

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Konsep Umum Sholawat

##### 1. Pengertian Sholawat

Kata *shallu* berasal dari kata *shalah* (bentuk tunggal dari shalawat), yang berarti menyebut yang baik, ucapan yang mengandung kebajikan, do'a dan curahan rahmat. *Yushallum* (bershalawat) artinya memberi keberkahan. Sholawat menurut arti bahasa adalah do'a. sedangkan menurut istilah adalah sholawat Allah SWT, berupa permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah SWT untuk Nabi Muhammad SAW.<sup>1</sup>

Menurut Al-Haitami, makna asli dari sholawat adalah do'a. Sholawat kepada Allah SWT kepada hamba-hambaNya adalah berupa rahmat. Dan sholawatnya Allah SWT kepada Rasulullah SAW adalah berupa rahmat, keridhaan, pengagungan, pujian, dan penghormatan. Sedangkan sholawatnya para malaikat kepada Rasulullah SAW adalah berupa ampunan dan do'a agar dicurahkan rahmat. Dan sholawat para pengikut Rasulullah SAW kepada beliau adalah berupa do'a dan menjunjung perintah beliau.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati dan Ma'rifat Billah Wabirosuulih*, (Jombang: DPP PSW, 1967), hlm. 30

<sup>2</sup> Ibn. Hajar Al-Haitami, *Allah dan Malaikat pun Bersholawat kepada Nabi SAW*, terj. Luqman Junaidi, (Bandung: Pustaka Indah, 2002). Hlm. 25

Sholawat kepada Nabi merupakan pujian yang ditujukan kepada Nabi Muhammad SAW. Shalawat merupakan ibadah yang mendekatkan diri kepada Allah SWT, sama seperti melakukan dzikir.<sup>3</sup>

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa sholawat mempunyai makna yang berbeda tergantung pembacanya. Sholawatnya Allah SWT terhadap Nabi Muhammad SAW merupakan pujian atas Nabi Muhammad SAW dihadapan para malaikat dan Allah memberikan curahan rahmat-Nya, sholawatnya para malaikat kepada Nabi berarti permohonan rahmat Allah kepadanya, dan sholawat orang-orang mukmin kepada Nabi adalah sebagai perwujudan rasa kecintaan kepada beliau, dan sebagai petunjuk cara yang terbaik dalam mensyukuri dan memelihara hubungan manusia dengan Allah SWT.

## 2. Jenis Sholawat

Secara Umum, jenis Shalawat ada dua macam:

- a. Sholawat *ma'tsurah*, yaitu sholawat yang kalimatnya, cara membacanya, waktu membacanya, serta keutamaannya dibuat oleh Rasulullah SAW.
- b. Sholawat *ghairu ma'tsurah*, yaitu sholawat yang dibuat oleh para ulama dan orang-orang saleh yang tidak diragukan dalam keilmuan dan ketakwaannya.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati....*, hlm. 31

<sup>4</sup> Sokhi Huda, *Tasawuf Kultural Fenomena Shalawat Wahidiyah*, (Yogyakarta: PT. LKiS Pelangi Aksara Yogyakarta, 2008), hlm. 134-137

### 3. Dasar dan Hukum Membaca Sholawat

Dasar mengamalkan atau membaca sholawat kepada Nabi Muhammad SAW adalah firman Alloh SWT dalam surat Al-Ahzab ayat 56 : Artinya : *“Sesungguhnya Alloh dan para Malaikat-Nya membaca sholawat kepada Nabi SAW; Wahai orang-orang yang beriman bacalah sholawat dan sampaikan salam sebaik-baiknya kepadanya”*.(QS. Al-Ahzab,56).<sup>5</sup>

### 4. Faedah dan Manfaat Membaca Sholawat

- a. Sebagai penghapus keburukan.
- b. Dikabulkan dan dimudahkan segala hajatnya.
- c. Dihilangkan kesulitan dan kesusahan dalam hidupnya.
- d. Menjadi sebab dikabulkannya doa.

Faedah dan manfaat membaca Sholawat kembali kepada yang membaca. Bahkan disamping pembaca sendiri, keluarga, masyarakatnya, dan orang-orang yang ada disekitar pembaca ikut merasakan manfaat dan barokahnya.<sup>6</sup>

## **B. Sholawat Wahidiyah**

### 1. Pengertian Sholawat Wahidiyah

Sholawat wahidiyah adalah rangkaian doa-doa sholawat Nabi SAW seperti tertulis dalam lembaran sholawat wahidiyah, termasuk cara dan adab tatakrama dalam mengamalkannya. Kata *wahidiyah* diambil

---

<sup>5</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati...*, hlm. 30

<sup>6</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati...*, hlm. 31

sebagai *tabarrukan* (mengambil berkah) pada salah satu dari Nama-Nama Allah Yang Indah (*al-Asma al-Husna*) yang terdapat dalam sholawat yang pertama, yaitu *wahidu* yang artinya Mahasatu. Para ahli mengatakan bahwa diantara *khawas* (hasiat-hasiat) lafal *al-wahidu* adalah bahwa ia dapat menghilangkan rasa bingung, cemas, gelisah, takut. Siapa yang membacanya 1.000 kali dengan sepenuh hati dan dengan merendahkan diri, insya-Alloh dia akan dikaruniai oleh Alloh SWT perasaan tenang, tidak khawatir kepada sesama makhluk, hanya takut kepada Alloh SWT.<sup>7</sup>

Sholawat Wahidiyah merupakan amalan yang diemban oleh ideologi wahidiyah. Mulai disiarkan dan diamalkan sejak 10 Mei 1963 M (16 Dzulhijjah 1382 H). Sholawat wahidiyah berfaedah menjernihkan hati, dan ma'rifat (sadar) kepada Alloh SWT dan Rasulullah SAW. Muallif (pengarang) sholawat wahidiyah adalah Al-Mukarrom KH. Abdoel Madjid MA'roef, pengasuh pensantren Kedunglo, desa Bandarlor, kecamatan Mojojoto, Kota Kediri, Jawa Timur. Organisasi yang dibentuknya diberi nama "Penyiar Sholawat Wahidiyah", yang disingkat dengan PSW. Organisasi ini didaftarkan ke Ditsopol Jawa Timur pada 7 September 1987, kemudian dimintakan pengesahan kepada Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia RI di Jakarta, dan berkas tersebut diterima di Kantor Direktorat Jenderal Administrasi Hukum Umum pada 30 Januari 2007.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup>Sokhi Huda, *Tasawuf Kultural: Fenomena Sholawat Wahidiyah*, (Yogyakarta: LKiS Yogyakarta, 2008), hlm. 98

<sup>8</sup>DPP PSW, *Pedoman Pokok-Pokok Ajaran Wahidiyah*, (Jombang: DPP PSW, edisi kelima), hlm. 18-19

Sholawat wahidiyah tidak masuk ke dalam *thariqah mu'tabarah* (tarekat yang dianggap sah), karena tiga hal, *pertama* sholawat wahidiyah tidak memiliki *sanad* (silsilah), sholawat wahidiyah dipandang sebagai amalan umum yang tidak seketat sistem amalan tarekat dan tasawuf. *Kedua*, *mu'allif* sholawat wahidiyah tidak menghendaki misi *jami'al-alam* yang hanya dibatasi oleh status *mu'tabarah*. *Ketiga*, karena sholawat wahidiyah dipandang memiliki corak tasawuf falsafi yang ditentang keras oleh penganut tasawuf akhlaqi.<sup>9</sup>

Sholawat wahidiyah sama seperti sholawat-sholawat lain, boleh diamalkan oleh siapa saja tanpa syarat adanya sanad atau silsilah, karena sanad dari segala sholawat adalah *Shohibus Sholawat* itu sendiri, yakni Rasulullah SAW. Sholawat wahidiyah telah diijazahkan secara mutlak oleh Muallifnya untuk diamalkan dan disiarkan dengan ikhlas (tanpa pamrih) dan bijaksana, kepada masyarakat luas tanpa pandang bulu dan golongan. Mengamalkan sholawat wahidiyah tidak disertai syarat/ketentuan khusus yang mengikat, tetapi harus dengan adab (tatakrama). Pengamalan sholawat wahidiyah disebut mujahadah.<sup>10</sup>

Mujahadah secara umum artinya berjuang, bersungguh-sungguh. Bersungguh-sungguh memerangi hawa nafsu untuk diarahkan kembali kepada Allah SWT.<sup>11</sup> Mujahadah wahidiyah adalah pengamalan do'a-do'a

---

<sup>9</sup>Sokhi Huda, *Tasawuf Kultural: Fenomena Sholawat Wahidiyah*, (Yogyakarta: LKiS Yogyakarta, 2008), hlm. 7-8

<sup>10</sup>DPP PSW, *Pedoman Pokok-Pokok Ajaran Wahidiyah*, (Jombang: DPP PSW, edisi kelima), hlm. 11-12

<sup>11</sup>Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati dan Ma'rifat Billah Wabirosuulih*, (Jombang: DPP PSW, 1967), hlm. 221

permohonan kepada Allah SWT, bagi diri pribadi dan keluarga, baik yang masih hidup maupun yang sudah meninggal dunia, bagi bangsa dan Negara, bagi para pemimpin mereka disegala bidang, bagi umat masyarakat jami'al 'alamin, dan seluruh makhluk ciptaan Allah, yang sesuai dengan adab, cara dan tuntunan yang dibimbingkan oleh mu'allif sholawat wahidiyah. Dasar mujahadah seperti firman Allah pada QS. Al-Maidah ayat 35, yang artinya: *"Hai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kepada Allah dan carilah jalan yang mendekatkan diri kepada-Nya agar supaya kamu sekalian mendapat keberuntungan."*<sup>12</sup>

## 2. Sholawat Wahidiyah dan terjemahan

إِلَىٰ حَضْرَةِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْفَاتِحَةُ ! (7X)

ILAA HADLRATI SAYYIDIINAA MUHAMMADIN SHALLALLAAHU 'ALAIHI WASALLAM, AL FAATIHAH. (Membaca surat Fatihah 7 x)

وَإِلَىٰ حَضْرَةِ غَوْثِ هَذَا الزَّمَانِ وَسَائِرِ أَوْلِيَاءِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَىٰ عَنْهُمْ الْفَاتِحَةُ ! (7X)

ILAA HADLRATI GHAUTSI HADZAZ ZAMAN WA A'WAANIHI WASAAIRI AULIYAAILLAHI RADLIYALLAAHU TA'ALAA 'ANHUM, AL FAATIHAH. (Membaca surat Fatihah 7 x)

اَللّٰهُمَّ يَا وَاٰحِدُ يَا اَحَدُ، يَا وَاٰجِدُ يَا جَوَادُ، صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلٰى اٰلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ، فِي كُلِّ لَمَحَةٍ وَنَفْسٍ بَعْدَ مَعْلُوْمَاتِ اللّٰهِ وَفُيُوْضَاتِهِ وَاَمْدَادِهِ. ( 100 X )

ALLAAHUMMA YAA WAAHIDU YAA AHAD. YAA WAAJIDU YAA JAWAAD. SHALLI WASALLIM WABAARIK 'ALAA SAYYIDINAA MUHAMMADI'W WA'ALAA AALI SAYYIDINAA MUHAMMAD. FII KULLI LAMHATI W WANAFASIN BI'ADADIM BI'ADADI MA'LUUMAATILLAHI WAFUYUUDHAATIHI WA AMDAADIH. ( 100 X )

<sup>12</sup>DPP PSW, *Pedoman Pokok-Pokok Ajaran Wahidiyah*, (Jombang: DPP PSW, edisi kelima), hlm. 48

*Yaa Allah, Tuhan Maha Esa, yaa Tuhan Maha Satu, yaa Tuhan Maha Menemukan, yaa Tuhan Maha Pelimpah, limpahkanlah shalawat salam barokah atas junjungan kami kanjeng nabi Muhammad dan atas keluarga kanjeng nabi Muhammad pada setiap kedipnya mata dan naik turunnya nafas sebanyak bilangan segala yng Allah maha mengetahui dan sebanyak kelimpahan pemberian dan kelestarian pemeliharaan Allah.*

اللَّهُمَّ كَمَا أَنْتَ أَهْلُهُ، صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا وَشَفِيعِنَا وَحَبِيبِنَا وَقُرَّةِ أَعْيُنِنَا  
عَمَدِ صَلَّيَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَمَا هُوَ أَهْلُهُ، نَسْأَلُكَ اللَّهُمَّ بِحَبِّهِ أَنْ تُعْرِفَنَا فِئْلَجَةِ بَحْرِ الْوَحْدَةِ،  
حَتَّى لَا تَرَى وَلَا تَسْمَعَ وَلَا تَجِدَ وَلَا تُحَسَّ وَلَا تَتَحَرَّكَ وَلَا تَسْكُنَ إِلَّا بِهَا، وَتَرْزُقَنَا تَمَامَ مَغْفِرَتِكَ  
يَا اللَّهُ وَتَمَامَ نِعْمَتِكَ يَا اللَّهُ وَتَمَامَ مَعْرِفَتِكَ يَا اللَّهُ وَتَمَامَ مَحَبَّتِكَ يَا اللَّهُ وَتَمَامَ رِضْوَانِكَ يَا اللَّهُ، وَصَلِّ  
وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَيْهِ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ، عَدَدَمَا أَحَاطَ بِهِ عِلْمُكَ وَأَخْصَاهُ كِتَابُكَ بِرَحْمَتِكَ  
بِأَرْحَمِ الرَّاحِمِينَ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. ( 7 X )

ALLAAHUMMA KAMAA ANTA AHLUH. SHALLI WASALLIM WABAARIK  
'ALAA SAYYIDINAA WAMAULAANAA WASYAFII'INAA WAHABIIBINAA  
WAQURRATI A'YUNINAA MUHAMMADIN SHALLALLAAHU 'ALAIHI  
WASALLAMA KAMA HUWA AHLUH. NAS-ALUKALLOOHUMMA BIHAQQIHI  
AN TUGHRIQONA FII LUJJATI BAHRI WAHDAH. HATTA LA NAROO  
WALAA NASMA'AA WALAA NAJIDA WALAA NUHISSA WALAA  
NATAHARRAKA WALAA NASKUNA ILLA BIHAA. WATARZUQANAA  
TAMAAMA MAGHFIRATIKA YAA ALLAHAH, WATAMAAMA NIKMATIKA YAA  
ALLAAH, WA TAMAAMA MA'RIFATIKA YAA ALLAHAH, WA TAMAAMA  
MAHABBATIKA YAA ALLAHAH, WATAMAAMA RIDHWAANIKA YAA  
ALLAAH. WASHOLLI WASALLIM WABAARIK 'ALAIHI WA'ALAA AALIHI  
WASHAHBIH, 'ADAADAMAA AHAATHOBIHI 'ILMUKA WA AHSAAHU  
KITAABUK. BIRAHMATIKA YAA ARHAMAR RAAHIMIIN.  
WALHAMDULILLAHI RABBIL 'AALAMIN. ( 7 X )

*Yaa Allah, sebagaimana keahlian ada pada-Mu, limpahkanlah shalawat salam barakah atas junjungan kami, pemimpin kami, pemberi syafa'at kami, kecintaan kami dan buah jantung hati kami, kanjeng nabi Muhammad Saw. yang sepadan dengan keahlian beliau, kami bermohon kepada-Mu yaa Allah dengan hak kemulyaan beliau, tenggelamkanlah kami dalam pusar dasar samudera keesaan-Mu sedemikian rupa, sehingga tiada kami melihat, tiada kami mendengar, tiada kami menemukan, tiada kami merasa, tiada kami bergerak dan tiada kami berdiam melainkan senantiasa merasa dalam samudera tauhid-Mu dan*

*kami bermohon kepada-Mu ya Allah, limpahkanlah kami ampunan-Mu yang sempurna yaa Allah, nikmat karunia-Mu yang sempurna yaa Allah, sadar ma'rifat kepada-Mu yang sempurna yaa Allah, cinta kepada-Mu dan kecintaan-Mu yang sempurna yaa Allah, ridha kepada-Mu serta memperoleh ridha-Mu yang sempurna yaa Allah. Dan sekali lagi yaa Allah, limpahkanlah shalawat salam barakah atas beliau kanjeng nabi dan atas keluarga serta sahabat beliau sebanyak bilangan yang diliputi oleh ilmu-Mu dan termuat dalam kitab-Mu, dengan rahmat-Mu yaa Tuhan maha pengasih lagi maha penyayang dan segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam.*

يَا شَافِعَ الْخَلْقِ الصَّلَاةَ وَالسَّلَامَ # عَلَيْكَ نُورَ الْخَلْقِ هَادِيَ الْأُمَّةِ  
وَأَصْلَهُ وَرُوحَهُ أَذْرِكُنِي # فَقَدْ ظَلَمْتُ أَبَدًا وَرَبِّي  
وَلَيْسَ لِي يَا سَيِّدِي سِوَاكَ # فَإِنْ تَرَدَّدْتُ شَخْصًا هَالِكًا  
( 3 X )

YAA SYAAFI'AL KHALQISH SHALAATU WASSALAAM # 'ALAIKANUU  
RALKHALQI HAADIYAH ANAAM  
WA ASHLAHU WARUUHAHU ADRIKNII # FAQADH DHALAMTU ABADAW  
WARABBINII  
WA LAISA LII YAA SAYYIDII SIWAAKAA # FAIN TARUDDDA KUNTU STAKH  
SHANHAALIKAA

( 3 X )

*Duhai kanjeng nabi pemberi syafa'at makhluk, kepangkuanmu shalawat salam kusanjungkan. Duhai cahaya makhluk pembimbing manusia.*

*Duhai unsur dan jiwa makhluk, bimbing, bimbing dan didiklah diriku, sungguh aku manusia yang dhalim selalu.*

*Tiada arti diriku tanpa engkau duhai pemimpin kami, jika engkau hindari aku, akibat keterlaluhan berlarut-larutku, pastilah, pasti aku akan hancur binasa.*

( 7 X ) يَا سَيِّدِي يَا رَسُولَ اللَّهِ

YAA SAYYIDII YAA RASUULALLAH ( 7 X )

*Duhai pemimpin kami, duhai utusan Alloh*

يَا أَيُّهَا الْعَوْثُ سَلَامٌ اللَّهُ # عَلَيْكَ رَبِّي بِإِذْنِ اللَّهِ  
وَأَنْظُرْ إِلَيَّ سَيِّدِي بِنَظْرَةٍ # مُوَصِّلَةٍ لِلْحَضْرَةِ الْعَلِيَّةِ  
( 3 X )

YAA AYYUHAL GHATSU SALAAMULLAAH # 'ALAIKA ROBBINII BI-  
IDZNILLAAH

WANDUR ILAYYA SAYYIDII BINADZRAH # MUUSHILATIL LILHADHRATIL  
'ALIYAH

( 3 X )

*Duhai Ghautsu (Penolong) Zaman, kepangkuannya salam Allah  
kuhaturkan, bimbing dan didiklah diriku dengan idzin Allah.*

*Dan arahkan pancaran sinar nadhrahmu kepadaku duhai  
pemimpin kami, dengan (sinar) radiasi batin yang mewusulkan aku sadarr  
kehadirat maha luhur Tuhanku.*

يَا شَافِعَ الْخَلْقِ حَبِيبَ اللَّهِ # صَلَاتُهُ عَلَيْكَ مَعَ سَلَامِهِ  
صَلَّتْ وَصَلَّتْ حَيْلَتِي فِي بَلَدَتِي # خُذْ بِيَدِي يَا سَيِّدِي وَالْأُمَّةَ  
( 3 X )

YAA SYAAFI'AL KHALQI HABIBALLAAHI # SHALAATUHU 'ALAIKA  
MA'SALAAMIHI

DHALLAT WADHALLAT HILLATII FII BALDAATII # KHUDZBIYADII YAA  
SAYYIDII WAL UMMATI

( 3 X )

*Duhai kanjeng nabi pemberi syafa'at makhluk, duhai kanjeng nabi  
kekasih Allah, kepangkuannya shalawat salam Allah kusanjungkan.*

*Jalanku buntu, usahaku tak menentu, cepat, cepat, cepat raihlah  
tanganku duhai pemimpin kami, tolonglah diriku dan dan seluruh umat  
ini.*

( 7 X ) يَا رَسُولَ اللَّهِ

YAA SAYYIDII YAA RASUULALLAH ( 7 X )

*Duhai pemimpin kami, duhai utusan Allah*

يَا رَبَّنَا اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ # عَلَى مُحَمَّدٍ شَفِيعِ الْأُمَمِ  
 وَأَلَّا لٍ وَاجْعَلِ الْأَنَامَ مُسْرِعِينَ # بِالْوَا حِدِيَّةِ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ  
 يَا رَبَّنَا اغْفِرْ يَسْرِفَاتِنَا وَاهْدِنَا # قَرِّبْ وَأَلِّفْ بَيْنَنَا يَا رَبَّنَا  
 ( 3 X )

YAA RABBANALLAAHUMMA SHALLI SALLIMI # ‘ALAA MUHAMMADIN  
 SYAFII’IL UMAMI  
 WAL AALI WAJ’ALIL ANAAMA MUSRI’IIN # BILWAAHIDIYATI LIRABBIL  
 ‘AALAMIIN  
 YAA RABBANAGHFIR YASSIRIFTAH WAHDINAA # QARRIB WA ALLIF  
 BAINANAA YAA RABBANAA

( 3 X )

*Yaa Tuhan kami yaa Allah, limpahkanlah shalawat dan salam atas  
 kanjeng nabi Muhammad pemberi syafa’at umat dan atas keluarga beliau  
 dan jadikanlah umat manusia cepat-cepat lari, lari kembali  
 mengabdikan diri dan sadar kepada Tuhan semesta alam.*

*Yaa Tuhan kami, ampunilah dosa-dosa kami, permudah segala  
 urusan kami, bukakanlah hati dan jalan kami, dan berilah petunjuk  
 kepada kami, pererat persaudaraan dan persatuan diantara kami, yaa  
 Tuhan kami.*

اللَّهُمَّ بَارِكْ فِيمَا خَلَقْتَ وَهَدَيْهِ الْبَلَدَةَ يَا اللَّهُ، وَفِي هَذِهِ الْجَاهِدَةَ يَا اللَّهُ ( 7 X )

ALLAAHUMMA BAARIK FIIMAA KHALAQTA WAHADZIHIL BALDAH YAA  
 ALLAAH,  
 WA FII HADZIHIL MUJAAHADAH YAA ALLAAH ( 7 X )

*Yaa Allah, limpahkanlah barokah didalam segala makhluk yang  
 engkau ciptakan dan didalam negeri ini yaa Allah, dan didalam  
 mujahadah ini yaa Allah.*

إِسْتِغْرَاقُ !

ISTIGHRAAQ !

( Diam, tidak membaca apa-apa. Segenap perhatian lahir dan batin, fikiran dan perasaan dipusatkan hanya kepada Allah. Tidak ada acara selain ALLAH ! )

(Jika berjama'ah, aba-aba untuk istighraq hanya dilakukan oleh imam)

أَلْفَاتِحَةُ !

AL FAATIHAH 1 X (Membaca surat Fatihah 1x kemudian membaca do'a dibawah ini)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BISMILLAAHIR RAHMAANIR RAHIIM.

*Dengan menyebut nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang.*

أَللَّهُمَّ بِحَقِّ إِسْمِكَ الْأَعْظَمِ، وَبِحَاوِجِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَبِبَرَكَاتِهِ غَوَّثَ هَذَا الزَّمَانَ  
وَأَعْوَانِهِ وَسَائِرِ أَوْلِيَائِكَ يَا اللَّهُ، يَا اللَّهُ، يَا اللَّهُ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُمْ. ( 3 x )

ALLAAHUMMA BIHAQQISMICAL A'DHAM WABIJAHI SAYYIDIINAA MUHAMMADIN SHALLALLAAHU 'ALAIHI WASALLAM WABIBARAKATI GHAUTSI HADZAZ ZAMAN WA A'WAANIHI WASAAIRI AULIYAAIKA YAA ALLAAH, YAA ALLAAH, YAA ALLAAH RADHIYALLAAHU TA'AALAA 'ANHUM ( 3 x ).

*Yaa Allah dengan hak kebesaran-Mu, dan dengan kemulyaan serta keagungan kanjeng nabi Muhammad saw. serta dengan barakahnya Ghautsu hadzaz Zaman (penolong pada zaman ini) wa a'wanihi (dan para pembantunya) serta segenap para wali kekasih-Mu yaa Allah, yaa Allah, yaa Allah, semoga Allah yang maha luhur meridhoi mereka.*

بَلِّغْ جَمِيعَ الْعَالَمِينَ نِدَاءَنَا هَذَا وَاجْعَلْ فِيهِ تَأْتِيرًا بَلِيغًا ( 3 x )

BALLIGH JAMI'AL 'AALAAMIN NIDAA ANAA HAADZAA WAJ'AL FIHI TA'TSIRAM BALIIGHAA ( 3 x ).

*Sampaikanlah seruan kami ini kepada jami'al 'alamin (seluruh alam) dan letakkanlah kesan yang merangsang (untuk berjuang) didalamnya.*

**( 3 x )** فَإِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، وَإِلَاجَابَةِ جَدِيرٌ

FAINNAKA 'ALAA KULLI SYAI-IN QADIR WABIL IJAABATI JAADIIR ( 3 x ).

*Maka sesungguhnya Engkau maha Kuasa berbuat segala sesuatu dan maha Ahli memberi ijabah.*

**( 7 x )** فَفِرُّوْا إِلَى اللَّهِ

FAFIRRUU ILALLAAH ( 7 x )

*Larilah kembali kepada Allah*

**( 3 x )** وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا

WAQULJAA-ALHAQQU WAZAHAQAL BAATIL INNAL BAATHILA KAANA ZAHUUQAA! ( 3 x )

*Dan katakanlah (wahai Muhammad), apabila perkara yang haq (benar) telah datang maka musnahlah perkara yang batal. Sesungguhnya perkara yang batal itu pasti musnah.*

أَلْفَاتِحَةُ !

AL FAATIIHAH 1 X ( Membaca surat Fatihah 1 x)

3. Cara pengamalan sholat wahidiyah adalah sebagai berikut:
  - a. Diamalkan selama 40 hari berturut-turut. Setiap hari paling sedikit menurut bilangan yang tertulis dibekangnya dalam sekali duduk (satu kali kesempatan) boleh pagi, sore atau malam hari. Boleh juga tujuh hari berturut-turut, namun bilangannya diperbanyak menjadi 10 kali lipat.
  - b. Selesai 40 hari atau 7 hari, pengalamannya supaya diteruskan. Bilangannya bisa dikurangi sebagian atau seluruhnya, namun lebih utama jika diperbanyak.
  - c. Bagi mereka yang belum hafal boleh dengan membaca. Dan bagi yang belum bisa membaca seluruhnya, sambil mempelajari, boleh

dan cukup membaca bagian mana yang sudah ia dapati terlebih dahulu. Yang paling mudah yaitu membaca “YAA SAYYIDII YAA ROSULALLOH” diulang-ulang selama kira-kira sama waktunya dengan mengamalkan seluruhnya. Yaitu kurang lebih 35 atau 30 menit.

- d. Mengamalkannya harus dengan niat semata-mata beribadah kepada Alloh SWT dengan ikhlas tanpa pamrih suatu apapun. Baik pamrih duniawi maupun pamrih ukhrowi.<sup>13</sup>
4. Adapun adab-adab atau tatakrama mengamalkan sholawat wahidiyah yaitu:

- a. Dijiwai *Lillah-Billah, Lirrosul-Birrosul*

*Lillah* berarti segala amal perbuatan apa saja, baik yang berhubungan langsung kepada Alloh SWT dan Rosul-Nya maupun yang berhubungan dengan masyarakat, dengan sesama makhluk pada umumnya, baik yang wajib maupun yang sunnah bahkan mubah asal bukan perbuatan yang merugikan/bukan perbuatan yang tidak diridhoi Alloh SWT, melaksanakannya supaya didasari niat dan tujuan hanya mengabdikan diri kepada Alloh SWT dengan ikhlas tanpa pamrih. Sedangkan *Billah* artinya di dalam segala perbuatan dan gerak-gerik lahir maupun batin, dimanapun dan kapanpun, supaya hati kita senantiasa merasa dan beri'tikad bahwa yang menciptakan dan menitahkan itu semua adalah Alloh SWT

---

<sup>13</sup> DPP PSW, *Pedoman Pokok-Pokok Ajaran Wahidiyah...*, hlm. 66

bukan dari kekuatan dan kemampuan sendiri tanpa dititahkan oleh Allah SWT.<sup>14</sup>

*Lirrosul* artinya segala amal ibadah atau perbuatan apa saja, asal tidak melanggar syari'at Rosul, disamping disertai niat *Lillah* seperti diatas, supaya juga disertai dengan niat “mengikuti tuntunan Rasulullah SAW”. Sedangkan penerapan *Birrasul* artinya sadar dan merasa bahwa segala sesuatu termasuk diri kita dan gerak gerik diri kita lahir maupun batin yang diridhoi Allah SWT, adalah jasa Rasulullah SAW.

- b. Hatinya *hudlur* berkonsentrasi kepada Allah SWT.
- c. *Istidhlor*, yakni merasa hadir/berada di hadapan Rasulullah SAW, wa *Ghoutsy Hadza Zaman*, dengan ketulusan hati, *ta'dhim* (memuliakan *mahabah* (mencintai) sedalam-dalamnya dan semurni-murninya.
- d. *Tadzallul* yakni merendah diri, merasa hina sehinah-hinanya akibat perbuatan dosanya.
- e. *Tadhollum* yakni merasa berlumuran dosa dan banyak berbuat *dholim*. *Dholim* dan dosa terhadap Allah SWT, Rasulullah SAW dan *Ghoutsy Hadza Zaman*, terhadap orang tua, anak, keluarga, saudara, tetangga, terhadap bangsa, Negara dan sebagainya terhadap semua makhluk yang ada hubungan hak dengan kita.

---

<sup>14</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati...*, hlm.135

- f. *Iftiqor* yakni merasa butuh sekali, butuh maghfiroh atau ampunan, perlindungan dan taufiq hidayah Alloh SWT, butuh terhadap *syafa'at tarbiyah* Rasulullah SAW, butuh terhadap *barokah nadhroh* dan do'a restu *Ghoutsu Hadza Zaman wa A'waanihi wasaa 'iri Auliya' Aahbabillah Rodhiyallahu Anhum*.<sup>15</sup>
- g. Bersungguh-sungguh dan berkeyakinan bahwa doanya/mujahadahnya dikabulkan oleh Alloh SWT. jangan ragu dan jangan sekali-kali meninggalkan mujahadah/berdo'a karena belum adanya tanda-tanda diijabahi. Hal tersebut akan menjadi penghambat ijabah.
- h. Disamping memohon untuk dirinya sendiri dan keluarganya supaya memohonkan pula bagi ummat dan masyarakat, bangsa Negara dan seterusnya. Bagi semua yang ada hubungan hak dengan kita, terutama mereka yang kita rugikan, baik secara moril atau materiil, baik masih hidup maupun yang sudah meninggal.<sup>16</sup>

### C. Ketenangan Jiwa

#### 1. Pengertian Jiwa

Secara bahasa jiwa berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa, nyawa atau alat berfikir.<sup>17</sup> Secara mitologis dan religius, jiwa manusia berfokus pada rohani manusia, yaitu hubungan dengan Tuhan. Para

---

<sup>15</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati...*, hlm. 136-138

<sup>16</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati...*, hlm. 139-140

<sup>17</sup> Irwanto, dkk., *Psikologi Umum*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1991), hlm. 3

filsuf cenderung lebih banyak memusatkan wawasan psikologis pada jiwa daripada rohani atau raga.<sup>18</sup>

Menurut Al-Ghazali, jiwa itu bersifat abadi, suci, dan akan mengalami ketentraman apabila dapat dibersihkan dari dorongan-dorongan nafsu syahwat, dan sebaliknya dapat mendekatkan diri pada Tuhan. Sedangkan menurut Freud, jiwa bersifat material dan bekerja secara mekanik-naturalistik yang melibatkan elemen Id, Ego, dan Super Ego. Sedangkan menurut bahasa arab, jiwa disebut juga *nafs*, atau bisa disebut dengan ego.<sup>19</sup>

Jiwa menumbuhkan sikap dan sifat yang mendorong pada tingkah laku yang tampak. Karena cara-cara kerja jiwa hanya dapat diamati melalui tingkah laku yang nyata. Adapun pengertian jiwa di sini meliputi seluruh aspek rohani yang dimiliki oleh manusia, antara lain : hati, akal, pikiran dan perasaan.

Ada tujuh tingkat perkembangan *nafs* berdasarkan Al Qur'an. *Pertama, Nafs Tirani* disebut juga *Nafs Ammarah*. Pada tahap ini nafs tirani mendominasi dan mengendalikan pikiran serta tindakan manusia. Sebagian orang yang didominasi oleh *nafs ammarah* mungkin saja melakukan praktik keagamaan, namun masih di dorong oleh keinginan untuk dipuji. Dan masih sering melakukan kejahatan. *Nafs ammarah* disebut juga *an-nafs al-hayawaniyyah* (jiwa hewani), yaitu jiwa

---

<sup>18</sup>Stephen Palmquist, *Fondasi Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hlm. 59-60

<sup>19</sup>Robert Frager, Ph. D, *Psikoogi Sufi Untuk Transformasi Hati, Jiwa, dan Ruh*, (Jakarta: Penerbit Zaman, 2014), hlm. 98

manusia yang paling bawah. Pada tahap *kedua* yaitu *Nafs Lawwamah* atau *nafs penuh penyesalan* ialah jiwa yang tidak konsisten pada suatu keadaan. Manusia telah menyadari perbuatan buruknya serta dampak negatifnya. Jiwa pada tingkat ini didominasi dengan jiwa yang menyalahkan diri sendiri. *Nafs lawwamah* memiliki kesadaran atas kesalahan yang pernah diperbuatnya.<sup>20</sup>

Tahap *ketiga*, *an-nafsul mulhammah*, pada tingkat ini manusia mulai merasakan kesenangan sejati dalam usahanya mendekatkan diri kepada Allah. Sifat-sifat yang menyertai manusia pada tingkat ini mencakup kedermawanan, *qanaah*, tawakal, dan tobat. *Keempat*, pada tahap ini hati manusia diselimuti rasa tenteram. Selanjutnya *kelima*, *nafs yang rida*. Manusia merasa puas terhadap segala kesulitan dan ujian hidup yang berasal dari Tuhan. *Keenam*, *Nafs yang diridhai*. Pada tahap ini manusia telah menyadari bahwa seluruh kekuatan untuk bertindak datang dari Tuhan. Ia memahami bahwa melakukan sesuatu apapun dengan sendirinya.<sup>21</sup>

Terakhir *ketujuh*, *Nafs Muthmainnah*, ini adalah tingkatan teratas dimana manusia sudah tidak memiliki ego yang mengedepankan kehidupan duniawinya. Pada tahap ini mereka merasa tidak memiliki kehendak. Fokus kehidupan mereka hanyalah kesatuan dengan Allah

---

<sup>20</sup>Rif'at Syauqi Nawawi, *Kepribadian Qur'ani*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hlm. 60-61

<sup>21</sup>MIF Baihaqi, *Psikologi Pertumbuhan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008), hlm. 242-243

SWT. Manusia hanya mengingat Allah SWT, berserah diri kepada Allah SWT, dan senang karena dekat dengan Allah SWT.<sup>22</sup>

*Nafs* atau jiwa berpotensi positif dan negatif. Namun diperoleh pula isyarat bahwa hakikatnya potensi positif manusia lebih kuat dari potensi negatifnya, hanya saja daya tarik keburukan lebih kuat dari daya tarik kebaikan. Karena itu, manusia dituntut agar memelihara kesucian jiwa dan tidak mengotorinya dengan perbuatan-perbuatan yang jahat. Apabila jiwa bersih dan suci, maka seseorang akan mendapatkan ketenangan dunia dan akhirat.

## 2. Pengertian Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa merupakan istilah psikologi yang terdiri atas dua kata yaitu jiwa dan ketenangan. Ketenangan itu sendiri berasal dari kata tenang yang mendapat tambahan ke-an. Tenang berarti diam tidak berubah-ubah (diam tidak bergerak), tidak gelisah, tidak susah, tidak gugup betapapun keadaan gawat, tidak ribut, tidak tergesa-gesa.<sup>23</sup>

Apabila seorang hamba Allah telah berhasil melakukan pendidikan dan pelatihan penyehatan, pengembangan dan pemberdayaan jiwa (mental), maka ia akan mencapai tingkat kejiwaan yang sempurna, yaitu integritasnya adalah jiwa

---

<sup>22</sup>Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi...*, hlm. 102-104

<sup>23</sup>Departemen Agama RI, *Mushaf Al-Qur'an Terjemahan*, (Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2002), hlm. 80-100.

*muthmainnah* (yang tenteram/tenang), jiwa *radhiyah* (jiwa yang meridhai) dan jiwa *mardhiyah* (yang diridhai).

Jiwa yang tenang (*muthmainnah*) adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Indikasi hadirnya jiwa yang tenang pada diri seseorang terlihat dari perilaku, sikap dan gerak-geriknya yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang, tepat dan benar. Ia tidak terburu-buru untuk berprasangka negatif. Akan tetapi di tengah-tengah sikap itu, secara diam-diam ia menelusuri hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi.<sup>24</sup>

Eksisnya jiwa dalam tingkat ini membuat seseorang akan memiliki stabilitas emosional yang tinggi dan tidak mudah mengalami stres, depresi dan frustrasi. Etos kerja dan kinerja akal fikiran, qalbu, inderawi dan fisiknya senantiasa dalam kodrat dan iradat Tuhannya Yang Maha Agung.

Ketenangan jiwa akan mewujudkan mental yang sehat. Karena orang yang jiwanya tenang dan tenteram berarti orang tersebut mengalami keseimbangan di dalam fungsi-fungsi jiwanya atau orang yang tidak mengalami gangguan kejiwaan sedikitpun sehingga dapat berfikir positif, bijak dalam menyikapi masalah,

---

<sup>24</sup> Robert Frager, Ph. D, *Psikoogi Sufi Untuk Transformasi...*, hlm. 147

mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup.

Dapat dipahami bahwa orang yang sehat mentalnya atau tenang jiwanya adalah orang yang memiliki keseimbangan dan keharmonisan di dalam fungsi-fungsi jiwanya, memiliki kepribadian yang terintegrasi dengan baik, dapat menerima sekaligus menghadapi realita yang ada, mampu memecahkan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri dan keberanian serta dapat menyesuaikan diri (beradaptasi) dengan lingkungannya.

Selain itu, orang yang tenang jiwanya adalah orang yang fungsi-fungsi jiwanya dapat berjalan secara harmonis dan serasi sehingga memunculkan kepribadian yang terintegrasi dengan baik, sebab kepribadian yang terintegrasi dengan baik dapat dengan mudah memulihkan macam-macam ketegangan dan konflik-konflik batin secara spontan dan otomatis, dan mengatur pemecahannya menurut prioritas dan herarkinya, sehingga dengan mudah akan mendapatkan keseimbangan batin, dan jiwanya ada dalam keadaan tenang seimbang.

Seperti ketika dihadapkan oleh suatu keadaan yang menyakitkan atau menyenangkan, secara otomatis ia dapat merasakan bahwa esensi peristiwa itu adalah belaian cinta dan *tajallinya* Allah SWT. Ketenangan jiwa akan selalu hadir dalam setiap aspek kehidupan seseorang. Hal ini dapat senantiasa terjadi,

karena kemanapun ia menghadapkan hidup dan kehidupannya, ia senantiasa dapat merasakan belaian dari kelembutan cinta dan *ketajallian* Allah SWT.

Bagi siapa yang kondisi jiwanya belum tenang dan belum memperoleh nur Ilahiyah, maka akan sulit untuk diajak kembali kepada fitrah Rabb-nya. Karena jiwa itu dalam keadaan buta, tuli, bisu, sebagai akibat karena terlalu banyak kotoran dan najis kemungkarannya serta kedurhakaan yang menutupi pendengaran, penglihatan dan lisan fitrahnya.<sup>25</sup> Sebagaimana dijelaskan Allah SWT dalam Al-Qur'an surat Ar-Rum ayat 30: Artinya : Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah SWT, Fitrah Allah SWT yang telah menjadikan manusia menurut fitrah itu, tidak ada perubahan dari fitrah Allah SWT. Agama yang lurus tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.

### 3. Ketenangan Jiwa Lansia

Usia lanjut adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang. Masa lanjut usia (lansia) merupakan periode alamiah yang dialami setiap individu melalui proses menua. Masa ini biasanya ditandai dengan menurunnya kemampuan seseorang dalam mempertahankan keseimbangan, kesehatan, dan kondisi fisiologis mereka. Usia lanjut membawa penurunan fisik yang lebih besar

---

<sup>25</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta, AlManar, 2004), hal. 460

dibandingkan dengan periode-periode sebelumnya. Pada masa ini kekuatan tubuh perlahan mulai menurun. Selain penurunan fisik, pada masa ini juga mengalami penurunan psikologis.

Insiden psikopatologi timbul seiring dengan bertambahnya usia. Gangguan-gangguan fungsional-keadaan depresi dan paranoid terus bertambah, sama seperti penyakit otak setelah usia 50 tahun. Kasus bunuh diri juga meningkat seiring dengan bertambahnya usia.

Usia enam puluh biasanya dipandang sebagai garis pemisah antara usia madya dan usia lanjut. Akan tetapi orang menyadari bahwa usia kronologis merupakan kriteria yang kurang baik dalam menandai permulaan usia lanjut karena terdapat perbedaan tertentu diantara individu-individu dalam usia pada saat mana usia lanjut mereka mulai.<sup>26</sup>

Usia lanjut ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Ciri-ciri usia lanjut menurut Hurlock adalah sebagai berikut:

- a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran
- b. Orang usia lanjut mempunyai status kelompok-minoritas
- c. Menua membutuhkan perubahan peran
- d. Penyesuaian yang buruk.<sup>27</sup>

Periode selama usia lanjut ketika kemunduran fisik dan mental terjadi secara perlahan dan bertahap. Seseorang yang mengalami hal ini akan melakukan penyesuaian ulang terhadap fisik dan mentalnya.

---

<sup>26</sup>Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), hlm. 316-317

<sup>27</sup>F.J. Monk dkk, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Gadjah MAda University Press, 2004), hlm. 347

Penyesuain yang buruk merupakan ketidak seimbangan antara kenyataan dan keinginan lansia, sehingga bisa berakibat gangguan pada emosional lansia.

Kelompok orang berusia lanjut disebut sebagai warga Negara kelas dua, yaitu beberapa hal akan mengecualikan lansia untuk tidak berinteraksi dengan kelompok lainnya dan memberinya sedikit kekuasaan atau bahkan tidak memperoleh kekuasaan sama sekali. Hal ini akan menimbulkan sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi kaum usia lanjut. Pujian yang mereka hasilkan dihubungkan dengan peran usia tua bukan dengan keberhasilan mereka. Perasaan tidak berguna dan tidak diperlukan lagi bagi lansia menumbuhkan rasa rendah diri dan kemarahan yaitu suatu perasaan yang tidak menunjang proses penyesuain sosial seseorang.

Selain ciri-ciri usia lanjut, seorang juga mengalami perubahan fisik terbesar, yaitu sebagai berikut:

- a. Perubahan penampilan
- b. Perubahan bagian dalam tubuh
- c. Perubahan pada fungsi fisiologis
- d. Perubahan panca indera
- e. Perubahan seksual.

Orang berusia lanjut pada umumnya menyadari bahwa mereka berubah lebih lambat dan koordinasi gerakannya kurang begitu baik dibanding masa muda mereka. Perubahan dalam

kemampuan motorik ini disebabkan oleh pengaruh fisik dan psikologis. Penyebab fisik, yang mempengaruhi perubahan-perubahan dalam kemampuan motorik meliputi menurunnya kekuatan dan tenaga, yang biasanya menyertai perubahan fisik yang terjadi karena bertambahnya usia, menurunnya kekerasan otot, kekuatan pada persendian, gemetar pada tangan, kepala, dan rahang bawah. Sedangkan penyebab psikologis, yang mempengaruhi perubahan motorik berasal dari kesadaran tentang merosotnya dan perasaan akan rendah diri kalau dibandingkan dengan orang yang lebih muda dalam hal kekuatannya, kecepatannya dan ketrampilannya.

Tekanan emosional yang berasal dari sebab-sebab psikologis, dapat mempercepat perubahan kemampuan motorik atau menurunnya motivasi untuk mencoba melakukan sesuatu yang masih dapat dilakukan. Seperti perubahan fisik, dalam usia lansia juga mengalami perubahan mental. Di samping ada perbedaan dalam tingkat penurunan mental diantara individu dalam usia kronologis yang sama, pada individu yang sama juga terjadi perbedaan tingkat penurunan kemampuan mental yang berbeda. Bahkan pada waktu elemen kecepatan dibatasi kemudian diberikan tes sebagai penguji kekuatan untuk mengukur perbedaan kemampuan mental, ternyata ditemukan tingkat penurunan mental yang bervariasi.

Pada masa lansia juga terjadi perubahan minat dan keinginan yang tidak dapat dihindari. Terdapat hubungan yang erat antara jumlah keinginan dan minat orang pada seluruh tingkat usia dan keberhasilan penyesuaian mereka. Sebaliknya hal ini menentukan kebahagiaan atau ketidakbahagiaan yang akan diperoleh. Pada usia lanjut, pendapat seperti ini benar untuk setiap tingkat usia selama kurun waktu kehidupan.

Hal itu penting untuk diketahui, karena bagaimanapun juga penyesuaian pada usia lanjut sangat dipengaruhi oleh perubahan minat dan keinginan yang dilakukan secara sukarela atau terpaksa. Apabila orang yang berusia tua ingin mengubah minat dan keinginannya karena alasan kesehatan, situasi keuangan atau alasan lainnya mereka akan memperoleh kepuasan yang lebih baik dibanding mereka yang menghentikan kegiatannya karena sikap yang tidak menyenangkan dari sebagian kelompok masyarakat.

Bagaimanapun juga, keinginan tertentu mungkin dianggap sebagai tipe keinginan orang berusia lanjut pada umumnya. Antara lain sebagai berikut:

a. Minat pribadi

Minat atau ketertarikan pribadi pada usia lanjut meliputi minat dalam diri sendiri, minat pada penampilan, minat terhadap pakaian, minat terhadap uang.

b. Minat untuk rekreasi

Pria dan wanita berusia lanjut cenderung untuk tetap tertarik pada kegiatan rekreasi yang biasa dinikmati pada masa mudanya, dan mereka akan mengubah minatnya tersebut jika benar-benar diperlukan. Beberapa perubahan dalam kegiatan rekreasi sering dilakukan karena memang tidak dapat dielakan. Bagaimanapun juga sebagian besar perubahan dilakukan karena keharusan, bukan karena pilihan. Kegiatan yang biasa dilakukan para lansia meliputi membaca, menulis surat, mendengarkan radio, menonton TV, berkunjung ke rumah teman atau saudara, menjahit, menyulam, berkebun, piknik, jalan-jalan, bermain kartu, pergi ke gedung film, serta turut dalam kegiatan kewarganegaraan, organisasi politik atau keagamaan.

c. Minat sosial

Dalam bertambahnya usia mengakibatkan banyak orang yang merasa menderita karena jumlah kegiatan sosial yang dilakukannya semakin berkurang. Hal ini lazim diistilahkan sebagai lepas dari kegiatan sosial kemasyarakatan (social disengagement), yaitu suatu proses pengunduran diri secara timbal balik pada masa usia lanjut dari lingkungan sosial. Social disengagement seperti yang dijelaskan oleh Birren, meliputi empat elemen “pelepasan beban” (load shedding) yaitu meliputi: keterlibatan dengan orang lain berkurang, pengurangan variasi peranan sosial yang dimainkan, penggunaan kemampuan mental

yang semakin bertambah, dan berkurangnya partisipasi dalam kegiatan fisik.

d. Minat terhadap keagamaan

Kehidupan keagamaan pada usia lanjut menurut hasil penelitian psikologi agama ternyata meningkat. M. Argyle mengutip sejumlah penelitian yang dilakukan oleh Cavan yang mempelajari 1.200 orang sampel berusia antara 60-100 tahun. Temuan menunjukkan secara jelas kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan yang semakin meningkat pada umur-umur ini. Sedangkan menurut Robert H. Thouless (1992) pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat baru muncul sampai 100 persen setelah usia 90 tahun.<sup>28</sup> Umumnya mereka dihadapkan pada konflik batin antara keutuhan dan keputusan. Karena itu mereka cenderung mengingat sukses masa lalu, sehingga umumnya mereka yang berada pada tingkat usia lanjut ini senang membantu para remaja yang aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial, termasuk sosial keagamaan. Secara garis besar ciri-ciri keberagamaan usia lanjut adalah:

- 1) Kehidupan keberagamaan pada usia lanjut sudah mencapai tingkat kemantapan.
- 2) Meningkatnya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan.

---

<sup>28</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama (Memahami Perilaku Keagamaan dengan Mengaplikasikan Prinsip-prinsip Psikologi) edisi revisi 2005*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2005), hlm. 106.

- 3) Mulai muncul pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat secara lebih sungguh-sungguh.
- 4) Sikap keagamaan cenderung mengarah kepada kebutuhan saling cinta antar sesama manusia, serta sifat-sifat luhur.
- 5) Timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan penambahan usia.
- 6) Perasaan takut kepada kematian berdampak pada peningkatan pembentukan sikap keberagamaan dan kepercayaan terhadap adanya kehidupan abadi (akhirat).<sup>29</sup>

Masa ini, lansia mulai mengeluarkan hasratnya yang baru untuk menggiatkan dan mengamalkan nilai agama di lingkungan hidup dengan baik, menyesali diri, dan memohon tobat yang setinggi-tingginya serta diiringi dengan rasa takut yang hebat bersama deraian air mata. Sehingga mereka merasa benar-benar hidupnya bermanfaat dan memiliki ketenangan jiwa yang luar biasa.

#### 4. Karakteristik Ketenangan Jiwa

Jiwa yang dirahmati Allah adalah jiwa yang beruntung karena dialah jiwa yang tenang. Dalam Surat Al-Fajr ayat 27-30, karakteristik ketenangan jiwa adalah sebagai berikut:<sup>30</sup>

---

<sup>29</sup> Prof. Dr. Rusmin Tumanggor, M. A, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Penerbit Kencana, 2016), hlm 93-95

<sup>30</sup>Rif'at Syauqi Nawawi, *Kepribadian Qur'ani*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hlm. 60-61

a. Sabar

Secara etimologi, sabar berarti teguh hati tanpa mengeluh di jumpa bencana. Menurut pengertian Islam, sabar ialah tahan menderita sesuatu yang tidak disenangi dengan ridha dan ikhlas serta berserah diri kepada Allah. Sabar itu membentuk jiwa manusia menjadi kuat dan teguh tatkala menghadapi bencana (musibah).

Kebahagiaan, keuntungan, keselamatan, hanya dapat dicapai dengan usaha secara tekun terus menerus dengan penuh kesabaran, keteguhan hati, sebab sabar adalah azas untuk melakukan segala usaha, tiang untuk realisasi segala cita-cita.

Sabar bukan berarti menyerah tanpa syarat, tetapi sabar adalah terus berusaha dengan hati yang tetap, berikhlas, sampai cita-cita dapat berhasil dan dikala menerima cobaan dari Allah SWT, wajiblah ridha dan hati yang ikhlas.

b. Optimis

Sikap optimis dapat digambarkan sebagai cahaya dalam kegelapan dan memperluas wawasan berfikir. Dengan optimisme, cinta akan kebaikan tumbuh di dalam diri manusia, dan menumbuhkan perkembangan baru dalam pandangannya tentang kehidupan.

Tidak ada satu penyebabpun yang mampu mengurangi jumlah problem dalam kehidupan manusia seperti i yang diperankan optimisme. Ciri-ciri kebahagiaan itu lebih tampak pada wajah-wajah orang yang optimis tidak saja dalam hal kepuasan tetapi juga seluruh kehidupan baik dalam situasi positif maupun negatif. Disetiap saat sinar kebahagiaan menerangi jiwa orang yang optimisme.

c. Merasa dekat dengan Allah

Orang yang tenang jiwanya akan merasa dekat dengan Allah dan akan selalu merasa pengawasan Allah SWT. dengan demikian akan hati-hati dalam bertindak dan menentukan langkahnya. Ia akan berusaha untuk menjalankan apa yang diperintahkan Allah dan akan menjauhi segala yang tidak diridhai Allah. “Kesadaran manusia akan melekat eksistensinya oleh tangan Tuhan akan memekarkan kepercayaan dan harapan bisa hidup bahagia sejahtera juga memiliki rasa keseimbangan dan keselarasan lahir dan batin.<sup>31</sup>

Adanya perasaan dekat dengan Allah, manusia akan merasa tenang hidupnya karena ia akan merasa terlindungi dan selalu dijaga oleh Allah sehingga ia merasa aman dan selalu mengontrol segala perbuatannya. “Tanpa kesadaran akan relasi dengan Tuhan

---

<sup>31</sup>Asmaran As, *Pengantar Studi Akhlak*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1992), hlm. 228

maka akan menimbulkan ketakutan dan kesedihan dan rasa tidak aman (tidak terjamin yang kronis serta kegoncangan jiwa”.

Seorang lansia bisa dikatakan jiwanya tenang jika seorang tersebut menunjukkan perilaku atau sikap yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Dan ketenangan jiwa itu lahir serta terjadi karena lansia telah mampu menghadapi persoalan-persoalan kehidupannya dengan sabar, optimis, percaya kepada Allah SWT.

#### **D. Pengaruh Sholawat terhadap Ketenangan jiwa**

Usia lanjut adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang. Masa lanjut usia (lansia) merupakan periode alamiah yang di alami setiap individu melalui proses menua. Masa ini biasanya ditandai dengan menurunnya kemampuan seseorang dalam mempertahankan keseimbangan, kesehatan, dan kondisi fisiologis mereka. Usia lanjut membawa penurunan fisik yang lebih besar dibandingkan dengan periode-periode sebelumnya. Pada masa ini kekuatan tubuh perlahan mulai menurun. Selain penurunan fisik, pada masa ini juga mengalami penurunan psikologis.

Insiden psikopatologi timbul seiring dengan bertambahnya usia. Gangguan-gangguan fungsional-keadaan depresi dan paranoid terus bertambah, sama seperti penyakit otak setelah usia 50 tahun. Kasus bunuh diri juga meningkat seiring dengan bertambahnya usia.

Pada masa ini, minat yang paling tinggi adalah minat dalam keagamaan. Kepatuhan terhadap Tuhan merupakan inti kehidupannya. Ide-ide baik tentang agama untuk dipraktikkan mulai dilemparkan untuk dipraktikkan. Mereka dihadapkan pada konflik batin antara keutuhan dan keputusasaan. Cara untuk mendapatkan fitrah Ilahiyah adalah dengan pendekatan spiritual, yaitu dengan membaca sholawat, salah satunya adalah sholawat wahidiyah.

Seperti yang di ungkap oleh Syekh Hasan Al ‘Adawi di dalam kitab “*Dalaailul Khoiroot*” yang kemudian dibenarkan dan didukung oleh para Ulama Shufi lainnya, yaitu sebagai berikut :

*”Sesungguhnya membaca Sholawat kepada Nabi SAW itu bisa menerangi hati dan mewushulkan kepada Tuhan Dzat Yang Maha Mengetahui perkara gaib”.* (Sa’adatud-Daroini hal. 36).<sup>32</sup>

“Menerangi hati” berarti hati menjadi terang, jernih, dan tentram. “Mewushulkan” berarti mengantar dan menyampaikan kepada tingkat kondisi batiniyah yang sadar kepada Allah SWT.

#### **E. Kerangka Berfikir**

Masa lanjut usia (lansia) merupakan periode alamiah yang dialami setiap individu melalui proses menua. Pada masa ini manusia akan mengalami penurunan fisik dan psikologis. Di samping itu, lansia juga

---

<sup>32</sup> Mohammad Ruhan Sanusi, *Kuliah Wahidiyah Untuk Menjernihkan Hati...*, hlm. 13

mengalami perubahan dari segi peran. Hal ini akan mempengaruhi persepsi lansia terhadap dirinya yang tidak sekuat pada masa muda.

Insiden psikopatologi timbul seiring dengan bertambahnya usia. Gangguan-gangguan fungsional-keadaan depresi dan paranoid terus bertambah, sama seperti penyakit otak setelah usia 50 tahun. Dalam masa lansia dapat timbul berbagai persoalan yang lebih rumit lagi. Beberapa persoalan yang dihadapi pada masa lansia yaitu sudah tidak bisa bekerja lagi, merasa fisiknya tidak mampu untuk melakukan segala kegiatan, merasa cemas, kesepian, gelisah, bahkan bisa depresi, dan berakibat tidak baik pada kesehatan lansia dan bisa mengakibatkan gangguan mental atau gangguan jiwa.

Jiwa menumbuhkan sikap dan sifat yang mendorong pada tingkah laku yang tampak. Jiwa yang tenang adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Indikasi hadirnya jiwa yang tenang pada diri seseorang terlihat dari perilaku, sikap dan gerak-geriknya yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang, tepat dan benar.

Minat paling tinggi pada masa lansia adalah minat dalam keagamaan. Lansia berusaha untuk melakukan berbagai macam cara untuk meningkatkan kematangan keberagamaan dengan menghadiri sebuah pelayanan keagamaan. Tujuannya untuk mendapatkan ketenangan dalam menghadapi rasa takut kepada kematian dan persoalan-persoalan lainnya.

Salah satu pelayanan keagamaan yang diikuti adalah mengamalkan sholawat wahidiyah, yaitu rangkaian doa-doa sholawat Nabi SAW seperti yang tertulis dalam lembaran sholawat wahidiyah, termasuk cara dan adab tatakrama dalam mengamalkannya. Yang diharapkan setelah mengamalkan sholawat wahidiyah adalah mendapatkan ketenangan jiwa dan lansia dapat kembali kepada fitrah ke-illahiannya.