjadi dua bagian, yaitu:

- a. Sumber data primer adalah data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dari sumber utama.⁵⁸ Data dari sumber utama diperoleh melalui wawancara dengan terapis dan responden yang melakukan terapi shalawat.
- b. Sumber data sekunder adalah sumber data pendukung, yaitu data yang diperoleh bukan dari sumber utama. Data sekunder biasanya tersusun dalam bentuk dokumen-

⁵⁷ Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012), h. 61.

⁵⁸ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), Cet Ke-24, h. 39.

dokumen.⁵⁹ Data sekunder yang diperoleh peneliti yaitu buku-buku dan jurnal.

5. Teknik Analisis Data

Setelah penelitian melakukan pengumpulan data, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif, oleh karena itu dalam tahap analisis data harus sesuai dengan metode penelitian.

Langkah-langkah dalam menganalisis data yaitu:

a. Reduksi Data

Reduksi data yaitu merujuk pada proses pemilihan, pemokusan penyederhanaan dan data mentah yang terjadi dalam catatan-catatan lapangan tertulis. Dengan demikian, data yang telah di reduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.⁶⁰

Dalam penelitian ini, peneliti memilih 5 santri yang akan dijadikan responden dari 20 santri yang melakukan terapi shalawat Nabi, hal ini dikarenakan dari data 20

⁵⁹ Sumadi Suryabrata, *Metodologi*, h. 39.

⁶⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian.....*, h. 247

santri tersebut hanya 5 santri yang bersedia untuk menjadi responden. Dari 5 responden inilah yang bersedia dan sesuai dengan pembahasan yang dilakukan peneliti berdasarkan acuan kerangka teori yang telah dikemukakan oleh peneliti sebelumnya. Hal-hal yang tidak berkenaan akan dihilangkan sehingga pembahasan tidak melenceng dari tujuan awal dan fokus penelitian terapi shalawat Nabi terhadap ketenangan jiwa.

b. Penyajian Data

Penyajian data yaitu penyusunan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar katagori, *flowchart* dan sejenisnya. Dengan penyajian data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi.⁶¹ Dalam penelitian ini, peneliti menyajikan data yang ada di lapangan dengan cara penyajian data, menyusun dalam bentuk narasi atau deskriptif. Peneliti menyajikan data dengan cara menganalisis terapi selawat Nabi terhadap

⁶¹ Sugiyono, *Metode Penelitian.....*, h. 249

ketenangan jiwa dan kemudian mengetahui efektivitas dari penerapannya.

c. Verifikasi Data

Verifikasi data yaitu membuat kesimpulan atau penjelasan yang mewakili keseluruhan data-data yang terkumpul.⁶² Setelah melalui penyajian data dan diperoleh mengenai hasil penelitian, maka peneliti pada bab akhir menyimpulkan mengenai bagaimana penerapan terapi shalawat Nabi terhadap ketenangan jiwa di Pondok Salaf Al-Aziz.

H. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan karya ilmiah ini, peneliti akan menggunakan pembahasan menjadi lima bab yang terdiri dari sub-sub dengan susunan sebagai berikut:

Bab pertama, pendahuluan. Dalam bab ini dibahas latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, telaah pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian dan sistematika penulisan.

⁶² Sugiyono, *Metode Penelitian.....*, h. 252

Bab kedua, berisikan gambaran umum pondok salaf Al-Aziz yang mencakup sejarah singkat pondok, profil pimpinan pondok, visi misi pondok, tujuan pondok, gambaran umum santri dan gambaran umum terapi shalawat di Pondok Salaf Al-Aziz.

Bab ketiga, berisikan profil responden, data dan latar permasalahan responden.

Bab keempat, penerapan terapi shalawat dan pengaruh terapi shalawat Nabi yang dapat memberikan ketenangan jiwa di Pondok Salaf Al-Aziz.

Bab kelima, penutup meliputi: kesimpulan dan saran.