

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Regulasi Emosi

1. Pengertian emosi

Emosi Menurut James emosi merupakan keadaan jiwa yang menampakan diri dengan sesuatu perubahan yang jelas pada tubuh. Emosi berasal dari kata *e* yang berarti energi dan *motion* yang berarti getaran, yang bisa di katakan sebuah energi yang terus bergerak (Safaria dan Saputra, 2009: 12). Emosi berasal dari kata *e* yang berarti energi dan *motion* yang berarti getaran. Emosi kemudian bisa dikatakan sebagai sebuah energi yang terus bergerak dan bergetar. Emosi dalam makna paling harfiah didefinisikan sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu dari setiap keadaan mental yang meluap-luap.

Crow & Crow mengartikan bahwa emosi merupakan suatu keadaan yang bergejolak pada diri seseorang yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian diri dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu (Wardiana, 2004: 17).

Menurut Goleman emosi ialah suatu hal yang merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan bertindak (Safaria dan Saputra, 2009: 12).

Goleman mengatakan bahwa emosi merupakan kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, keadaan mental yang meluap-luap. Emosi disini merupakan suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak yang ada pada setiap diri

manusia, setiap tindakan manusia di dorong oleh adanya emosi tersebut, emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah di tanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi (Goleman, 1996: 7).

William James menyatakan bahwa emosi merupakan kecenderungan untuk memiliki suatu perasaan yang khas apabila berhadapan dengan obyek tertentu yang ada di dalam lingkungannya (Wardiana, 2004: 165).

Emosi menurut para psikolog adalah suatu keadaan psikologis yang bisa mengaktifkan serta mengarahkan perilaku. Emosi dapat di timbulkan oleh berbagai macam rangsangan. John Marcquarrie membagi emosi dalam dua kelompok yaitu:

1. *Negative emotions* (takut, marah, benci, iri hati, dan lain sebagainya)
2. *Positive emotions* (cinta, harapan, kebahagiaan, sabar, kepasraan hati dan lain-lainnya) (Atapunang, 2000: 98).

Menurut beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu keadaan atau perasaan yang menjadikan perubahan-perubahan perilaku yang mengarah, perilaku tersebut di timbulkan oleh situasi tertentu yang menjadikan perilaku tampak.

2. Karakteristik Perkembangan Emosi (pada orang dewasa)

Menurut hasil penelitian Bernice Neugarden, orang dewasa yang berusia antara 40,50, dan awal 60 tahun adalah orang-orang yang mulai suka melakukan introspeksi diri dan banyak merenungkan tentang apa yang sebetulnya sedang terjadi di dalam dirinya. Banyak di antara mereka yang berpikir untuk berbuat sesuatu dalam sisa waktu hidupnya. Orang dewasa yang berusia 40 tahun ke atas secara mental

juga mulai mempersiapkan diri untuk sewaktu-waktu menghadapi persoalan yang bakal terjadi (Desmita, 2012: 252).

3. Pengertian Regulasi Emosi

Menurut Gross regulasi emosi merupakan strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dia akan bisa mengendalikan emosi yang di rasakannya baik itu positif ataupun negatif. Selain itu seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik itu positif ataupun negatif (Indah dan Hayati, 2015:25)

Sedangkan menurut Thomson regulasi emosi di gambarkan sebagai kemampuan seseorang dalam merespon proses-proses ekstrinsik dan intrinsik untuk memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi yang intensif dan menetap untuk mencapai suatu tujuan (Nansi dan Utami, 2016: 19). Dalam hal ini apabila seseorang memiliki kemampuan mengelola emosi-emosinya dengan baik maka dia akan bisa menghadapi suatu permasalahan dengan baik.

Bisa juga dikatakan regulasi emosi itu mengacu pada usaha-usaha yang dilakukan oleh individu untuk mengatur emosi mereka dimana usaha tersebut bisa saja dilakukan secara sadar ataupun secara tidak sadar atau secara spontan (Hendriana dan Hendriani, 2015: 59). Sedangkan menurut Reivich dan Shatte regulasi emosi merupakan sebuah kemampuan untuk tetap tenang saat berada di bawah tekanan (Rasyid dan Suminar, 2012: 2) begitu pula definisi dari Thomson yang mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses di dalam dan luar individu yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi, dan

memodifikasi reaksi emosi secara intensif dan khusus untuk mencapai tujuan. Regulasi emosi terjadi pada situasi tertentu, terutama jika emosi yang muncul lebih ringan. Hal ini berarti bahwa emosi yang muncul dapat di atur atau di hentikan sebelum melakukan aksi (Rasyid dan Suminar, 2012: 3).

Menurut Gross dan Thompson proses regulasi emosi dapat di lakukan individu dengan banyak cara antara lain yaitu :

a. *Situation selection* (pemilihan situasi)

Yaitu memilih situasi yang akan di hadapi atau di hindari baik itu dari orang atau situasi yang dapat menimbulkan emosi berlebihan pada dirinya. Contohnya saja seseorang yang lebih memilih bermain game dari pada belajar pada malam harinya sebelum ujian yang di maksudkan untuk mengurangi rasa cemasnya yang berlebihan.

b. *Situation Modification* (modifikasi situasi)

Suatu cara dimana seseorang akan mengubah llingkungannya sehingga akan ikut mengurangi pengaruh kuat dari emosi yang timbul. Misalnya saja ketika kita membicarakan sesuatu tentang kegagalan seseorang seseorang tersebut akan menolak dan tidak mau membicarakan tentang kegagalannya tersebut agar seseorang tersebut tidak teringat kembali dan merasa sedih.

c. *Attention deployment* (mengalihkan perhatian)

Suatu cara dimana seseorang mengalihkan perhatiannya dari situasi yang tidak menyenangkan dengan sesuatu yang lain agar dapat menghindari timbulnya emosi yang berlebihan. Misalnya seseorang menonton film-film kartun yang lucu, berkaraoke mendengarkan musik dan lain sebagainya guna mengurangi kemarahan atau kesedihannya.

d. *Cognitive change* (perubahan cara pikir)

Suatu cara dimana seseorang mengevaluasi kembali situasi dengan cara mengubah pola pikir menjadi lebih positif, sehingga dapat mengurangi pengaruh kuat dari emosi. Contohnya, seseorang yang berfikir bahwa skripsi itu akan selesai pada waktunya (Indah dan Hayati, 2015: 25).

4. Aspek-aspek Regulasi emosi

Menurut Gross, (Nansi dan Utami, 2016: 20) ada empat aspek yang digunakan untuk menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang yaitu:

a. Kemampuan strategi regulasi emosi

Kemampuan ini merupakan kemampuan seseorang dalam mengatasi suatu permasalahan yang di hadapinya, serta memiliki kemampuan untuk menemukan cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan dirinya kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan yang di alaminya.

b. Kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif

Kemampuan ini merupakan kemampuan seorang individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang di rasakannya sehingga dapat tetap berfikir dan melakukan sesuatu dengan baik.

c. Kemampuan mengontrol emosi

Merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat mengontrol emosi yang di rasakannya dan respon emosi yang di tampilkan misalnya saja respon emosi seperti dalam bentuk tingkah laku serta nada suara dan sikap sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.

d. Kemampuan menerima respon emosi

Ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Regulasi emosi

Tahun 2013, Hendrikson mengemukakan jika emosi pada setiap individu di pengaruhi oleh berbagai faktor, begitu juga ketika individu harus mengatur kondisi emosinya. Faktor-faktor tersebut antara lain :

a. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang di maksud adalah lingkungan tempat individu berada termasuk lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan masyarakat. Keharmonisan keluarga kenyamanan di sekolah dan kondisi masyarakat yang kondusif akan sangat mempengaruhi perkembangan emosi.

b. Faktor Pengalaman

Pengalaman yng di peroleh seseorang selama hidupnya juga akan mempengaruhi perkembangan emosinya. Pengalaman selama hidup dalam hal berinteraksi dengan individu lain atau dengan orang lain yang ada di sekitarnya itu akan menjadi referensi bagi individu dalam menampilkan emosinya.

c. Pola Asuh Orang Tua

Poa asuh orang tua yang berbeda-beda juga akan mempengaruhi pola emosi yang dimiliki oleh individu. Pola asuh yang otoriter, acuh tak acuh memanjakan serta ada juga yang penuh dengan kasih sayang akan mempengaruhi bagaimana individu itu akan membentuk pola emosinya.

d. Pengalaman Traumatik

Kejadian atau pengalaman masa lalu yang berkesan traumatik akan mempengaruhi perkembangan emosi seseorang. Akibatnya rasa takut dan sikap terlalu waspada yang berlebihan akan mempengaruhi kondisi emosionalnya.

e. Jenis Kelamin

Kondisi fisiologis pada laki-laki dan perempuan menyebabkan perbedaan karakteristik emosi antara keduanya. Laki-laki cenderung lebih tinggi emosinya dari wanita dan wanita lebih bersifat emosionalitas dari pada laki-laki karena wanita memiliki kondisi emosi d dasarnya peran sosial yang di berikan oleh masyarakat sesuai jenis kelaminnya.

f. Usia

Kematangan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisiologis seseorang. Semakin bertambah usia ,kadar hormonal seseorang menurun sehingga mengakibatkan penurunan pengaruh emosional seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi emosi individu yaitu jenis kelamin,usia,lingkungan,pengalaman,pola asuh orang tua dan juga pengalaman trumatik yang dimiliki seseorang.

B. Tareqat Qadiriyyah wa Naqshabandiyyah

1. Pengertian Tareqat

Kata tareqat berasal dari bahasa arab *al-tharq* , jamaknya *al-thuruq* merupakan isim *musytaraq* , yang secara etimologi berarti jalan, tempat lalu atau metode (Rusli, 2013:184). Ditinjau secara terminologi, kata tareqat di temukan dalam berbagai definisi. Diantaranya menurut Abu Bakar Aceh, tareqat adalah petunjuk dalam melaksanakan suatu ibadah sesuai dengan ajaran yang di tentukan dan di contohkan oleh rosul, di kerjakan oleh sahabat,tabiin,turun temurun sampai kepada guru-guru,sambung menyambung dan rantai berantai atau suatu cara mengajar dan mendidik, yang akhirnya meluas menjadi kumpulan kekeluargaan yang mengikat penganut-penganut sufi, untuk memudahkan menerima ajaran dan latihan-latihan dari para pemimpin dalam suatu ikatan. (Aceh, 1993: 67).

Harun Nasution mendefinisikan tareqat sebagai jalan yang harus ditempuh oleh sufi dengan tujuan untuk berada sedekat mungkin dengan Allah SWT. Sedangkan menurut Abdul Halim Mahmud , tareqat itu berasal dari kata *al-thariqat* (jalan) yang mengutamakan perjuangan, menghapus sifat-sifat yang tercela , memutuskan segala hubungan duniawi serta maju dengan kemauan yang besar pada Allah. (Rusli, 2013:186). Dari definisi yang di berikan Abdul Halim Mahmud di atas lebih cenderung menekankan pada tujuan kehidupan ukhrawi dengan mengindahkan kehidupan dunia.

Kata tareqat dalam bahasa indonesia , berasal dari kata Arab “thariqah” yang berarti jalan , dalam ilmu tasawuf yang di maksud dengan thariqah adalah jalan sufi , yaitu jalan untuk mendekatkan diri dengan Allah SWT atau jalan petunjuk melakukan suatu ibadah sesuai dengan ajaran yang di contohkan nabi Muhammad saw, dan di kerjakan oleh sahabat-sahabat nabi, tabi’in , tabi’ut tabiin. Pada intinya

tareqat adalah jalan , petunjuk, cara. Adapun yang dimaksud jalan disini adalah suatu tata cara tindakan atau amaliah yang di amalkan menurut metode-metode tertentu pula. Atau dengan kata lain, tareqat adalah organisasi dengan di pimpin Syaikh Mursyid, untuk mendekatkan diri kepada Allah, dengan melalui dzikir-dzikir dan cara-cara lain yang telah di tentukan oleh tareqat tersebut . tareqat adalah jalan mengacu baik kepada sistem latihan meditasi ataupun amalan (muraqabah,dzikir,wirid dan sebagainya) yang dihubungkan dengan sederet guru sufi (Jumantoro dan Amin, 2012: 238-239).

2. Tareqat Qadiriyyah wa Naqshabandiyyah

a. Pendiri dan asal usul Tareqat Qadiriyyah wa Naqshabandiyyah

Tareqat ini didirikan oleh tokoh asal Indonesia Syaikh Ahmad Khatib Ibn ‘Abd Al-Ghaffar Sambas (1802-1872), yang dikenal sebagai penulis *Kitab Fath al- Ariffin* .beliau banyak belajar ilmu agama secara mendalam seperti fiqh tasawuf dan lain-lain, sehingga menjadikannya terhormat pada zamannya. Beberapa gurunya antara lain Syaikh Daud bin Abd Allah bin Idris al-Fattani (wafat sekitar 1843), seorang yang ‘alim juga tinggal di Makkah , yaitu Syaikh Syams al-Din, Syaikh Muhammad Arsyad al-Banjari (wafat 1812) dan bahkan menurut sebuah sumber, Syaikh ‘Abd al-Samad al- Palimbani. Dari semua murid-murid Syaikh Syams al-Din, Ahmad Khatib Sambas mencapai tingkat tertinggi dan kemudian ditunjuk sebagai Syekh *Mursyid Kamil Mukamil*.

Syaikh Naquib ak-Attas mengatakan bahwa tareqat Qadiriyyah wa Naqshabandiyyah tampil sebagai sebuah tareqat gabungan karena Syaikh Sambas adalah seorang syaikh dari kedua tareqat dan mengajarkannya dalam satu versi yaitu mengajarkan dua jenis zikir sekaligus yaitu zikir yang di baca keras (*jahr*) dalam tareqat

Qadiriyyah dan zikir yang dilakukan di dalam hati (*khafi*) dalam tareqat Naqsabandiyah.

Tetapi tareqat Qadiriyyah wa Naqsabandiyah yang terdapat di Indonesia bukanlah hanya merupakan suatu penggabungan dari dua tareqat yang berbeda yang di amalkan bersama-sama. Tareqat ini lebih merupakan sebuah tareqat yang baru dan berdiri sendiri, yang di dalamnya unsur-unsur pilihan dari Qadiriyyah dan juga Naqsabandiyah telah di padukan menjadi satu baru (Bruinessen, 1992, 89). Sebagai suatu mazhab dalam tasawuf , tareqat Qadiriyyah wa Naqsabandiyah memiliki ajaran yang diyakini kebenarannya, terutama dalam hal-hal kesufian . beberapa ajaran inti dalam tareqat ini di yakini paling efektif dan efisien untuk menghantarkan pengamalnya kepada tujuan tertinggi yakni Allah SWT. ajaran sufistik dalam tareqat ini selalu berdasarkan pada Al-Qur'an , Al-Hadist dan perkataan para ulama 'arifin dari kalangan Salaf yang saleh. Setidaknya ada empat ajaran pokok dalam tareqat ini yaitu: tentang kesempurnaan suluk,adab(etika),zikir dan muraqabah.

Tareqat Qadiriyyah sendiri adalah nama tareqat yang diambil dari nama pendirinya yaitu 'Abd al-Qadir Jaelani yang terkenal dengan sebutan Syeikh 'Abd al-Qadir Jaelani yang hidup pada tahun 470/1077-561/1166 (Sholihin dan Anwar, 2008:211). Syeikh 'Abd al-Qadir Jaelani menurut pandangan sufi adalah wali tertinggi yang sering di sebut Qutb al-Awliya atau wali qutb. Keutamaan Syaikh 'Abd al-Qadir Jaelani sudah tampak semenjak bayi. Dia tidak mau menyusu disiang hari kepada ibunya selama bulan Ramadhan , begitu juga dengan kejujurannya Syaikh 'Abd al-Qadir Jaelani sudah terlihat semenjak balita. Kepribadiannya yang sangat menarik , artikulasi bahasa yang bagus menjadikan ia tokoh yang sangat di hormati dan di kenang sepanjang zaman.

Sedangkan tareqat Naqsabandiyah yang didirikan oleh Muhammad Baha' al-Din An-Naqsabandi al-Uwaisi Al-Bukhori , yang hidup pada tahun (717-791 H). Ia biasa di namakan Naqsabandi , terambil dari kata Naqsaband, berarti lukisan , konon karena ia ahli dalam memberikan lukisan khidupan yang ghaib-ghaib. Sebagaimana Syaikh 'Abd al-Qadir Jaelani, Muhammad Baha' al-Din juga mempunyai tanda-tanda unik dari kelahirannya , bahkan mulai sebelum lahir banyak tanda tanda kebesaran Allah pada dirinya.

Adapun silsilah tarekat Naqshabandi berhubung dengan Nabi Muhammad, diterangkan oleh Muhammad Amin al-Kurdi dalam kitabnya Tanwir al-Qulub (Mesir, 1343 H.). Al-Kurdi menceritakan bahwa Naqshabandi memperoleh tarekat itu dari Amir Kulal bin Hamzah, yang mengambil dari Muhammad Baba al-Sammasi, yang mengambil pula dari 'Ali al-Ramitni, yang terkenal dengan nama Syaikh Azizan, yang menerima tarekat itu dari Mahmud Al-Fughnawi, yang mengambil berturut-turut dari 'Arif al-Riyukri, dari 'Abd Khaliq al Khujdawani, dari Abu Ya'kub Yusuf al-Hamdani, dari Abu 'Ali al-Fadal bin Muhammad al-Tusi al-Farmadi, dari Abu Hasan 'Ali bin Ja'far al-Khirqani dari Abu Yazid al-Bastami, yang mengambil dari Imam Ja'far Sadiq, salah satu keturunan dari Abu Bakr as-Siddiq, yang mengambil pula dari kakeknya Qasim bin Muhammad, anak Abu Bakr al-Siddiq, yang mengambil pula dari Salman al Farisi, salah seorang sahabat Nabi terbesar, yang menerima pula tarekat itu dari Abu Bakr al-Siddiq, sahabat Nabi dan khalifahnyanya yang pertama.

Abu Bakar menerima langsung tarekat itu dari Nabi Muhammad, karena sahabat ini adalah kesayangan Nabi, dan oleh karena itu kepadanya dicurahkan ilmu yang sangat istimewa

tersebut (Mulyati, 2008: 322). ‘Abd al-Khaliq Al-Khujdawani dianggap sebagai pendiri pertama tarekat Naqshabandiyah dan merupakan satu-satunya guru yang mengajarkan zikir khafi (tanpa suara, zikir dalam hati) kepada Muhammad Baha’ al-Din sebagai norma dalam tarekat Naqshabandiyah, walaupun begitu Amir Kulal mempraktikkan zikir jahr (dengan suara keras).

b. Ajaran dasar tareqat Qadiriyyah wa Naqshabandiyah

1. Suluk (merambah dalam kesufian)

Suluk menurut menurut para sufi dan ahli *tareqat qadiriyyah wa naqshabandiyah* secara praktis implementatif disebutkan seperti di bawah ini

- a. Menurut Ibad (Syaikh Muhammad bin Ibrahim Ibnu Ibad 1996,504) dalam kitab syaroh hikam mengatakan bahwa “tareqat suluk adalah mengosongkan diri dari sifat-sifat yang tercela (*majmumah*) dari kemaksiatan lahir batin dan mengisinya dengan sifat-sifat teruji (*mahmudah*), dengan melakukan ketaatan lahir dan batin. Sedangkan yang di maksud dengan “salik” adalah orang yang menuju Allah melalui jalan yang di tempuh oleh hamba-hamba Allah untuk mengenal dan melakukan pengabdian kepadanya. Jalan yang mencapai langsung dari Allah SWT telah menyaksikan kesempurnaan Allah dengan segala sifat-sifatnya yang menyandarkan diri kepada nama-nam ALLAH.
- b. Menurut Imam Al ghazali (Abu Hamid Muhammad Nbin Muhammad) dalam kitabnya *rhauda at thalibin umdah as-Shalikin*, menyebutkan bahwa : suluk adalah menjernihkan akhlak, amal dan pengetahuan dengan

cara menyibukkan diri dengan menjalankan berbagai amalan lahir dan amalan batin. Dalam proses pencariannya seperti itu, seorang hamba akan di palingkan dari Tuhannya, kecuali benar benar menyibukkan diri dalam penyucian relung batinnya sebagai persapan sampai tempat derajat (Usul Maqam) pencapaian kepadaNya”.

2. *Rabithah*

Pengertian *rabithah* atau *wasilah* adalah perantara guru atau syekh, yaitu murid berwasiat kepada guru atau syekh. Menurut Al Khalidi (Syekh Muhammad bin Abdullah Al Khani Al khalidi : 1997,43) dalam kitabnya *Al bayatus Saniah* mengatakan bahwa Rabithah adalah menghadirkan rupa guru atau syekh ketika hendak Berdzikir dan selanjutnya beliau mnyebutkan 6 langkah cara rabithah yaitu

1. Menghadirkan di depan mata dengan sempurna
2. Membayangkan kiri kanan dengan memusatkan perhatian ruhaniah, sampai terjadi sesuatu yang baru.
3. Menghayalkan rupa guru di tengah-tengah dahi
4. Menghadirkan rupa guru di tengah hati.
5. Membayangkan rupa guru di kening kemudian menurukannya di tengah hati.
6. Meniadakan (menafikkan) dirinya dan menetapkan (menisbatkan) keberadaan guru.

Pendapat lain *rabithah* adalah perantara guru atau syekh dengan murid, sehingga setiap amalan gurunya selalu di jadikan wasilah atau rabithah murid-muridnya maksdnya murid selalu mncocokan atau mengorientasikan perbuatannya dengan

perbuatan yang pernah di lakukan guruya, bukan berarti ibadah seorang muri mengharuskan kehadiran guru pada jiwanya (mustafa, 1997:289). Sistem *rabithah* tersebut di lakukan sebelum melaksanakan dzikir, dalam pelaksanaan dzikir hanya semat-mata menghadp Allah SWT.

3. Mursyid dan murid

Guru dan mursyid selalu berhubungan dan harus menjadi adab-adabnya, dalam hal ini akan di adakan pembahasan sebagai berikut:

a. Mursyid

Menurut said hawa (1999), 182-186) dalam kitabnya *Tarbiatuna Arruhiyah*, mengatakan bahwa ayat ini menunjukkan keberadaan wali mursyid yang menunjukan manusia kepada hidayah Allah dan melakukan da'wah islamiah. Wali mursyid merupakan pewaris orang orang kail (kamilun), dan pewaris para nabi (ambiyak).

b. Murid

Secara definitif murid merupakan orang yang menghendaki pengetahuan dan petunjk dalam segala amal ibadahnya. Murid itu tidak hanya berkewajiban memahai segala sesuatu yang di ajarkan atau segala sesuatu yang di latihkan guru kepadanya tapi juga berkewajiban patuh kepada dua orang baik terhadap syekh atau mursyid maupun terhadap dirinya sndiri, dan saudara-saudaranya segenap aliran serta orang islam lainnya.

4. Dzikir

Merupakan ajaran tareqat qadiryah yang ke tiga, dalam pembahasan ini akan diungkapkan dzikir secara umum dan menurut tareqat qadiryah wa naqshabandiyah.

- a. Dzikir secara umum ditinjau dari segi etimologi yaitu mengingat sedangkan secara istilah adalah membasahi lidah dengan ucapan-ucapan pujian kepada ALLAH. Menurut syekh Ahmad Fathoni mengatakan dzikir asal mulanya di artikan bersih (*As sofa*), wadahnya adalah menyempurnakan (*al Wafa*), dan syaratnya adalah hadir di hadiratNya (*hudhur*), harapannya adalah amal sholeh , dan khasiatnya adalah terbukanya tirai rahasia atas kedekatannya kepada Allah SWT (Ismail, 2008: 52).
- b. Zikir dalam tarekat Qadiryah wa Naqshabandiyah adalah aktivitas lidah (lisan), maupun hati (batin) untuk menyebut dan mengingat nama Allah, baik berupa jumlah (kalimat) maupun *ism mufrad* (kata tunggal) sesuai yang telah dibaiatkan murshid. Zikir secara berjama"ah yang biasanya dilakukan setelah shalat subuh atau setelah shalat magrib, adalah zikir keras Qadiryah, juga sama ketika membaca kalimat tauhid, sebanyak 165 kali. Mereka tetap dalam posisi duduk, tetapi pembacaan disertai dengan gerak kepala (dengan sentakan) ke arah kiri dan kanan bahu seraya mengucapkan "la" ketika ke kiri dan "illa " ketika ke kanan.

Mula-mula beberapa kali pengucapannya disengaja lambat dan mengalun, tetapi perlahan-lahan

iramanya semakin cepat, menjadi lebih menghentak-hentak, sampai kalimat-kalimat yang mereka ucapkan sulit dicerna. Akhirnya berhenti tiba-tiba ketika intensitasnya sedang berada dipuncak, sebagai penutup (semacam pendinginan) maka kalimat tauhid dulangi sekali atau dua kali perlahan dengan irama mengalun-alun. Zikir keras ini dapat diikuti, tetapi bukan merupakan keharusan, dengan zikir diam Naqshabandiyah atau dzikir ism al-zat juga bisa. Sebelum zikir berlangsung dimulai dulu dengan rabitah (Cholil, 2013:).

c. Ritual / ceremonial yang ada di dalam Tareqat Qadiriyah wa Naqsabandiyah

Di samping ajaran dasar Tareqat Qadiriyah wa Naqsabandiyah yang khas , terdapat juga ritual yang medan warnai aktifitas di dalam jamaah tareqat ini, sehingga anggota tareqat akan semakin termotivasi dan akan aktif ikut serta dalam setiap kegiatan yang di laksanakan oleh jamaah tersebut.

Ketiga bentuk ritual yang berlangsung ini adalah *mubaya'ah/pembaiatan,khataman,manaqiban*. Ketiga bentuk ritual ini di laksanakan oleh semua kemursyidan dengan prosesi kegiatan yang serupa namun hanya berbeda dalam bentuk istilahnya.

1. Pembaiatan

Pembai'atan adalah sebuah prosesi perjanjian , antara seorang murid terhadap seorang mursyid. Seorang murid menyerahkan dirinya untuk dibina dan di bimbing dalam rangka membersihkan jiwanya, dan

mendekatkan diri kepada Tuhannya. Dan selanjutnya seorang mursyid menerimanya dengan mengajarkan dzikir talqin al-dzikir kepadanya.

Pembaiatan di maksudkan untuk memberikan motivasi /tekanan psikologis bagi setiap pengikut tarekat agar senantiasa melaksanakan dzikir secara konsisten sebagai konsekuensi dari janji setia dan baiatnya kepada mursyid yang pada akhir dzikir menjadi bagian dari hidupnya. Menurut beberapa ahli tarekat baiat merupakan syarat syahnya suatu perjalanan spiritual (Sururin, 2012: 129).

2. Khataman /tawajjuhan

Kegiatan ini merupakan upacara ritual yang biasanya di laksanakan secara rutin di semua cabang kemursyidan, ada yang melaksanakan sebagai acara mingguan ada juga yang melaksanakan setiap bulan. Pada dasarnya kegiatan ini merupakan upacara ritual resmi , lengkap dan rutin yang dipimpin langsung oleh mursyid atau asisten mursyid sehingga forum ini sekaligus sebagai sarana tawajjuh serta ajang silaturahmi bagi sesama anggota. Kegiatan ini di maksudkan untuk mujahadah atau bersungguh-sungguh dalam meningkatkan kualitas spiritual para anggota baik melakukan dzikir dan wirid maupun dengan pengajian dan bimbingan ruhaniah mursyid (Sururin, 2012: 132).

3. Manaqiban

Ritual manqiban merupakan tradisi unik dan istimewa dalam tarekat Qadiriyah a Naqsabandiyah.

Dikatakan unik karena kegiatan ini diyakini oleh pengikut tarekat memiliki dimensi mistikal, walaupun hanya membaca biografi Syaikh Abd Qadr al-Jilani akan tetapi dengan bacaan manaqib diharapkan mendapat berkah dan mudah terkabul dalam setiap berdoa kepada Allah. Manaqiban dipandang istimewa karena ritual ini tidak kalah sakralnya dengan ritual-ritual lainnya. Keistimewaan manaqiban ini ditinjau dari para pelaksana yang menyelenggarakan ritual ini, yang tidak terbatas pada para pengikut ahli tarekat, namun juga dilaksanakan oleh masyarakat luas (Sururin, 2012: 132-133).

KERANGKA BERFIKIR