

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Ketenangan Jiwa

1. Definisi Jiwa

Pemahaman tentang jiwa manusia secara mitologis dan religius, yang berfokus pada rohani manusia (yaitu hubungan dengan Tuhan), masih bertahan hingga hari ini. Para filsuf cenderung lebih banyak memusatkan wawasan psikologis mereka pada jiwa daripada rohani atau raga. “*Jiwa*” atau “*soul*” biasanya merupakan sinonim bagi “*pikiran*” atau “*mind*”, yang sering mencakup aspek-aspek rohani juga.¹

Dalam Islam sendiri *An-Nafs* diartikan sebagai jiwa atau diri. Padahal, sesungguhnya *An-Nafs* berkaitan dengan derajat yang paling rendah dan yang paling tinggi. Maka *An-Nafs* memiliki dua arah, yaitu menuju hawa nafsu dan menuju hakikat manusia (diri manusia).²

a. Hawa Nafsu, cenderung mengarahkan kepada sifat-sifat tercela, yang akan menyesatkan dan menjauhkan dari Allah.

¹Stephen Palmquist, *Fondasi Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2005), hal. 59-60

²Zulkifli bin Muhammad dan Sentot Budi santoso, *Wujud*, (Solo: CV. Mutiara Kertas, 2008), hal. 66

Firman Allah SWT dalam QS. Shaad, 38/26:

﴿وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ﴾

Artinya:

“...dan janganlah kamu mengikuti hawa nafsu, karena ia akan menyesatkan kamu dari jalan Allah...”³

Hati mempunyai peranan yang penting dalam diri manusia dan merupakan sasaran strategis bagi setan. Setan menutupi hati manusia agar hati tersebut tidak dapat menerima nur Ilahi. Setan menutupi hati manusia itu dengan mengembangkan *nafs ammarah bissu'* (nafsu yang membawa ke jalan maksiat) yang memang sudah ada pada diri manusia. Hawa nafsu itu antara lain: nafsu amarah, nafsu sawiya dan nafsu lawwamah.

Dari HR Ibnu An-Najari dan Abi Dzar:

“*Jihad yang paling utama adalah jihad seseorang untuk dirinya dan hawa nafsunya*”

b. Diri Manusia

Nafs sebagai diri manusia adalah suatu yang paling berharga karena menyangkut nilai hidup manusia dari Nafs (jiwa) yang di beri rahmat oleh Allah SWT sebagaimana firman-Nya.

³ Kementerian Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Tanjung Mas Inti, 1992), hal. 736

Dalam QS. Al Fajr (89): 27-30:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾

فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَاَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾

Artinya:

“Hai jiwa yang tenang (nafs mutmainnah), kembailah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas (senang) lagi diridhaiNya. Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hambaKu, masuklah ke dalam surgaKu”⁴

Sungguh indah seruan Allah SWT kepada orang-orang yang beriman. Hamba-hamba pada ayat di atas dimaksudkan adalah orang-orang mengenal Tuhan mereka dan masuklah ke dalam surgaKu adalah merupakan bentuk perlindunganNya. Setiap orang mempunyai nafs yang berbeda. Ada nafs yang menuju jalan terang (ruh) dan ada nafs yang menuju jalan kegelapan.

c. Ruh

Mempunyai dua pengertian, yaitu sebagai nyawa dan sebagai suatu suatu yang halus dari manusia (pemberi energi pada jiwa).

⁴Kementerian Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Tanjung Mas Inti, 1992), hal. 1059

d. Tentara Hati

Hati adalah raja bagi seluruh tubuh dan manusia. Penting bagi raja untuk mengatur dan memerintahkan tentaranya untuk mengarahkan kemana tubuh dan diri ini berjalan.

Firman Allah SWT dalam QS. Qaaf, 50/16:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

Artinya:

“Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya dari pada urat lehernya”.⁵

e. Hati di Percabangan

Sesungguhnya hati yang merupakan raja, berada di percabangan. Diri manusia akan tenang bila jauh dari goncangan yang disebabkan pengaruh hawa nafsu dan syahwat, maka disebut *nafs mutmainnah*. Apabila ia sepenuhnya tunduk dan ridha kepada kehendak Allah SWT, maka ia disebut *nafs al-mardhiyah* yaitu nafs (jiwa) yang puas (ridha). Firman Allah SWT dalam QS. Jaatsiyah, 45/23:

أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ

⁵ Kementerian Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Tanjung Mas Inti, 1992), hal. 852

بَصْرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ

Artinya:

“Maka pernahkah kamu melihat orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tuhannya, dan Allah membiarkannya sesat berdasarkan ilmu-Nya dan Allah telah mengunci mati pendengaran dan hatinya dan meletakkan tutupan atas penglihatannya? Maka siapakah yang akan memberinya petunjuk sesudah Allah (membiarkannya sesat). Maka mengapa kamu tidak mengambil pelajaran?”⁶

f. Nafsu Muthmainnah

Jika hati telah didominasi oleh nafs mutmainnah, maka nafsu mumainnah menjadi imam bagi seluruh tubuh dan dirinya. Sesungguhnya nafs mutmainnah inilah yang disebut jati diri manusia. Firman Allah SWT dalam surat Al-Baqarah 2/18:

صُمُّ بُكْمٌ عُمِّي فَهُمْ لَا يَرْجِعُونَ

Artinya:

“Mereka tuli, bisu dan buta, maka tidaklah mereka akan kembali (ke jalan yang benar)”⁷.

g. Jiwa yang Sehat

Jika jiwa (hati) yang sakit, maka akan lupa terhadap perjanjian yang pernah diucapkan pada Allah.

⁶ Kementerian Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Tanjung Mas Inti, 1992), hal. 818

⁷ Kementerian Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Tanjung Mas Inti, 1992), hal. 9

Firman Allah SWT dalam surat Al'Araaf ayat 172:

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ

بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

Artinya:

“Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)".⁸

Namun, diantara yang banyak, ada orang yang selalu berhasil menyetatkan kembali jiwa (*nafs mutmainnah*)nya. Apabila jiwa telah hidup, jiwa telah sehat, maka jiwa akan melihat (*mukasyafah*) dimensi keghaibanNya.

2. Tersingkap Ketenangan Jiwa

Apabila seorang hamba Allah telah berhasil melakukan pendidikan dan pelatihan penyehatan, pengembangan dan pemberdayaan jiwa (mental), maka ia akan mencapai tingkat

⁸Kementerian Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Tanjung Mas Inti, 1992), hal. 250

kejiwaan yang sempurna, yaitu integritasnya adalah *jiwa muthmainnah* (yang tenteram/tenang), *jiwa radhiyah* (jiwa yang meridhai) dan *jiwa mardhiyah* (yang diridhai).

Dengan eksisnya jiwa dalam tingkat ini seseorang akan memiliki stabilitas emosional yang tinggi dan tidak mudah mengalami stres, depresi dan frustrasi. Jiwa *muthmainnah* adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Etos kerja dan kinerja akal fikiran, qalbu, inderawi dan fisiknya senantiasa dalam kodrat dan iradat Tuhannya Yang Maha Qudus dan Agung.

Indikasi hadirnya jiwa *muthmainnah* pada diri seseorang biasanya terlihat perilaku, sikap dan gerak geriknya yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang, tepat dan benar. Ia tidak terburu-buru dalam bersikap apriori dan berprasangka negatif. Akan tetapi di tengah-tengah sikap itu, secara diam-diam ia menelusuri hikmah-hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi. Seperti ketika dihadapkan oleh suatu keadaan yang menyakitkan atau menyenangkan, secara otomatis ia dapat merasakan bahwa esensi peristiwa itu adalah belalaian 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 belalaian dari kelembutan cinta dan ketajallian Allah SWT. Firman Allah SWT dalam QS. Al-Baqarah (2): 115:

وَلِلَّهِ الْمَشْرِقُ وَالْمَغْرِبُ فَأَيْنَمَا تُوَلُّوا فَثَمَّ وَجْهُ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

Artinya:

*“Dan kepunyaan Allah-lah timur dan barat dan kemanapun kamu menghadap disitulah wajah Allah. Sesungguhnya Allah Maha Luas (rahmat-Nya) lagi Maha Mengetahui”.*⁹

Ibn Arabi RA menafsirkan jiwa *muthmainnah* sebagai jiwa yang tenang, karena ia telah tersinari oleh cahaya keyakinan, lalu ia merasa tenang dari kegoncangan ketika datang kepada Allah SWT. Kembali kepada Tuhanmu adalah kembali dalam keadaan lapang dada, yaitu ketika Dia telah menyempurnakan bagi jiwa itu dengan kesempurnaan sifat-sifat dan kembalilah kepada Dzat dalam keadaan ridha, itulah kesempurnaan maqam sifat-sifat lalu masuklah ke dalam golongan hamba-hambaKu. Beliau menafsirkan sebagai kelompok hamba-hambaNya yang khusus bagiNya dari orang-orang yang ahli tauhid Dzat, sedangkan masuk ke dalam surga adalah surga khusus bagiNya yaitu surga Dzat.

⁹Kementerian Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Tanjung Mas Inti, 1992), hal. 31

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.¹⁰

Jiwa yang telah memiliki sifat-sifat kesempurnaan (*Kamaliyah*), keindahan (*Jamaliyah*), keagungan (*Qahhariyah*), ia akan ditempatkan ke dalam golongan para Nabi, Rasul, *Siddiqien* dan orang-orang Shalih, bahkan jiwa itu memperoleh hak untuk bermukim di dalam surga.

B. Orang Dewasa Akhir (*Lansia*)

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu “yang penuh dengan manfaat”. Bila seseorang yang sudah beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin.

¹⁰Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta, Al-Manar, 2004), hal. 460

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.¹¹

1. Ciri-ciri usia lanjut

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

a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran

Motivasi memerankan peranan penting dalam kemunduran. Masa luang yang baru akibat tumbuhnya masa pensiun sering membawa kebosanan yang semakin memperkecil dan melemahkan motivasi seseorang.

b. Perbedaan individual pada efek menua

Orang menjadi tua secara berbeda karena mereka mempunyai sifat bawaan yang berbeda, sosial ekonomi dan latar belakang pendidikan yang berbeda, serta pola hidup yang berbeda pula. Perbedaan kelihatan diantara orang-orang yang mempunyai jenis kelamin yang sama, dan semakin nyata pria

¹¹Istiwidayanti, Soedjarwo, Ridwan Max Sijabat (ed.), *Psikologi Perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, Judul asli: *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*, (Jakarta: Erlangga, 1980), hal. 380

dibandingkan wanita karena menua terjadi dengan laju yang berbeda pada masing-masing jenis kelamin.

c. Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda

Karena arti tua itu sendiri kabur dan tidak jelas serta tidak dapat dibatasi pada anak muda, maka orang cenderung menilai tua itu dalam hal penampilan dan kegiatan fisik. Bagi usia tua, anak-anak lebih kecil dibandingkan dengan orang dewasa dan harus dirawat, sedang orang dewasa adalah sudah besar dan dapat merawat diri sendiri.

d. Berbagai *stereotype* orang usia lanjut

Pendapat klise yang telah dikenal masyarakat tentang usia lanjut adalah pria dan wanita yang keadaan fisik dan mentalnya loyo, usang, sering pikun, jalannya membungkuk, dan sulit hidup bersama dengan siapapun, karena hari-harinya penuh dengan manfaat telah lewat, sehingga perlu dijauhkan dari orang-orang yang lebih muda.

e. Sikap sosial terhadap usia lanjut

Banyak pendapat yang tidak menyenangkan mengenai sikap sosial pada usia lanjut.

f. Orang usia lanjut mempunyai status kelompok-minoritas

Kelompok minoritas merupakan status yang dalam beberapa hal mengecualikan mereka untuk tidak berinteraksi dengan

kelompok lainnya dan memberinya sedikit kekuasaan atau bahkan tidak memperoleh kekuasaan sama sekali.

g. Menua membutuhkan perubahan peran

Karena sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi kaum berusia 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 penyesuaian sosial seseorang.

h. Penyesuaian yang buruk

Menurut pendapat Butler, orang yang berusia lanjut secara tidak proposional menjadi subjek bagi masalah emosional dan mental yang berat. Insiden psikopatologi timbul seiring dengan bertambahnya usia. Gangguan fungsional-keadaan depresi dan paranoid-terus bertambah, sama seperti penyakit otak setelah usia 60 tahun. Kasus bunuh diri juga meningkat seiring dengan usia.

i. Keinginan menjadi muda kembali sangat kuat pada usia lanjut

Status kelompok minoritas yang dikenakan pada lansia secara alami telah membangkitkan keinginan untuk tetap muda selama mungkin dan ingin dipermuda apabila tanda-tanda

menua tampak. Berbagai cara dilakukan mereka agar terlihat tampak muda.¹²

2. Tugas Perkembangan Usia Lanjut

Pada saat anak-anak tumbuh besar dan mulai banyak terlibat dalam kegiatan yang dilakukan keluarga maupun kegiatan pribadi, keterlibatan orang berusia lanjut bersama anak semakin hari semakin berkurang. Ini berarti bahwa mereka perlu membangun ikatan dengan anggota dari kelompok usia mereka, kalau ingin menghindari kesepian yang menjangkiti orang-orang berusia lanjut pada waktu hubungan mereka dengan kelompok masyarakat yang lebih besar dihentikan karena pensiun, dan karena secara bertahap mulai mengurangi kontak mereka dengan organisasi masyarakat.

3. Penyesuaian Diri Terhadap Perubahan Fisik Bagi Usia Lanjut

Perubahan kondisi fisik terjadi pada usia lanjut dan sebagian besar perubahan itu terjadi ke arah yang memburuk, proses dan kecepatannya sangat berbeda untuk masing-masing individu walaupun usia mereka sama.

¹²*Ibid.*, hal. 380-385

Perubahan fisik terbesar yang terjadi pada usia lanjut adalah sebagai berikut:

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

4. Perubahan Kemampuan Motorik pada Usia Lanjut¹³

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.

- a. *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.

¹³*Ibid.*, hal. 390

b. *Penyebab psikologis*, yang mempengaruhi perubahan motorik berasal dari kesadaran tentang merosotnya dan perasaan akan rendah diri kalau dibandingkan dengan orang yang lebih muda dalam arti kekuatannya, kecepatannya dan ketrampilannya. Tekanan emosional yang berasal dari sebab-sebab psikologis, dapat mempercepat perubahan kemampuan motorik atau menurunkan motivasi untuk mencoba melakukan sesuatu yang masih dapat dilakukan.

5. Perubahan Kemampuan Mental pada Usia Lanjut

Dewasa ini terbukti nyata dan kepercayaan yang populer bahwa perubahan dalam kemampuan mental, tidak hanya dipertanyakan oleh para ilmuwan saja, tetapi perhatian ilmiah secara langsung mencoba meningkatkan teknik dan metode yang digunakan untuk mengukur apa yang dinamakan dengan kemunduran mental, yang menurut dugaan terjadi sejak awal usia lanjut.¹⁴

a. Penyebab perubahan dalam kemampuan mental

Pada masa lalu diduga bahwa kerusakan mental yang tidak dapat dihindari juga diikuti oleh kerusakan fisik. Dan pada pihak lain beberapa kondisi patologis seperti tekanan

¹⁴*Ibid.*, hal. 391-392

darah tinggi, mengarah pada hilangnya kemampuan intelektual pada usia lanjut meskipun menurut Wilkie dan Eisdorfer bahwa gangguan-gangguan semacam itu bukan merupakan bagian dari proses ketuaan yang normal.

b. Variasi perubahan mental

Secara umum, mereka yang mempunyai pengalaman intelektual lebih tinggi secara relatif penurunan dalam efisiensi mental kurang dibanding dengan mereka yang pengalaman intelektualnya rendah. Contoh penelitian yang dilakukan terhadap orang-orang berbakat (*gifted individuals*) yang dilakukan dalam periode waktu yang panjang membuktikan bahwa penurunan mental terjadi lebih lambat dibanding kepercayaan yang sudah populer dalam masyarakat.

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.

6. Perubahan Minat pada Usia Lanjut

Seperti perubahan fisik, mental dan gaya hidup pada orang-orang berusia lanjut, 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.¹⁵

Bagaimanapun juga, keinginan tertentu mungkin dianggap sebagai tipe keinginan orang berusia lanjut pada umumnya.

¹⁵*Ibid.*, hal. 393-397

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.¹⁶

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

¹⁶*Ibid.*, hal. 398-400

realitas tentang kehidupan akhirat baru muncul sampai 100 persen setelah usia 90 tahun.¹⁷

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.¹⁸

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
- 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

¹⁷Jalaluddin, *Psikologi Agama (Memahami Perilaku Keagamaan dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi)* edisi revisi 2005, (PT. Raja grafindo Persada, Jakarta, 2005), hal. 106

¹⁸*Ibid.*, hal.105-106.

- 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*)

C. Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah

1. Tarekat Qadiriyyah

Tarekat Qadiriyyah merupakan Tarekat yang didirikan oleh ‘Abd al-Qadir al-Jailani. Nama lengkapnya adalah Abu Shalih, ‘Abd al Qadir al-Jailani ibn Musa ibn ‘Abdillah ibn Yahya al-Zahid ibn Muhammad ibn Dawud ibn Musa ibn ‘Abdillah ibn Musa al-Jund ibn ‘Abdillah al-Muhdar ibn al-hasan al-Musanna ibn al-Husain ibn ‘Ali ibn Abi Thalib. Lahir pada tahun 470 H/1077 M di Jilan dan wafat pada tahun 561 H/1166 M di Baghdad. Ayahnya bernama Abu Shalih bin Jangidust.¹⁹

Sewaktu muda yaitu saat berusia 18 tahun (488/1095), bertepatan dengan al-Gazali meninggalkan Baghdad, ‘Abd Qadir al-Jailani pergi ke Baghdad untuk belajar dari sejumlah guru, tetapi tetap menganut mazhab Hanbali. Pelajaran ini mencakup fiqih dan

¹⁹Amin Syukur, *Zuhud di Abad Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2004), hal.

hadits dalam mazhab Hanbali, pertama di bawah bimbingan Abu Sa'd al-Mubarak al Mukharrimi, lalu diajar oleh Syaikh Ahmad (Hammad) Abu al-Khayr al-Dabbas (w. 523/1121) dan kemudian dari sejumlah guru lain. Setelah belajar beberapa lama, termasuk masa berkelana di Irak, 'Abd Qadir al-Jailani kembali ke Baghdad dan mulai terkenal sebagai penceramah dalam acara-acara publik.²⁰

Syaikh 'Abd Qadir al-Jailani adalah seorang yang 'alim (ahli ilmu agama Islam) dan zahid (seorang yang mempraktikkan zuhud, tidak terikat hati kepada dunia) semula seorang ahli fiqih mazhab Hanbali lalu dikenal sebagai sufi besar yang banyak keramatnya. H.A.R Gibb menulis bahwa al-Jailani memounyai *ribath sufi* (tempat melakukan suluk dan latihan-latihan spiritual) di Baghdad. Setelah wafatnya, putranya Abd Wahhab (1157-1196 M) meneruskan kegiatan ayahnya, lalu dilanjutkan oleh putranya yang lain Abd al-Salam (w. 1213 M), kemudian oleh putranya yang seorang lagi Abd al-Razzaq (1134-1206 M) dan kemudian oleh cucunya Syams al-Din. Ribath Qadiriyyah sudah berdiri di Makkah sejak hidupnya Syaikh 'Abd al-Qadi. Tarekat ini juga mempunyai metode dzikir yang dikenal sebagai *dzikir jahar* (diucapkan dengan suara keras). Kitab Manakib berisi riwayat hidupnya, budi pekertinya yang baik, kesalehannya, kezuhudan dan kekeramatan bahkan Ibn al-'Arabi

²⁰Sri Mulyati, *Mengenal dan memahami Tarekat-Tarekat Muktabarah di Indonesia*, (Jakarta: Prenada Media, 2004), hal. 254-255

menceritakan dengan panjang lebar dalam kitabnya al-Futuh al-Makkiyah tentang tasawufnya, pekerjaan-pekerjaan istimewa yang terus menerus dilakukan oleh Syaikh ‘Abd al-Qadir al-Jailani di dalam kuburnya. Sementara Ibn Taymiyyah yang juga bermadzab Hanbali menyerang pendapat pengarang semisal itu dan berusaha membersihkan ‘Abd al-Qadir dari hal-hal yang disebutkan diatas dalam kitabnya al-Jawab dan al-Shahih dan demikian juga Ibrahim Syatibi dalam kitabnya al-I’tisham.

Karya-karya Syaikh al-Qadir al-jailani antara lain al-Ghunyah li-Talibi Tariq al-Haqq fi al-Akhlaq wa al-Tashawwufwa al-dab al-Islamiyyah, Futuh a-Ghayb, Al-Fath al-Rabbani wa al-Faydh al-Rahmani, dan dua karya yang juga diatribusikan kepada beliau yaitu al-Fuyudhat al-Rabbaniyah fi al-Ma’atsir wa al-Awrad al-Qadiriyyah, Sirr al-Asrar fi ma Yahtaj ilayh al-Abrar.²¹

2. Tarekat Naqsyabandiyah

Tarekat Naqsyabandiyah adalah suatu tarekat yang didirikan oleh muhammad bin Baha al-Din al-Uwaisi al-Bukhari (717-791-1319-1389). Naqsyaband berarti lukisan, atau penjagaan bentuk kebahagiaan hati. Baha al-Din Naqsyabandi berarti juga dikenal sebagai seorang yang ahli dalam memberi lukisan kehidupan yang

²¹Sri Mulyati, *Mengenal dan memahami Tarekat-Tarekat Muktabarah di Indonesia*, (Jakarta: Prenada Media, 2004), hal. 257

gaib-gaib. Baha al-Din belajar tarekat dan ilmu adab dari Amir Sayyid Kulal al-Bukhari (w. 772/1371), tetapi kerohaniannya dididik oleh ‘Abd al-Khaliq al-Ghujdawani (w.617/1220) yang mengamalkan pendidikan Uwaisi. Ada pendapat bahwa nama al-Uwaisi dicantumkan di belakang namanya, karena ada hubungan nenek dengan Uwais al-Qarani.²²

H.A.R Gibb menulis bahwa Muhammad bin Baha al-Din dalam usia delapan belas tahun pernah dikirim ke al-Sammas, sebuah desa yang letaknya kira-kira tiga mil dari Bukhara, untuk mempelajari ilmu tasawuf dari seorang guru ternama bernama Muhammad Baba al-Sammasi (w.740/1340). Tarekat ini asalnya diambil dari Abu Bakar al-Shiddiq, sahabat kesayangan Nabi dan khalifahnyanya yang pertama, yang dipercaya telah menerima ilmu yang istimewa seperti yang diterangkan oleh Nabi Muhammad sendiri: *“Tidak ada sesuatupun yang dicurahkan Allah ke dalam dadaku, melainkan aku mencurahkan kembali ke dalam dada Abu Bakar”*.

‘Abd al-Khaliq al-Ghujdawani dianggap sebagai pendiri pertama Tarekat Naqsyabandiyah. Al-Ghujdawani dan guru-guru Naqsyabandi berikutnya yang semuanya tinggal di Asia Tengah, secara kolektif terkenal dengan sebutan *Khawajagan* (para tuan guru). Mereka itu adalah ‘Arif al-Riwgari (w. 657/1259), Mahmud Anjir

²²Sri Mulyati, *Mengenal dan memahami Tarekat-Tarekat Muktabarah di Indonesia*, (Jakarta: Prenada Media, 2006), hal. 256- 257

Fagnawi (w. 705/1306), Muhammad Baba al-Sammasi dan Amir Kulal. Tidak ada batasan yang mempersi siapa yang termasuk Khawajagan dan siapa yang tidak. Terkadang Abu a'qub Yusuf al-Hamadzani (w. 535/1140) termasuk di dalamnya. Al-Ghujdawani mengajarkan *dzikir khafi* (tanpa suara, zikir di dalam hati) kepada Baha al-Din sebagai norma dalam Tarekat Naqsyabandiyah, walaupun begitu Amir Kulal mempraktikkan *dzikir jahar* (dengan suara keras).²³

3. Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah

Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah merupakan gabungan antara *Tarekat Qadiriyyah* dan *Tarekat Naqsyabandiyah* (TQN). Tarekat ini didirikan oleh *Syaikh Ahmad Khatib Sambas* (1802-1872) yang dikenal sebagai penulis *Kitab Fath al-'Arifin*. Sambas merupakan nama sebuah kota di sebelah utara Pontianak, Kalimantan Barat. *Syaikh Naquib al-;Attas* mengatakan bahwa TQN tampil sebagai sebuah tarekat gabungan karena Syaikh Sambas merupakan seorang Syaikh dari kedua tarekat dan mengajarkannya dalam satu versi yaitu mengajarkan dua jenis dzikir sekaligus yaitu dzikir yang dibaca dengan keras (*jahar*) dalam *Tarekat Qadiriyyah*

²³*Ibid.*, Sri Mulyati, *Mengenal dan memahami Tarekat-Tarekat Muktabarah di Indonesia*, 2004,... hal. 257

dan dzikir yang dilakukan di dalam hati (*khafi*) dalam *Tarekat Naqsyabandiyah*.²⁴

Setelah belajar pendidikan agama dasar di kampungnya, *Syaikh Sambas* berangkat ke Makkah pada usia sembilan belas tahun untuk meneruskan studinya dan menetap disana hingga wafatnya pada tahun 1289 H/1872. Di Makkah beliau belajar ilmu-ilmu Islam termasuk tasawuf dan mencapai posisi yang sangat dihargai di antara teman-teman sejawatnya, dan kemudian menjadi seorang tokoh yang berpengaruh di seluruh Indonesia. Di antara gurunya adalah *Syaikh Daud bin 'Abd Allah bin Idris al-Fatani* (wafat sekitar 1843), seorang 'alim besar yang juga tinggal di Makkah, yaitu *Syaikh Syams al-Din*, *Syaikh Muhammad Arsyad al-Banjari* (w.1812) dan bahkan menurut sebuah sumber, *Syaikh 'Abd al-Shamad al-Palimbani* (w.1800). dari semua murid-murid *Syaikh Syams al-Din*, *Ahmad Khatib Shambas* mencapai tingkat yang tertinggi dan kemudian ditunjuk sebagai *Syaikh Murshid Kamil Mukammil*.

Gurunya yang lain yaitu *Syaikh Muhammad Shalih Rays*, seorang mufti Syafi'i, *Syaikh 'Umar bin 'Abd al-Karim bi 'Abd al-Rasul al-'Attar*, seorang mufti Syafi'i lainnya (w. 1249/1833/4), *Syaikh 'Abd al-Hafizh 'Ajami* (w. 1235/1819/20). Beliau juga menghadiri kuliah-kuliah yang diberikan oleh *Syaikh Bishri al-*

²⁴*Ibid.*, hal. 258

Jabati, seorang mufti Maliki, lalu *Sayyid Ahmad al-Marzuqi*, seorang mufti Hanafi, *Sayyid ‘Abd Allah (bin Muhammad) al-Mirghani* (w. 1273/1856/7) dan *‘Utsman bin Hasan al-Dimyathi* (w. 1849). Dari informasi ini kita dapat mengetahui bahwa *Syaikh Sambas* telah belajar fiqh dengan padat, belajar kepada tiga dari empat mazhab fiqh terkemuka. Kebetulan *al-‘Attar*, *al-‘Ajami* dan *al-Rays* terdaftar sebagai guru teman semasa beliau di Makkah yaitu *Muhammad bin ‘Ali al-Sanusi* (w. 1859), pendiri *Tarekat Sanusiyah* dan *Muhammad ‘Utsman al-Mirghani*, pendiri *Tarekat Khatmiyah*.

4. Ajaran Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah Dan Perkembangannya

Adapun kitab *Fath al-‘Arifin* karangan Syaikh Ahmad Khatib Sambas dianggap sebagai sumber ajaran Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah. Kemudian beliau mengajarkan tentang dzikir dalam tarekat Qadiriyyah, dan diteruskan dengan pembahasan tentang dzikir dalam Naqsyabandiyah. Syaikh Sambas menerangkan tentang tiga syarat yang harus dipenuhi oleh orang yang sedang berjalan menuju Allah, yaitu dzikir diam dalam mengingat, merasa selalu diawasi Allah di dalam hatinya dan pengabdian kepada Syaikh, kemudian diakhiri dengan penjelasan rinci tentang dua puluh macam meditasi

(muraqabah). Sebelum ditutup, kitab ini memuat silsilah Syaikh Sambas mulai dari beliau hingga Rasulullah.

Pengembangan ajaran Tarekat Qadiriyyah wa Naqsyabandiyah yang kelihatannya baru dikenal di Asia Tenggara, memang bermula dari Kitab Fath al-‘Arifin tersebut. Walaupun murid Syaikh Sambas yang utama yaitu Syaikh ‘Abdul al-Kharim Banten (lahir 1840) tampaknya tidak mengembangkan ajaran TQN secara luas, namun generasi sesudahnya terutama di pusat-pusat TQN di Jawa, Qadiriyyah Naqsyabandiyah relatif maju dan berkembang dengan pesat. Syaikh ‘Abdul al-Kharim Banten ditunjuk oleh Syaikh Sambas sebagai penggantinya, beliau telah bersama-sama dengan Syaikh Sambas sejak masa kecilnya, saat belajar di Makkah. Tugasnya yang pertama adalah menyebarkan tarekat ini di Singapore selama beberapa tahun. Pada tahun 1872 ia pulang ke kampungnya, Lampuyang dan menetap disana selama kurang lebih tiga tahun. Kemudian pada tahun 1876 ia dipanggil ke Makkah untuk menjadi khalifah dari Syaikh Sambas sebagai pimpinan tertinggi TQN.

Zamakhsari Dhofier menyebutkan bahwa di tahun tujuh puluhan, empat pusat utama TQN di Jawa, yaitu: Rejoso, Jombang di bawah pimpinan Kiai Tamim: Mranggen dipimpin oleh Kiai Muslih, Suryalaya, Tasikmalaya di bawah pimpinan K.H Shohibulwafa Tajul ‘Arifin (Abah Anom); dan Pagentongan, Bogor dipimpin oleh Kyai

Thohir Falak. Silsilah Rejoso didapat dari jalur Ahmad Hasbullah, Suryalaya dari jalur Kyai Tolhah. Cirebon dan yang lainnya dari jalur Syaikh ‘Abd al-Kharim Banten dan khalifah-khalifah.²⁵

D. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan penelusuran pustaka yang berupa hasil penelitian, karya ilmiah, ataupun sumber lain yang digunakan peneliti sebagai perbandingan terhadap penelitian yang dilakukan. Dalam skripsi ini penulis akan mendeskripsikan beberapa penelitian yang ada relevansinya dengan judul penulis.

Penelitian terdahulu antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan Siti Maskiyah dengan judul “*Pengaruh Intensitas Pengamalan Ajaran Tarekat Terhadap Kesalehan Sosial (Pada Jama’ah Tarekat Qodiriyyah Wa Naqsabandiyyah Desa Ngroto, Kecamatan. Gubug, Kabupaten Grobogan, Tahun 2012)*”. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Ajaran Tarekat pada jama’ah Tarekat Qodiriyyah wa Naqsabandiyyah di Desa Ngroto pada tahun 2012, tergolong pada taraf sedang, yaitu mencapai 68%. Kesalehan sosial pada jama’ah Tarekat Qodiriyyah wa Naqsabandiyyah di Desa Ngroto pada tahun 2012 tergolong pada taraf sedang, yaitu mencapai 56,66% . Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa "ada pengaruh

²⁵*Ibid.*, hal. 258-259.

antara Intensitas Pengamalan Ajaran Tarekat terhadap kesalahan sosial pada jama'ah Tarekat Qodiriyyah wa Naqsabandiyyah di Desa Ngroto tahun 2012 dapat diterima kebenarannya.²⁶

2. Penelitian yang dilakukan Lukman dengan judul *“Implementasi Ajaran Tarekat Qodariyah Wa Naksabandiyah Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Jamaah Studi Kasus Desa Dopleng Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang Tahun 2013”*. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Implementasi tarekat terhadap perubahan perilaku sosial jamaah. Banyak jamaah tarekat yang sudah mengalami perubahan dalam hal ibadah kepada Allah tetapi tidak untuk sikap atau perilakunya kepada sesama. Pengikut jamaah masih bersikap seperti masyarakat pada umumnya tidak ada perbedaan sebelum dan sesudah jamaah mengikuti kegiatan ini dari segi hubungan dengan masyarakat.²⁷
3. Penelitian yang dilakukan oleh Risdiyono dengan judul *“Bimbingan Keagamaan bagi Lansia (Studi Pengajian Ibu-ibu di Mushola Nurul Huda Ambarrukmo, Caturtunggal, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta)”*. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pada pelaksanaan bimbingan keagamaan bagi lansia yang paling penting

²⁶Siti Maskiyah, *Pengaruh Intensitas Pengamalan Ajaran Tarekat Terhadap Kesalahan Sosial (Pada Jama'ah Tarekat Qodiriyyah Wa Naqsabandiyyah Desa. Ngroto, Kecamatan. Gubug, Kabupaten Grobogan, Tahun 2012)*, (Salatiga, STAIN Salatiga, 2012)

²⁷Lukman, *Implementasi Ajaran Tarekat Qodariyah Wa Naksabandiyah Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Jamaah Studi Kasus Desa Dopleng Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang Tahun 2013*, (Salatiga, STAIN Salatiga, 2013)

adalah konselor menyiapkan materi dengan baik dan menarik hati serta mudah dipahami oleh klien. Selain itu, faktor yang mendukung pelaksanaan bimbingan keagamaan, kondisi keagamaan klien rata-rata sama, sehingga memudahkan konselor dalam meneliti.²⁸

Ada titik sambung antara karya-karya tersebut dengan pembahasan berikut, yaitu sama-sama membahas tentang tentang pengamalan tarekat Qadariyah wa Nasyabandiyah. Namun, tentu saja banyak hal yang membedakan antara karya tersebut dengan tema yang akan dipaparkan dalam skripsi ini. Beberapa hal yang membedakan antara lain:

1. Penulis mengkhususkan kategori jamaah yang mengikuti tarekat, yaitu lansia yang mengikuti tarekat lebih dari satu tahun sedangkan pada penelitian pertama dan kedua tidak mengkategorikan usia dan seberapa lama jamaah mengikuti pengamalan tarekat. Berbeda dengan penelitian ketiga, pada penelitian ini tidak mengkhususkan pengajaran ketarekatan, namun hanya pelaksanaan bimbingan keagamaan secara umum pada lansia
2. Dari pemaparan judul, serta fokus penelitian, jelas terlihat perbedaan antara penelitian terdahulu dan yang penulis lakukan sekarang. Penelitian pertama fokus pada intensitas pengamalan ajaran tarekat terhadap kesalehan sosial para jamaah, penelitian kedua membahas tentang implementasi ajaran tarekat terhadap perilaku sosial jamaah dan penelitian ketiga fokus pada pelaksanaan bimbingan keagamaan bagi lansia

²⁸ Rusdiyono, *Bimbingan Keagamaan bagi Lansai (Studi Pengajian Ibu-ibu di Mushola Nurul Huda Ambarrukmo, Caturtunggal, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta)*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2009)

Sedangkan penulis fokus pada ketenangan jiwa pada jamaah setelah mengikuti pengamalan tarekat.

3. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian pertama menggunakan kuantitatif dengan pendekatan *field research*. Metode yang digunakan adalah dokumentasi, angket, observasi dan analisis data, sedangkan penelitian kedua dan ketiga menggunakan kualitatif sama dengan penelitian ini, dengan pendekatan studi kasus. Penelitian kedua dan ketiga juga menggunakan metode wawancara, observasi, dokumentasi dan analisis data. Hanya saja, pada pengecekan keabsahan data, peneliti terdahulu menggunakan triangulasi saja, sedangkan dalam skripsi ini penulis menggunakan kriteria keteralihan (*transferbility*).