

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia merupakan suatu proses berkelanjutan dalam kehidupan yang ditandai dengan berbagai perubahan kearah penurunan. Sementara itu Bappenas memperkirakan pada tahun 2050 akan ada 80 juta lanjut usia di Indonesia dengan komposisi usia 60-69 tahun berjumlah 35,8 juta, usia 70-79 tahun berjumlah 21,4 juta dan 80 tahun ke atas berjumlah 11,8 juta.¹

Permasalahan serius pada lansia yang dapat menimbulkan masalah besar bagi mereka antara lain; Penurunan kondisi fisik, Penurunan fungsi dan potensi seksual, Perubahan aspek psikososial, Perubahan yang berkaitan dengan pekerjaan, Perubahan dalam peran sosial di masyarakat, Penurunan kondisi fisik.

Faktor psikologis yang menyertai lansia antara lain: *Pertama*, Rasa tabu atau malu bila mempertahankan kehidupan seksual pada lansia, *Kedua*, Sikap keluarga dan masyarakat yang kurang menunjang serta diperkuat oleh tradisi dan budaya, *Ketiga*, Kelelahan atau kebosanan karena kurang variasi dalam kehidupannya,

¹ Soekidjo Notoatmodjo, *Kesehatan Masyarakat Ilmu Ilmu dan Seni*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), hal. 275

Keempat, Pasangan hidup telah meninggal. Disfungsi seksual karena perubahan hormonal atau masalah kesehatan jiwa lainnya misalnya cemas, depresi, pikun, dsb.²

Hal-hal di atas adalah permasalahan yang pada umumnya terjadi oleh seorang lansia, sehingga membuat dirinya menjadi tertekan, sulit beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan keadaan. Akibatnya lansia merasa sulit dalam menghadapi kehidupan. Sebagian lansia tidak mampu untuk menerima penuh kesabaran dan keikhlasan akan hal yang sudah diraihinya, pada sebagian lagi tidak terpenuhinya berbagai kebutuhan hidupnya ternyata membawa dampak psikologis yang sangat membahayakan bagi kelangsungan hidupnya, misalnya hilangnya semangat gairah hidup, dilanda krisis makna, stress, depresi, atau bahkan keputusan yang akan menyeret pada tindakan bunuh diri.³

Dalam permasalahan lansia penganut TQN yang ditemukan di desa Podorejo kecamatan Sumbergempol kabupaten Tulungagung, menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka memiliki masalah pada kondisi tubuh yang sering sakit-sakitan sehingga rentan penyakit, banyak bergantung pada orang lain karena ketidakmampuan fisik, ditinggal pasangan hidupnya (meninggal dunia). Memang tak dapat dipungkiri jika seseorang yang memasuki masa lansia akan banyak mengalami permasalahan kemunduran dan itu tak dapat dihindarkan.⁴

² Kartinah dan Agus Sudaryanto, "*Masalah Psikososial Pada Lanjut Usia*," <http://Ums.ac.id/index.php/Bik/article/view/3743> diakses pada 28 Agustus 2018 pukul 07.22 WIB

³ Samsul Munir Amin dan Haryanto Al Fandi, *Energi Dzikir*, (Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2008), hal. 185-186

⁴ Wawancara dengan pengurus tarekat Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah, pada tanggal 10/05/2018, pukul 14.00-15.30 WIB

Dalam menghadapi kesulitan hidup, beberapa orang memilih jalan keagamaan sebagai strategi coping untuk mengatasi masalahnya. *Coping* merupakan strategi untuk memajemen tingkah laku kepada pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis, berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata maupun tidak nyata, dan coping merupakan semua usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi, dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan (*distress demand*).⁵

Dewasa ini, salah satu ajaran ketenangan batin yang menjadi faktor utama penyelesaian masalah secara positif diajarkan pada suatu tarekat-tarekat tertentu. Tujuan utama mengikuti tarekat adalah Penyucian Jiwa (*Tazkiyat Al-Nafs*), Pendekatan diri pada Allah, Menjalankan Amalan Wirid yang diijazahkan oleh Mursyid, dan Menata batin.⁶

Hal-hal tersebut dapat berimplikasi pada pencapaian ketenangan batin yang tinggi, sehingga setiap masalah kehidupan individu dapat diselesaikan tanpa adanya permasalahan lain yang dapat muncul.

Dalam ajaran tarekat, seorang murid atau penganut tarekat diwajibkan mengamalkan suatu amalan yang telah diberikan oleh sang guru (*mursyid*). Latihan-latihan tarekat atau ketasawufan ini harus dikerjakan seorang murid untuk mencapai ketenangan jiwa dan membuka jalan untuk mencapai tuhan.

⁵ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: Grafika Offset, 2009), hal. 96

⁶ Ismail Nawawi, *Tarekat Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah*, (Surabaya: Karya Agung, 2008), hal. 25

Sebagaimana tarekat pada umumnya, tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* merupakan salah satu cara seseorang untuk mendekati diri pada Tuhannya.

Dalam dunia Islam istilah tarekat sebenarnya bermacam-macam tidak terhitung jumlahnya, tidak ada angka yang pasti berapa jumlah macam tarekat seluruhnya. Di Indonesia sendiri ada banyak aliran Tarekat yang tersebar luas, menurut Abu Bakar Aceh jumlah tarekat yang ada di Indonesia terdapat 41 jenis tarekat.⁷

Bisa dibilang di Indonesia adalah Negara dengan aliran Tarekat terbanyak di dunia, seperti yang diungkapkan oleh ketua PBNU Said Aqil Siraj ketika di Pesantren Ats-tsaqafah Ciganjur, Jakarta Selatan “*Indonesia ini Negara luar biasa karena semua aliran Tarekat ada di sini. Di Maroko Cuma ada berapa seperti Tijaniyah, Syadziliyah. Di Mesir paling ada dua belas atau empat belas. Di Sudan dan Irak hanya ada beberapa saja,*” terang Kang Said.⁸

Dari sekian banyak Tarekat yang ada di Indonesia, Tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* salah satu Tarekat yang termasyhur namanya. Tak heran jika Tarekat ini mempunyai banyak sekali pengikut. Namun sebenarnya Tarekat ini bukanlah satu nama yang seperti itu adanya tapi ada dua nama tarekat besar yang menjadi satu nama gabungan seperti itu, kedua tarekat tersebut berkembang dalam dunia Islam dengan masing-masing keunikan yang dimilikinya. Tarekat *Qodiriyah*

⁷ Ahmad Sodli, Lembaga Pengobatan Inabah Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah Suralaya, *Studi Kasus Inabah VI Kelurahan Sukahaji Kecamatan Babakan Ciparay Bandung*, (Semarang: Citasindo Grafika, 1994), hal. 1

⁸ *Indonesia, Negara dengan Aliran Tarekat Terbanyak di Dunia*, <http://www.nu.or.id/post/read/48760/indonesia-negara-dengan-aliran-tarekat-terbanyak-di-dunia>, diakses pada 04 Desember 2018 pukul 15.00 WIB

dan *Naqsyabandiyah*. Kedua tarekat ini mempunyai pendiri, teknik berdzikir, dan latar belakang yang berbeda, bahkan bertolak belakang. Akan tetapi, oleh ulama Indonesia dari Sambas, Kalimantan, dua macam tarekat yang mempunyai teknik berdzikir *Khafi* (diamnya) dalam *Naqsyabandiyah* dan *Jahar* (nyaringnya) dalam *Qodiriyah* dan bertolak latar belakang itu justru dipadukan dalam satu paket tarekat tersendiri tanpa mengajarkannya secara terpisah. Di Indonesia disebut tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* disingkat dan penonjolan kedua tarekat itu disebut dengan nama TQN.

Tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* (TQN) termasuk satu di antara tarekat yang banyak pengikutnya di Indonesia, terutama di pulau Jawa,⁹ di luar pulau Jawa penyebaran TQN tidak melalui lembaga pendidikan formal seperti pesantren, sehingga TQN hanya tersebar dalam kalangan orang awam dan tidak memperoleh kemajuan yang berarti. Lain halnya di pulau Jawa, TQN disebarkan melalui pondok-pondok pesantren yang didirikan dan dipimpin oleh para pengikutnya, maka perkembangannya pun pesat sekali sehingga kini merupakan tarekat yang paling besar dan berpengaruh di kawasan ini.¹⁰

Di Desa Podorejo sendiri pengikut Tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* terbilang banyak, mursyid Tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* Podorejo mengungkapkan bahwa “*Pengikut Tarekat di sini ada sekitar 100 lebih untuk tahun*

⁹ Depag Republik Indonesia Balai Penulisan Aliran Kerohanian/ Keagamaan, *Lembaga Pengoba-tan Inabah Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Suryalaya*, (Semarang: Depag RI Balai Penulisan Aliran Kerohanian/ Keagamaan, 1993), hal. 30

¹⁰ Muhammad Nur Latif, *Ajaran Mistik Syekh Ahmad Khatib as-Sambasi dalam Naskah Tarekat yang Dibangskakan Kepada Qodiriyah dan Naqsyabandiyah (Suatu Analisis Isi Teks)*, Laporan Penelitian, (Jakarta: The Toyota Foundation Yayasan Ilmu-Ilmu Sosial, 1995), hal. 71

ini, setiap tahunnya selalu ada peningkatan jumlah anggota, namun yang aktif cuma 60-an orang, ya namanya juga orang tua sering sakit-sakitan, kan yang ikut kebanyakan dari orang-orang sepuh.”¹¹

Juga terdapat beberapa keunikan dalam metode dan materi yang digunakan pada tarekat, terkhusus tarekat *Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah* yang tidak dapat ditemui ditempat lain. Yaitu, bahwasanya dalam mengikuti tarekat ini bisa langsung melakukan *baiad*, tidak seperti tarekat *Naqsyabandiyah* yang terlebih dulu mondok di pesantren.

Setidaknya ada empat ajaran pokok dalam Tarekat *Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah* yaitu *Kesempurnaan suluk, Adab murid terhadap mursyid, Dzikirullah* dan *Muraqabah*. Tetapi inti dari ajarannya adalah *Muraqabah* artinya mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan ajaran berbagai amalan dan *Riyadliah* yang paling prinsip adalah dengan cara berdzikir.

Kemudian, beberapa metode disertai materinya sesuai kebutuhan kehidupan keagamaan pada lansia, misalnya dalam amalan dzikir tarekat dengan cara yang telah ditentukan dalam *latifah*.

Metode disertai dzikir tersebut sangat relevan dengan kebutuhan para lanjut usia yang semakin cenderung menerima kesadaran keagamaan secara total sehingga ada keinginan untuk selalu dekat dengan sang Pencipta Allah Swt.

¹¹ Wawancara dengan mursyid tarekat Qodiriyyah Wa Naqsyabandiyah, pada tanggal 27/04/2018, pukul 19.30 WIB

Mengikuti tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* memang memberikan pengaruh positif pada pengikutnya. Oleh karena itulah setiap individu memiliki cara tersendiri yang beragam untuk menyelesaikan permasalahan hidupnya, apalagi di masa seperti saat ini yang penuh dengan tuntutan, sehingga rentan orang akan mengalami permasalahan. Namun hal tersebut tergantung dengan kemampuan seseorang menyelesaikan suatu masalah. Oleh karenanya sudah tentu apabila para penganut tarekat, khususnya tarekat *Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah* akan memiliki kehidupan keagamaan yang lebih mantap dan memiliki karakteristik perilaku keagamaan yang khas yang sangat mempengaruhi strategi coping mereka dalam menghadapi kesulitan hidup.

Hal ini sebagaimana dinyatakan oleh seorang lansia penganut TQN di Desa Podorejo, dari salah satu subjek menyatakan bahwa jika ia mengalami masalah seberat apapun kalau memang imannya kuat pasti bisa menghadapinya. Berusaha, sabar dan tidak putus asa itulah kuncinya. Namun yang paling inti adalah “*kesabaran*” sebab itu yang paling menang. Ia juga melakukan amalan dari tarekat yaitu beristighfar, sholawat yang banyak kemudian berdzikir *Nafi Isbat* dan *Ismu Dzat*.¹²

Berdasarkan hal tersebut, penulis sangat tertarik untuk meneliti bagaimana “*Strategi Coping Lansia, Tarekat Qodiriyah Wa Naqsyabandiyah Dalam Menghadapi Kesulitan Hidup (Adversities) Di Desa Podorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung*”.

¹² Wawancara dengan subjek (xx), pada tanggal 02/06/2018, pukul 20.00-21.00 WIB

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang diuraikan diatas tersebut, fokus penelitian dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran strategi coping pada lansia penganut TQN desa Podorejo mengatasi suatu kesulitan hidup?
2. Bagaimana peranan amalan TQN yang diajarkan terhadap strategi coping individu?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian diatas, maka peneliti merumuskan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui suatu gambaran strategi coping pada lansia sebagai penganut TQN dalam mengatasi kesulitan hidup.
2. Untuk mengetahui peranan dari amalan TQN yang dimiliki dalam strategi coping individu.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih keilmuan khususnya pada jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, dan juga pendidikan lainnya. Serta memberi gambaran dan referensi lebih lanjut mengenai strategi coping.

2. Manfaat Praktis

Selain memberikan manfaat secara praktis, penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan manfaat praktis, yaitu:

- a. Dapat memberikan suatu informasi tentang strategi coping dari lansia yang menganut TQN. Dengan begitu penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan untuk mengikuti tarekat dan mendalaminya.
- b. Bagi jurusan sebagai tambahan referensi penelitian dan khasanah keilmuan dalam bidang psikologi atau tasawuf psikoterapi.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.
- d. Bagi masyarakat luas agar memiliki kesadaran bahwa sebagai seorang manusia sudah seharusnya kita selalu berusaha mencapai ketenangan jiwa melalui pendekatan spiritual yang sangat penting bagi kehidupan manusia itu sendiri.

- e. Bagi peneliti sendiri agar mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan selama dalam perkuliahan dan selalu meningkatkan kualitas ibadahnya.
- f. Bagi jama'ah tarekat agar dapat dijadikan sebagai media dakwah terhadap masyarakat dalam penyebaran ajaran dan keilmuan tarekat yang digunakan dalam mencapai ketenangan.

E. Keaslian Penelitian

1. Badruzaaman, Skripsi Strategi Coping Stress Orang Tua yang memiliki Anak Pecandu Narkoba, UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2010. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus serta menggunakan wawancara terstruktur dan observasi untuk memperoleh data penelitian. Hasil penelitian terhadap ketiga orangtua A, B, C yang diteliti terdapat kesamaan dalam strategi coping yang digunakan, yaitu *problem focused coping*. Orangtua berperan aktif dalam kesembuhan anaknya dari kecanduan narkoba dengan membawa ketempat rehabilitasi dan mendukung proses terapi yang dijalani anaknya. Ditemukan juga bahwa strategi yang digunakan orangtua tersebut adalah *emotional focused coping*, dalam hal tersebut orangtua pecandu mengontrol perasaannya agar tidak merasa berat dengan permasalahan yang menimpanya.
2. Aminatul Ummah, Skripsi Strategi Coping Murid Tarekat Syadzilyah (Studi Kasus di Pondok PETA Tulungagung), IAIN Tulungagung, 2015. Metode pendekatan ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Penelitian ini menjelaskan

tentang berbagai permasalahan yang dihadapi oleh murid Tarekat Pondok PETA, serta bagaimana usaha untuk menyelesaikan permasalahan/coping, dari setelah mendapat suatu *ijazah* amalan dan melakukan suluk di pondok tersebut. Dalam penelitian tersebut ada tiga subjek dan hasil penelitian menunjukkan bahwa dua dari ketiga subjek lebih menggunakan aspek *emotional focused coping*, sedangkan satu diantaranya lebih menggunakan *problem focused coping*. Namun dengan demikian ketiga subjek memiliki strategi yang sama dalam mengatasi masalah yakni dengan mengamalkan *ijazah* amalan yang telah diberikan oleh *mursyid*, sehingga subjek merasa lebih tenang dan siap ketika menghadapi masalah.

3. Muhammad Arista Akbar, Skripsi Gambaran Stress dan Strategi Coping pada Orangtua dengan Anak Tunaganda, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Depok, 2008. Metode pendekatan pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif dimana pengumpulan data melalui hasil wawancara. Penelitian ini untuk melihat gambaran stress dan strategi coping dengan anak tunaganda. Orangtua yang memiliki anak tunaganda memiliki peran dan tugas yang berat dibanding dengan orangtua yang memiliki anak normal. Penelitian ini membahas mengenai berbagai masalah yang dapat menjadi sumber stressor pada orangtua yang memiliki anak tunaganda, dimana biasanya orangtua mengkhawatirkan kemandirian dan masa depan anaknya. Berbagai sumber stress yang dialami orangtua, cara coping yang paling banyak digunakan adalah *planful problem solving* yang merupakan bagian dari *problem focused coping*.

Perbedaan penelitian ini dari ketiga penelitian diatas ialah mengenai subyek penelitian. Tetapi hampir sama dengan penelitian nomor satu yaitu sebagai pengamal dan penganut tarekat. Namun yang membedakan dengan penelitian tersebut adalah subjek yang sudah berusia lanjut serta tempat dan aliran tarekat. Strategi coping merupakan cara yang dilakukan untuk mengatasi masalah, setiap individu memiliki cara tersendiri dalam menyelesaikan dan menghadapi suatu permasalahannya. Tidak jarang orang mengalami stress ketika tertimpa suatu permasalahan, pada akhirnya menimbulkan perilaku yang menyimpang. Sedangkan dalam ajaran tarekat ini individu (penganut tarekat) diajarkan untuk selalu siap dalam menghadapi suatu permasalahan. Amalan tarekat bertujuan untuk membimbing pengikutnya agar sampai pada hati yang tenang dan terang, sehingga segala masalah dapat diatasi dengan baik dan sikap positif.