mengajar VB (1983. 14) bimbingan berarti pemberian bantuan kepada orang atau sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup, yang mana bantuan tersebut bersifat psikis (kejiwaan), bukan pertolongan finansial, medis dan lain sebagainya.

Dengan adanya bantuan ini seseorang akhirnya dapat mengatasi sendiri masalah yang dihadapinya sekarang dan akan lebih mampu untuk menghadapi masalah yang akan dihadapi kelak[2], dengan demikian bimbingan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup dan menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah swt yang seharusnya hidup dan selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah,[3] melalui usahanya yang dilakukan sendiri dengan bimbingan yang diberikan oleh Akademi Parapsikologi untuk menemukan dan mengembangkan kemampuannya agar memperoleh kebahagiaan pribadi dan kemanfaatan sosial dengan memahami diri, lingkungan dan Tuhan dengan jalan meditasi sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2. Meditasi Islami

Meditasi dalam perspektif psikologi adalah pemikiran reflektif atau perenungan yang memakan waktu lama,[4] sementara meditasi dalam aplikasi kehidupan adalah melaksanakan suatu sikap perbuatan dengan rileks dengan

---

[2] M. Arifin dan Etty Kartikawati, *Materi Pokok Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta, Universitas Terbuka, 1992), hlm. 3.

[3] Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1994), hal, 5.

[4] Dali Gulo, *Kamus Psychology*, (Bandung: tp, 1982), hal.155.

sadar untuk mencapai kondisi seimbang dan selaras dengan cara menyatukan suatu sikap dan pikiran kedalam satu arah yang sempurna[5] dan dilakukan dengan berkesinambungan. Adapun meditasi islami yang dimaksud oleh penyusun adalah pemikiran reflektif tentang sesuatu hal yang berkaitan dengan kehidupan —baik yang nyata ataupun bersifat ghaib, alam semesta, dan Tuhan, yang oleh pengembara spiritual disebut dzat keberadaan— yang kemudian terefleksikan dengan kesadaran dalam sebuah bentuk kehidupan yang sesuai dengan kapasitasnya sebagai mahluk Allah swt dengan akhlak dan akidah yang ada dan sesuai dengan ajaran Islam.

Sehingga dengan perenungannya tersebut seorang meditator (pelaku meditasi) akan mampu menyadari tentang keberadaan dirinya, lingkungannya dan penciptanya. Selama ini meditasi secara "formal" dalam dunia Islam hanya dikenal oleh mereka yang senang dengan perjalananan spiritual dan mistik yang dibimbing langsung oleh mursyid-mursyid tarekat atau badal yang diangkat oleh mursyid untuk mengarahkan perjalanan spiritual murid[6] atau kalau dalam penelitian ini dibimbing oleh instruktur yang dalam hal ini dipercaya oleh Akademi Para Psikologi Jember Jawa Timur untuk melakukan bimbingan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Selain meditasi, kita sering akrab dengan beberapa istilah yang mempunyai maksud dan tujuan dasar sama, seperti dalam agama Islam kita sering menggunakan kata tafakur yang mempunyai makna mengheningkan

---

[5] Vinneka Tunggal Eka, ASHTAVAKRA GITA **http://shantigriya.tripod.com/bhagavad/bhagavad.htm**

[6] Imron Arifin, *Dabus Ilmu Kekebalan dan Kesaktian dalam Tarekat Rifa'iyah*, Kasus: Pesantren Nurul Haq Surabaya, (Malang: Kalimasahada Press, 1993), hlm. 30.

cipta, menyadari, berpikir dalam-dalam, dan merenungkan.[7] Dalam hal ini, kita banyak menjumpai kata tersebut dalam kitab suci al-Quran. Oleh karena itu dalam pembahasan ini penyusun memberikan batasan yang sama antara meditasi, tafakur, dan tadzabur. Apabila dalam penulisan ini selanjutnya diketemukan istilah sebagaimana tersebut di atas, maka kata-kata tersebut memiliki arti sama dalam aplikasinya dan memiliki keterkaitan dalam proses menemukan kesadaran yang sempurna. [8]

3. Akademi Parapsikologi Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM PRANA

Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM Prana" adalah suatu lembaga yang intens dalam pengembangan spiritual termasuk di dalamnya meditasi, dzikir, ilmu hikmah yang telah dikemas sedemikian rupa sehingga mudah dipahami dan diamalkan oleh orang awam (tidak mempunyai pemahaman keagamaan secara mendalam), olah nafas dan beladiri dengan menggunakan bio energi (kekuatan alam), dan penelitian ilmiah supranatural yang memberikan bimbingan meditasi, pengobatan alternatif modern serta rehabilitasi korban Narkoba. Adapun lembaga yang dimaksud dalam penelitian ini adalah Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM Prana" Po. Box 285 Jember 68100 Jawa Timur Indonesia Hot Line: (0331)-422123.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[7] S.Wojowasito, *Kamus Bahasa Indonesia dengan ejaan yang disempurnakan menurut pedoman Lembaga Bahasa Nasional*, (Bandung: Shinta Dharma, 1972), hlm. 290.

[8] Malik Badri, *Fiqih Tafakur: Dari Perenungan Menuju Kesadaran Sebuah Pendekatan Psykologi Islami,* (Solo, Intermedia:2001), hlm. 91.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan istilah kunci yang ada dalam judul skripsi sebagaimana tersebut di atas, maka maksud penelitian ini adalah mengkaji bimbingan meditasi islami yang dilakukan Akademi Parapsikologi Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM Prana, Jember Jawa Timur.

B. Latar Belakang Masalah

Manusia diciptakan Allah SWT selain sebagai makhluk individu juga sebagai makhluk sosial, yaitu makhluk yang berkodrat hidup dalam masyarakat yang dalam mencukupi hidupnya memerlukan manusia lain yang bersama-sama hidup dalam masyarakat dan selalu berhubungan satu sama lain baik disadari maupun tidak.

Namun demikian, dalam menjalani kehidupannya manusia sering dihadapkan pada persoalan tentang sejauhmana ia mampu beradaptasi dengan kemajuan dan perkembangan zaman. Lebih-lebih pada saat sekarang ini, ketika krisis moral dunia modern merupakan masalah yang dirasakan oleh semua anak bangsa di dunia, tidak terkecuali Indonesia yang dikenal sebagai bangsa yang memiliki tingkat religiusitas tinggi.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Hal yang tak terelakkan adalah bahwa kemajuan peradaban manusia telah menggeser dan merubah norma-norma yang dihormati, baik yang dirasakan oleh masyarakat lokal maupun masyarakat secara global. Sehingga muncullah dua kelompok ekstrim, *pertama*, kelompok yang *commited* pada norma, tradisi, dan ajaran agama secara konsisten yang diyakini sebagai pedoman hidup (*way of life*). *Kedua*, kelompok baru yang sedang menghadapi dunia kontemporer dan memiliki pola pikir dan prilaku yang berbeda dengan kelompok pertama. Di antara dua

kelompok tersebut tidak jarang terjadi benturan-benturan sikap prilaku (*clash of attitude and behaviour),* intoleransi, tidak ada kesepakatan bersama untuk membina dan membentuk suatu paradigma baru yang kondusif demi terealisasinya kemaslahatan, baik yang bersifat personal maupun kolektif.[9]

Kemajuan peradaban manusia seharusnya memberikan kebahagiaan yang lebih banyak kepada manusia dalam hidupnya. Namun fakta yang terjadi malah sebaliknya bahwa kebahagiaan, ketentraman itu ternyata semakin jauh, hidup semakin sulit, kesulitan material berubah menjadi mental (*psikis*), bahkan jiwa semakin berat, kegelisahan, ketegangan, dan tekanan perasaan lebih sering terasa dan lebih menekan. Semua itu telah mengurangi bahkan menghapus kebahagiaan. Tragedi tersebut muncul disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah kebutuhan hidup yang terasa meningkat, perasaan individualistik dan egois, persaingan dalam hidup dan keadaan lingkungan yang tidak stabil.[10]

Perubahan sosial budaya sebagaimana tersebut di atas, merupakan gejala alami dan manusiawi, artinya kehadirannya merupakan suatu yang bersifat *mutable* (sunatullah), meskipun kehadirannya harus melalui suatu proses durasi waktu yang bersifat *imutable.* Perubahan merupakan wujud dari adanya gerak dinamika kehidupan manusia yang tidak dapat dilepaskan dari dimensi ruang dan waktu. Perubahan, selain sebagai gejala alami, juga merupakan hasil *grand design*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[9] S. Mulyana, *Konsep Pendidikan Moral Dalam Keluarga Dan Masyarakat*, Scienta Islamica, No. 2, Vol. I, Th. 2001, hlm. 63.

[10] Lihat Zakiah Darajat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1996), hlm. 10-13.

dan dari hasil pemikiran kreativitas manusia yang didesak oleh kebutuhan untuk terus melakukan perubahan, penemuan, dan pembaharuan.[11]

Seiring dengan perkembangan kemajuan gerak kehidupan dan dinamika masyarakat sebagaimana disinggung di muka, maka kondisi dan realitas tersebut telah menarik perhatian yang serius baik dari kalangan *psikolog, spiritual, budayawan* maupun para ahli yang bergerak dalam masalah-masalah kejiwaan, semua itu dalam rangka dan upaya untuk memberikan orientasi dan memperkaya bekal pengetahuan manusia tentang potensi yang ada di dalam dirinya, sehingga dapat memanfaatkan secara optimal mungkin potensi yang dimilikinya dalam menghadapi kemajuan peradaban.

Di dalam kitab suci umat Islam (Al-quran) telah jelas dinyatakan bahwa "Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya."[12] Ayat ini menegaskan bahwa manusia telah diciptakan dalam bentuk dan fungsi yang sebaik-baiknya, baik dalam bentuk dan struktur raga (perangkat fisik manusia) ataupun jiwa. Dengan demikian idealnya manusia dapat mensyukuri, menyadari dan memanfaatkan secara maksimal kesempurnaan yang dianugerahkan Allah swt tersebut dalam menjalankan aktifitas kehidupan dimuka bumi dengan sempurna.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dalam kenyataan, bahwa pada umumnya kita telah memanfaatkan hanya sedikit saja dari potensi lahir dan bathin yang kita miliki. Seorang ilmuwan menyatakan, "Kemungkinannya 99% dari kemampuan manusia telah disia-siakan.

---

[11] Effat al-Sharqowi, *Filsafat Kebudayaan Islam,*(Bandung: Pustaka Press, 1986), hlm. 5.

[12] *Lihat* al-Qur'an Surat At-Tiin ayat 4.

Saat ini walau banyak dari antara kita memandang diri berkebudayaan dan berpendidikan, namun sebagian terbesar waktu yang dimiliki hanya dipergunakan untuk berbagai kegiatan seperti mesin-mesin otomatis yang bekerja rutin dan hanya sekilas saja sempat memandang kepada sumber luar biasa daripada pikiran manusia, dan pandangan sekilas itupun hanya dilakukan sekali dua kali sepanjang kehidupan".[13]

Sementara itu, peradaban Barat yang diagungkan oleh manusia modern lebih menitikberatkan perhatiannya kepada dunia luar, melakukan kegiatan untuk mendominasi dan menaklukkan alam, maka dengan perbuatannya itu dihasilkanlah prestasi teknologi yang gemilang tetapi untuk itu mereka juga harus membayar mahal. Di dalam peradaban sedemikian canggih itu, maka pengalaman jiwa yang bermukim di dalam diri sendiri hampir seluruhnya diabaikan.

Lebih jauh dari itu, pada saat sekarang ini manusia sudah merasa terasing dalam kehidupannya, tekhnologi yang mereka ciptakan justru mempersempit eksistensi dari kemanusiaannya, mereka bahkan diperlakukan seperti robot yang tidak memiliki perasaan, rasa cinta, damai dan keadilanpun hilang. Kelapangan hati menjauh dari umat manusia yang sedang menjerit menuntut perluasan diri dan sampai pada kondisi dimana manusia terfragmentasi secara psikologis-spiritual. Kesemuanya menggambarkan semacam keterputusan diri, baik dengan diri sendiri, orang lain, dan bahkan dengan Tuhannya. Sejak itulah spiritualisme kembali dicari. Semakin banyak orang yang mulai menyadari bahwa " percobaan modern " telah gagal.

---

[13] Avadhutika Anandamitra Acarya, *Meditasi: MelampauiBatas Kesadaran Supra,*(Jakarta , Persatuan Ananda Marga Indonesia :1991), hlm.1.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Menjelang akhir abad ke- 20, usaha manusia untuk menemukan bagian yang hilang dari manusia mulai marak di seluruh dunia, maka terlihat dimana-mana perhatian orang terhadap ilmu-ilmu spiritual dan daya-daya *psikis* dari hasil pemikir-pemikir spiritual Timur yang sempat terpendam seperti *Zen, Reiki, Tao, Yoga* dan meditasi kini kembali digali oleh mereka yang cinta dengan pengembaraan spiritual.

Di Indonesia misalnya, bermunculan nama-nama seperti Anand Ashram, Bali Usada, Brahma Kumaris, Akademi Para Psikologi atau bahkan lembaga yang langsung mencantumkan label-label dari salah satu institusi agama dalam hal ini misalnya Hikmah Sejati, Nursyifa, An Nuur, Barzakh atau lembaga – lembaga pengkajian agama seperti program studi Islam Paramadina dan Pusat Kajian Tasawuf yang semakin banyak pengikutnya. Demikian juga pemakaian obat-obat perangsang untuk memperluas pengalaman psikis, mistisisme, hipnotisme, meditasi, dan sikap mental kreatif memberikan gambaran bahwa umat manusia dewasa ini nampaknya semakin haus terhadap pengalaman dan pengembaraan ritual untuk membuat ketentraman batin.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Fenomena bangkitnya spiritualisme atau mistisisme, sering pula disebut sebagai kebangkitan *New Age* (Zaman Baru) yang ditandai oleh pendekatan spiritual dalam melihat segala peristiwa. Menurut Budhy Munawar Rachman, spiritualisme sudah menjadi landasan hidup manusia di Timur sejak ribuan tahun yang lalu. Tapi spiritualisme kemudian menghilang karena perkembangan ilmu pengetahuan Barat yang rasionalis, hedonis dan pragmatis bahkan spiritualisme

kesadaran supra, di sini ada beberapa cara yang didalamnya terdapat penggabungan antara konsentrasi keteraturan pernafasan dan zikir yang kemudian dikenal dengan istilah Medzik (Meditasi Zikir).

Dari hasil penggabungan ini, Akademi Parapsikologi menyatakan adanya konsep *cyber metafisika* untuk pengembangan titik simpul batin manusia (*isobionic*). Untuk mencegah pemahaman "sesat" para penggemar supranatural terhadap kemampuan luar biasa simpul batin manusia (*isobionic*) yang sesuai dengan akidah Islam, maka di Akademi Para Psikologi diadakan bimbingan spiritual yang dipimpin oleh pendiri Akademi Para Psikologi dalam hal ini Bapak Rizki Sukmono yang pernah mendapat bimbingan langsung dari guru rohaninya KH. Shohibul Wafa Tadjul Arifin Mursyid dari pondok pesantren Suryalaya, Tasikmalaya Jawa Barat dan beberapa tokoh spiritual lainnya.

Dari sinilah *muncul* ketertarikan penulis untuk mengadakan penelitian mengenai hal di atas berkaitan dengan pelaksanaan bimbingan meditasi yang disesuaikan dengan akidah Islam dan dikembangkan sesuai dengan hasil penelitian Laboratorium Ilmiah Metafika Indonesia LSM Prana.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang di atas, maka dapat penulis rumuskan permasalahan penelitiannya sebagai berikut :

1. Bagaimanakah konsep meditasi islami dalam perspektif Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisika LSM Prana" Jember Jawa Timur?

2. Bagaimanakah bimbingan meditasi islami yang dilakukan oleh Akademi parapsikologi Laboratorium Ilmiah Metafisika "LSM Prana" Jember Jawa Timur?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pandangan Akademi parapsikologi tentang meditasi islami.
2. Mengetahui proses pelaksanaan bimbingan meditasi Islami di Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM Prana" Jember Jawa Timur.

E. Kegunaan Penelitian

1. Untuk menambah wawasan keilmuan para pembaca mengenai pengembaraan spiritual khususnya meditasi yang berwawasan keislaman dan urgensinya dalam kehidupan.
2. Pengembangan bimbingan meditasi Islami di masyarakat baik melalui institusi-institusi formal maupun nonformal.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

F. KERANGKA PEMIKIRAN TEORITIK

1. Tinjauan tentang Manusia dan Kehidupannya

Manusia diciptakan menurut citra Tuhan.[15] Karena itulah manusia merupakan mahluk ciptaan Tuhan yang paling sempurna.[16] Dalam hal ini Imam al-Ghazali memberikan pemaknaan bahwa manusia terdiri dari *nafs,*

---

[15] R. Soegoro, *Meditasi Triloka Jalan Menuju Tuhan*, (Jakarta : Gramedia, 2002) hlm.89.

[16] Lihat Al-Qur'an Surat At-Tiin ayat 4.

ruh, qalb, dan 'aql.[17] Namun dalam perjalanan hidupnya semua manusia tidak pernah memperoleh kesempurnaan.

Memang benar semua manusia memiliki potensi untuk menjadi sempurna, tetapi hanya manusia *insan kamil* atau manusia yang memiliki *kesadaran terhadap jagad raya*[18] sajalah yang dapat dikatakan sebagai manusia sempurna. Adapun manusia yang termasuk dalam kualifikasi *insan kamil* menurut Ibn 'Arabi adalah manusia yang dapat dengan sempurna memantulkan nama-nama dan sifat-sifat Tuhan dalam kehidupannya dan telah mencapai martabat paling tinggi dalam kesadarannya, yakni manusia yang telah menyadari sepenuhnya kesatuan hakikatnya dengan Tuhan.[19] Dalam konteks ini, kita sampai kepada suatu pengakuan bahwa disetiap kaum, zaman, agama dan bangsa pasti terdapat beberapa orang yang telah memiliki kesadaran jagad raya.

Manusia juga merupakan ciptaan yang unik, sebenarnya banyak aspek yang melekat pada diri manusia dimiliki oleh makhluk ciptaan Tuhan yang lain, bahkan di era teknologi modern dewasa ini terdapat beberapa jenis mesin yang diciptakan untuk menggantikan fungsi manusia.[20] Walaupun demikian

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[17] Sa'id Hawwa, *Jalan Ruhani, Bimbingan Tasawuf Bagi Aktifis Islam*, (Bandung: Mizan,t,t.) hlm.32.

[18] R.Paryana Suryadipura, *Manusia dengan Atomnya, dalam Keadaan sehat dan sakit,* (Semarang: Usaha Mahasiswa 1958), hal.164. Dalam bukunya disebutkan nama-nama orang yang telah mencapai kesadaran Jagad Raya, antara lain Nabi Musa, Yesaya, Gautama Budha, Socrates , Nabi Isa, Paulus, Plotinus, dll. Tentu saja dalam tingkatan kesadaran yang berbeda-beda, dari yang paling tinggi sampai yang paling rendah di kalangan masyarakat Indonesia juga terdapat orang semacam ini yaitu para wali, pujangga, para kyai ternama, dsb.

[19] Yunasril Ali, *Manusia, Citra Ilahi, Pengembangan Konsep Insan Kamil Ibn'Arabi oleh Al-Jili*, (Jakarta: Paramadina 1997), hlm.14.

[20] R.Soegoro, *Op.Cit.*, hlm. 90.

tetap saja manusia memiliki kelebihan-kelebihan yang tidak dimiliki oleh makhluk ciptaan yang lain. Manusia mempunyai kesadaran hati nurani, akal budi, perasaan, kebijaksanaan, logika, dsb yang tidak bisa digantikan oleh mesin secanggih apapun.

Menyadari potensi yang dimiliki belum dapat diungkapkan dan dikembangkan secara maksimal, wajarlah apabila manusia selalu berusaha untuk meningkatkan kemampuannya. Kesadaran inilah yang telah membangkitkan semangat dan memberikan dorongan untuk selalu melakukan penelitian dan eksperimen dengan suatu arah yang jelas yaitu terwujudnya pengembangan diri secara utuh, yang meliputi segala aspek kehidupan baik jasmani maupun rohani, fisik, mental maupun spiritual.

Dalam dunia ini sebenarnya yang dicari oleh kebanyakan manusia dalam hidupnya adalah kebahagiaan dan ketenangan batin serta keselarasan hidup.[21] Tidak sedikit di antara mereka berusaha mencarinya, walaupun mungkin mereka tidak mengetahui dengan jelas apa yang hendak dicarinya dan bagaimana cara mendapatkannya. Bahagia menurut kebanyakan orang merupakan tujuan yang paling banyak dicari. Bagi orang-orang yang bernasib kurang baik, kebahagiaan seperti ujung dari pelangi yang berupa pot emas. Mereka mengejar pelangi selama hidupnya seperti mengejar bayangan masing-masing karena tidak mungkin mengejar sesuatu yang letaknya di dalam diri

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[21] Sumber: *How to live without fear and worry.* Dikutip dari Buddha Cakkhu No.24/XIII/92)

kita sendiri, Kebahagiaan berada dalam jalan mencapainya dan bukan pada tujuan yang hendak dicapai.

Manusia sering merasa bingung disebabkan mereka merasa banyak menjumpai kekacauan dan kekalutan batin. Mereka diserang oleh bermacam-macam perasaan yang tidak memuaskan atau yang kurang menyenangkan hatinya. Sehingga pada akhirnya kebanyakan dari mereka, kemudian menempuh cara yang salah untuk mendapatkan ketenangan batin dan keselarasan hidup ini. Mereka cenderung melihat dan mencari di luar dirinya sendiri. Akibatnya, dunia ini merupakan sumber semua kegelisahan. Mereka mencari penyelesaian persoalannya dalam keluarganya, di dalam pekerjaannya, atau di dalam pergaulan dan sebagainya. Mereka beranggapan kalau dapat mengubah keadaan sekelilingnya, mereka akan menjadi tenang dan bahagia.

Tetapi saat ini banyak juga dijumpai orang yang telah menyadari kenyataan dan berpaling, yaitu menunjukkan perhatiannya kepada sumber yang sebenarnya dari kebahagiaan dan kegelisahan, yaitu pikirannya sendiri. Menunjukkan perhatian ke dalam diri sendiri, dalam pikirannya sendiri, inilah yang dinamakan dengan meditasi. [22]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[22] Venerable Piyananda, alih bahasa: Jinapiya Thera Dikutip dari Pengabdian Tiada Henti, 20 th Abdi Dhamma Sangha Theravada Indonesia Naskah Asli: Health and Happiness through Meditation - Vesak Sirisara, Sri Saddharmadana Samitiya —Srilangka.

1. Tinjauan tentang Meditasi

a. Pengertian Meditasi

Meditasi memiliki pengertian-pengertian seperti; proses untuk mengetahui "diri saya pribadi" secara penuh, baik itu siapa saya yang "di dalam" dan bagaimana saya bereaksi terhadap apa yang ada "di luar". Meditasi memiliki persamaan makna dengan kontemplasi, konsentrasi (semedi) atau penyerahan diri. Meditasi bisa juga berarti proses "penyembuhan" secara emosional, mental dan juga secara fisik. Meditasi juga berarti menggunakan mind (pikiran) secara benar atau berpikir positif, bukan menolak segala bentuk pikiran (thought) tetapi menggunakannya secara benar.

Dari pengertian-pengertian tersebut di atas dapat disintesiskan bahwa meditasi pada dasarnya merupakan pemikiran reflektif atau perenungan yang memakan waktu lama atau suatu proses daya cipta batin yang tidak pernah berakhir dan kemudian akan mengantarkan seseorang pada sebuah "kesadaran tinggi" sehingga terefleksikan dalam kehidupannya yang "utuh", karena dengan kesadaran yang tinggi tersebut seorang meditator akan mampu mengetahui hal terkecil sekalipun yang ada dan terjadi di dalam diri dan lingkungannya yang pada akhirnya akan mampu mengantarkan pada pengakuan tentang "keadaan" bahkan "kehadiran" Tuhan kapan dan dimanapun ia berada. Oleh karena itu, menurut Anand Krishna meditasi adalah gaya hidup dan harus menjadi dasar kehidupan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

seseorang, setelah itu baru ia dapat disebut meditator.[23] Pada saat meditasi, kita memusatkan perhatian hanya pada satu objek atau aktivitas, hal ini merupakan metode alami yang digunakan untuk melemaskan pikiran yang sadar tanpa menghilangkan kewaspadaan (para dokter menyebut keadaan meditasi dengan istilah "ketenangan kewaspadaan").[24]

Dewasa ini meditasi telah banyak dipraktekkan oleh orang-orang dari berbagai bangsa dan agama. Mengapa demikian? Karena kerja pikiran itu tanpa memakai corak bangsa atau agama tertentu. *Jadi tugas meditasi adalah untuk mengerti atau menghayati sifat pikiran di dalam kehidupan sehari-hari.* Pikiran adalah kunci kebahagiaan, sekaligus juga merupakan sumber penderitaan. Satu hal yang perlu digarisbawahi bahwa meditasi dapat dilaksanakan oleh setiap orang tanpa menghiraukan corak dan identitas agamanya.[25]

Dengan cara demikian (meditasi) ini, maka kita akan mendapatkan ketenangan dan keseimbangan batin. Bahkan, akhirnya anda dapat menghentikan pikiran yang melamun, berkeliaran menghabiskan tenaga dengan sia-sia. Pikiran tenang sebenarnya bukanlah tujuan akhir meditasi. Ketenangan pikiran hanyalah salah satu keadaan yang diperlukan untuk mengembangkan pandangan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[23] Anand Krishna, *Seni Memberdaya Diri 1 Meditasi Untuk Manajemen Stress & Neo Zen Reiki Untuk Kesehatan Jasmani dan Rohani*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001), hlm. 51.

[24] Stella Weller, *Yoga Terapi; Ikhtiar Penyembuhan Praktis, Tetap Sehat dan Bugar*, terj, Eri D.Nasution, (Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada , 2002), hlm. 98.

[25] Venerable Piyananda, Ibid

terang. Dengan perkataaan lain, ketenangan pikiran mutlak diperlukan bila kita ingin mendapatkan pengertian benar mengenai diri sendiri dan dunia ini dengan semua proses dan persoalannya.

Meditasi ketenangan melatih pikiran sedemikian rupa ke dalam tingkat konsentrasi yang disebut *'jhana'* untuk mengembangkan kekuatan batin. Keadaan konsentrasi yang kuat demikian ini sebenarnya tidak praktis atau tidak perlu bagi seseorang yang hidup di jaman kemajuan yang penuh dengan kesibukan ini.

Pada umumnya, dalam kehidupan sehari-hari, pikiran selalu berlompatan ke masalah yang telah lewat atau yang sekarang juga ke masalah yang akan datang, dari satu tempat ke tempat yang lain. Sebenarnya, hal ini hanya menghabiskan banyak tenaga. Kalau kita dapat melatih mengendalikan pikiran dalam suatu konsentrasi yang diperlukan —tidak perlu yang tinggi— untuk dipergunakan dalam setiap tugas yang dihadapi disetiap saat kehidupan, hal semacam ini kiranya sudah cukup baik. Kalau kita sedang membaca, jalan, duduk, bercakap-cakap, atau segala sesuatu yang sedang dilakukan di dalam kehidupan sehari-hari, usahakanlah selalu sadar. Dengan pikiran tenang, perhatian ditujukan ke segala sesuatu yang sedang dilakukan, yang sedang dihadapi. Belajarlah untuk memusatkan pikiran kepada setiap tugas yang sedang dihadapi. Dengan perkataan lain, hiduplah saat sekarang ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

b. Tujuan dan manfaat Meditasi

Dewasa ini meditasi digunakan dalam banyak hal. Ada yang melakukan meditasi untuk mendapatkan kedamaian dan kekuatan jiwa, ada yang melakukannya untuk pengendalian diri, bahkan ada yang hanya untuk mendapatkan ketenangan atau relaksasi setelah seharian bekerja keras. Diantara banyak manfaat yang bisa diberikan oleh meditasi, yang paling utama dan memiliki makna spiritual yang paling tinggi adalah realisasi diri Meditasi memang memberikan kemungkinan yang sangat luas untuk mencapai realisasi diri yang maksimum, karena ia merupakan jalan penyucian jiwa untuk menemukan kembali keadaan jiwa yang sejati, yang sekarang tidak lagi dirasakan oleh banyak orang.

c. Meditasi dalam perspektif Islam

Pada dasarnya dalam ajaran Islam Meditasi mempunyai posisi yang sangat urgen bahkan dalam aplikasinya sudah sangat mengakar dalam seluruh aktifitas sehari-hari penganut agama Islam. Bagaimana tidak!, dalam ajaran Islam tidak ada aktifitas yang dilakukan dengan tanpa sepenuh hati. Menurut Sayyid Quthub, —sholat, dzikir, puasa dan ibadah formal lainnya— bagi umat Islam adalah wilayah penetapan kehendak yang kuat dan pasti. Juga wilayah persambungan manusia dengan Tuhannya, persambungan ketaatan dan ketundukan-- sebagaimana juga daerah penguasaan terhadap tuntutan-tuntutan jasmani keseluruhannya dan penanggungan tekanannya dan beban

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

beratnya, semata-mata karena pilihan kepada keridaan dan karunia Allah,[26] dalam hal ini Nabi Muhammad pernah bersabda yang kemudian menjadi "acuan kerja" bagi aktifitas seluruh umat islam dalam menjalankan kehidupannya "*berusahalah kamu seolah-olah kamu akan hidup selama-lamanya, dan beribadahlah kamu seolah-olah kamu akan mati besok pagi*" atau dalam al-Qur'an Allah telah berfirman yang artinya "*Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum sehingga kaum tersebut merubahnya…*".[27] Dengan demikian ketika ingin sempurna dalam kehidupannya manusia harus melakukan aktifitasnya dengan konsentrasi dan kesadaran penuh dan keikhlasan hati, serta yakin bahwa Allah tidak akan menyia-nyiakan keseriusannya dan menghargainya dalam bentuk keberhasilan yang sempurna dari segala usaha yang dilakukannya. Dengan demikian seluruh aktifitasnya mempunyai dua makna yang sangat mendasar, pertama makna teologis sebagai wujud pengabdian terhadap Tuhan, dan kedua makna sosial sebagai wujud dari makhluk sosial yang harus melakukan aktifitas kerja demi mencukupi segala kebutuhannya untuk menunjang pengabdian terhadap Tuhan.

Telah kita ketahui bersama bahwa landasan utama bagi seorang muslim adalah al-Qur'an dan Al-Hadits. Keduanya berperan sebagai pedoman hidup umat manusia baik dalam hubungan dengan Allah swt maupun juga hubungan dengan sesama manusia (*hablum*

---

[26] .Makalah, *Puasa Suatu Jenis Kontemplasi*, **http://www.panji.co.id/edisi88/tafsir.html**

[27] QS. Ar-ra'd, ayat 11.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

min allah wa hablum min annasi). Allah swt telah menghamparkan ayat-ayat-Nya agar manusia dapat mengenal dan merasakan eksistensi-Nya. Manusia yang mencoba melihat dan merenungkan secara seksama terhadap dunia berikut penghuninya dibawah bimbingan Al-Qur'an pasti akan mengetahui keberadaan Allah swt sehingga jalan dan cara untuk mengetahui dan menjangkau manifestasi Ilahi adalah dengan cara mengenal diri sendiri.[28] Dalam QS. Al-Maidah:105:

يَاأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ)إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Artinya:

> *"Wahai orang-orang yang beriman! jagalah dirimu sendiri, orang yang sesat tidak akan merugikanmu jika kamu sudah beroleh petunjuk"*[29]

Manusia harus memahami bahwa satu-satunya pembimbing yang sejati adalah Allah swt yang memerintahkan kepada manusia agar mengenal dirinya sendiri. Dengan melihat Allah melalui jendela jiwanya akan sampai pada tujuan hakikinya. Sebagaimana sabda Nabi:

"Barang siapa mengenal dirinya, maka dia mengenal Allah" dan juga sabda nabi "Siapapun diantaramu lebih mengenal Allah, maka dia akan lebih mengenal dirinya sendiri"[30]

---

[28] Imam Ali mengatakan , "Allah bukan dzat yang dipahami dengan pengetahuan. Allah-lah yang menunjukan argumen bagi diri-Nya sendiri," (lihat *Al-Majlis, Bihar Al-Anwar*, Jilid I, hlm.186.

[29] *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Semarang : Toha putra, 1989), hlm.180.

[30] Hadits yang berulang kali dikutip dalam berbagai kitab di kalangan kaum sunni maupun syi'ah.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dengan demikian, aktifitas ritual dan keseharian umat Islam yang seperti digambarkan di atas telah termasuk dalam gambaran umum meditasi yang disepakati oleh tokoh-tokoh spiritual. Adapun meditasi secara "formal" di dalam Islam salah satunya dikenal sebagai aktifitas mistik dalam perjalanan spiritual dan pencarian makna hidup yang hakiki khususnya dalam dunia tasawuf.

Dalam mistik tasawuf timbul suatu kepercayaan bahwa manusia dapat mengadakan komunikasi langsung atau bahkan adanya persatuan dengan Tuhan. Dalam istilah jawa hal tersebut disebut Kasunyataning Agung yang diperoleh melalui tanggapan batin di dalam meditasi.[31] Mistisisme, sebagaimana dalam tasawuf Islam sama-sama mempunyai tujuan untuk memperoleh hubungan langsung yang didasari dengan Tuhan, sehingga terjadi komunikasi dan dialog antar ruh manusia dengan Tuhan, tasawuf lebih mempunyai kecenderungan pada disiplin ilmu dan tahapan-tahapan tertentu.[32]

Adapun berkaitan dengan konsentrasi dan berfikir yang merupakan salah satu aktifitas meditasi untuk kehidupan yang lebih hakiki, dalam ayat al-qur'an kita banyak sekali menjumpai ayat-ayat yang diakhiri dengan anjuran berfikir dan berdzikir. Selain itu tafakur sejak dulu mendapat penghargaan tinggi dari kaum muslimin sehingga Ibnu Abas ra pernah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[31] Simuh, Sufisme Jawa, *Transformasi Tasawuf Islam ke Mistik Jawa*, (Yogyakarta: Bentang, 1999), hlm.25.

[32] Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisisme dalam Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1973), hlm 56.

berkata "Tafakur sesaat lebih baik daripada shalat malam," tetapi yang menjadi permasalahan adalah *tafakur* yang seperti apa? dan bagaimana tafakur yang mempunyai nilai sama seperti yang dikatakan oleh Ibnu Abbas tersebut.

Pada dasarnya tafakur di dalam Islam merupakan salah satu ibadah *ghairu mahdhoh*, tidak dibatasi oleh –selain terhadap dzat Allah-- ikatan tertentu baik tempat, waktu, persoalan gaib maupun nyata. Dengan demikian memiliki kesamaan dengan para meditator pada umumnya, yakni aktifitas meditasi adalah suatu proses daya cipta batin yang tidak pernah berakhir.

Menurut Ven. Pandit P. Pemaratana Nakaya Maha Thera seorang meditator akan mempunyai kestabilan yang sama dengan Budhis, pimpinan agama, dan orang bijak yang menurut Ibnu Arabi *manusia yang mempunyai kesadaran jagad raya (baca: Insan Kamil)* berkembang melalui meditasi yang berkaitan dengan sublimasi, harmonisasi dan integrasi dari semua kwalitas manusia dan kemampuan yang menekankan pada pentingnya usaha individu (Viriya), Hasil dari pelaksanaan ajaran agama ialah daya cipta pikiran (Dhammavicaya), pengetahuan akan kebijaksanaan (Panna), kesadaran langsung dari pemusatan meditasi (Ekaggata), mencintai semua mahluk (Metta) dan keyakinan dengan pengertian (Saddha) terhadap guru yang telah mencapai penerangan sempurna.[33]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[33] **http://www.geocities.com/Athens/Crete/6468/artikel79.html**

2. Dasar dan Tujuan Meditasi dalam Islam

Bila dikaji secara mendalam, maka sesungguhnya dalam ajaran Islam sebagaimana tercantum dalam al-Qur'an, banyak ayat yang memberikan tuntunan agar manusia selalu sadar akan keberadaan dan potensinya sebagai mahluk Tuhan paling sempurna dengan sekian banyak fasilitas yang diberikan oleh Tuhan kepada kita dengan bertafakur dan menggunakan fikirannya untuk merenungkan kebesaran Allah. Manusia sebagai mahluk yang dianugerahi akal pikiran mempunyai kewajiban untuk dapat menggunakan dan menjalankan fungsi yang sebenarnya, dengan memperhatikan segala ciptaan Allah yang nampak di depan mata bahkan ciptaan-ciptaan yang tidak nampak untuk mendapatkan kesadaran sebagai manusia sejati.

Akal pikiran adalah suatu nikmat dan anugerah Allah swt yang sangat luar biasa, karena dengan akal pikiran, seseorang dapat menemukan rahasia-rahasia alam yang tersembunyi. Oleh karena itu, betapa pentingnya peranan akal pikiran dalam segala aktifitas kehidupan ini, sampai Nabi Muhammad saw pernah bersabda:

"Berfikir sesaat lebih bermanfaat dari pada beribadah satu tahun".

Seruan berfikir berulang kali dinyatakan Al-Qur'an, seperti: "*Afalaa ta'qiluun* (apakah kamu tidak berakal?)", "*Afalaa tadabbaruun* (apakah kamu tidak mau berenung?)", "*Inna fii dzaalika la aayatan*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

liqaumin yatafakaruun (sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda/kebesaran Tuhan bagi orang-orang yang memikirkan)".[34]

Selain itu al-Qur'an juga mengajak kita untuk merenungkan tanda-tanda kebesaran Allah di alam semesta dengan merangsang aspek keindahan yang fitri dalam diri manusia. Berikut ini petikan ayat-ayat dari surah al-Fathir yang berisi ajakan dengan cara menggerakan perasaan untuk memperhatikan keindahan aneka warna dan ragam nuansa yang ada di bumi ini, berupa benda-benda mati, tumbuhan, hewan, dan manusia.

أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ ثَمَرَاتٍ مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بِيضٌ وَحُمْرٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٌ(27)وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ كَذَلِكَ إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ(28)

"*Tidakkah kamu melihat bahwasanya Allah menurunkan hujan dari langit lalu Kami hasilkan dengan hujan itu buah-buahan yang beraneka macam jenisnya. Dan di antara gunung-gunung itu ada garis-garis putih dan merah yang beraneka macam warnanya dan ada (pula) yang hitam pekat. Dan demikian (pula) di antara manusia, binatang-binatang melata dan binatang-binatang ternak ada yang bermacam-macam warnanya (dan jenisnya). Sesungguhnya yang takut kepada Allah di antara hamba-hamba-Nya, hanyalah ulama. Sesungguhnya Allah Maha perkasa lagi Maha Pengampun." (Fathir:27-28)*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Disamping itu setelah menganugerahkan kepada hamba-hamba-Nya binatang ternak untuk dimakan dan diambil manfaatnya, Allah Berfirman.

---

[34] Abdul Mujieb AS, *Tujuan Hidup Dalam Pandangan Islam*, (Surabaya, Karya Utama),hal.94

وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ(5)وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ(6)

Artinya:

"*Dan Dia telah menciptakan binatang ternak untuk kamu; padanya ada (bulu) yang menghangatkan dan berbagai-bagai manfa`at, dan sebahagiannya kamu makan. Dan kamu memperoleh pandangan yang indah padanya, ketika kamu membawanya kembali ke kandang dan ketika kamu melepaskannya ke tempat penggembalaan.*" (an-Nahl:5-6)

Allah juga berfirman.

الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ(7)

Artinya:

"*Yang membuat segala sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya dan Yang memulai penciptaan manusia dari tanah.*" (As-Sajdah:7)

Kalau kita mencoba meditasi yang salah satu jalannya dengan bertafakur terhadap segala ciptaan Tuhan dan mencoba merasakannya, dengan landasan dan bukti-bukti seperti apa yang dalam ayat tersebut, maka kita akan sepakat sesungguhnya alam wujud ini indah. Keindahannya tak akan pernah habis, dan manusia mampu mengetahui dan menikmati keindahan ini sampai kepada batas yang tak terhingga, sesuai dengan apa yang ia inginkan dan yang diinginkan oleh penciptanya.

Kemudian tidak mengherankan ketika kedudukan tafakur yang kemudian oleh para sufi dijadikan sarana untuk menunjang meditasi begitu tinggi disisi Allah swt karena dengan itu kita bisa merasakan hakikat dari

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

segala penciptaannya yang kemudian akan mengantarkan kita untuk lebih bersyukur dan taqwa kepada-Nya.

3. Tahap Mencapai Hidup Yang Meditatif

Untuk mencapai kesadaran murni atau kesadaran tinggi dalam meditasi, maka seorang meditator dalam melaksanakan meditasi dan menjalani hidup kesehariannya harus membutuhkan kesadaran, ketenangan serta anak tangga konsentrasi, yang sebenarnya lebih pada pemusatan perhatian dan bukan konsentrasi yang sebenarnya.[35] pada dasarnya konsentrasi akan membuat kita gelisah, sebagaimana kita naik tangga yang pada dasarnya melelahkan. Sebelum kita menaiki tangga konsentrasi, seorang meditator harus dapat mengatasi jiwa sadar yang cenderung ingin bergerak keluar, dan untuk itu seorang meditator harus mampu menyempurnakan dan mengkondisikan kendaraan dari jiwa itu sendiri, yang selama ini dikenal dengan sebutan jasmani, sehingga ketika kita akan meniti tangga konsentrasi kendaraan jiwa kita sampai pada posisi yang sangat rilek.[36]

Hal inilah yang kemudian disebut dalam meditasi dengan sebutan relaksasi. Karena dengan posisi badan kita yang rilek, bukan saja kesehatan badan dapat dipertahankan, tetapi juga membantu

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[35] Irmansyah Efendi, *Kesadaran Jiwa Teknik Efektif Mencapai Kesadaran Tinggi*,(Jakarta, Gramedia), hlm.4

[36] Avadhutika Anandamitra Acarya, *Meditasi: Melampaui Batas Kesadaran Supra* (Jakarta,Persatuan Ananda Marga Indonesia),hal.49

menentramkan serta menguasai jiwa yang pada dasarnya merupakan tujuan akhir dari segala bentuk kehidupan.

Untuk mencapai hasil yang sangat memuaskan dalam melakukan meditasi, maka kita harus mengkondisikan pikiran kita yang terkonsentrasi pada usaha benar, dan pengertian benar, maka seorang meditator akan dapat menghasilkan hasil yang besar. Pikiran yang bersih dan sehat akan menuju kepada kesehatan dan kehidupan yang tenang. Hal ini dapat dicapai apabila pikiran terkendali dan dijaga pada garis yang benar sehingga berguna bagi pemiliknya dan bagi lingkungannya.

Oleh karena itu pada akhirnya meditasi adalah suatu proses daya cipta batin yang tidak pernah berakhir. Meditasi merubah emosi yang tidak terkendali, pikiran dan perasaan menjadi suatu kesatuan harmonis yang menerangi pikiran sehingga kita akan seimbang dalam menjalani segala aktifitas kehidupan. Hal inilah yang terdapat dalam ajaran agama-agama termasuk Islam lihat QS. Al-Fajr :27.

Oleh karena itu tidak mengherankan kemudian meditasi dijadikan sebuah jalan untuk mencapai ketenangan jiwa menuju kesempurnaan lahir bathin yang kembali banyak diminati orang, bahkan bukan hanya kalangan bawah yang awam dengan rasionalitas, tetapi justru telah menjadi tujuan bagi mereka yang berasal dari kalangan eksekutif dan kelompok yang yang mengenyam pendidikan cukup, dan tentu saja rasional. [37]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[37] Penuturan Anand Krishna di **http://www.sabda.org/pendidikan/dci/index.php ?isi=dci_3**

Selain itu, untuk menemukan "tujuan" yang kita cari dalam meditasi kalau kita melihat dalam kandungan ajaran Islam ada beberapa hal yang membuat ibadah kita dalam bentuk apapun bisa diterima oleh Allah dan tercapai sesuai dengan apa yang kita inginkan. Allah berjanji bahwa ibadah dan usaha manusia dalam bentuk apapun yang dilakukan dengan sungguh-sungguh, maka Allah akan mengabulkannya. Usaha ibarat mencari jalan yang akan mengantarkan kepada tujuan kita sementara ibadah adalah kunci yang akan membuka pintu kesuksesan kita. Dalam ini Labib M.Z, mengisyaratkan dengan mengambil intisari firman Allah Surat al-Baqoroh ayat 186, ayat tersebut memuat 5 kunci rahasia diterimanya ibadah, khususnya dalam bentuk do'a sebagai berikut :[38]

a. Ihsan

Do'a yang dilakukan benar-benar ditujukan kepada Allah swt. Dalam hal ini ia harus merasa selalu diawasi oleh Allah, sehingga ia merasakan dirinya dekat dengan Allah swt. Ketika sedang berdo'a tidak mempunyai pemikiran lain, selain aktifitas yang dilakukannya dan Allah yang terlihat dalam hati sanubarinya.

b. Khusu'

Disaat berdo'a fikiran terpusat kepada Allah semata serta harus mendengarkan perkataan lisan dan hati kita juga memperhatikan maksud dan tujuan dari do'a yang kita lakukan. Selain harus dilakukan dengan sungguh-sungguh disertai keuletan dan ketekunan.

---

[38] Labib M.Z, *Pedoman Do'a dan Dzikir Mujarab*, (Surabaya, Anugerah:1990), hlm.15

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

c. Taqwa

Orang yang bisa bersamaan dengan Allah adalah orang yang Taqwa. Adapun orang taqwa senantiasa tunduk dan patuh terhadap kehendak Allah. Baik kehendak-Nya berupa taqdir maupun kehendak-Nya berupa perintah dan larangan, kehendak Allah tersebut di terimanya dengan hati yang tulus, dengan rasa syukur sebagai kemauan Allah yang diresapkan juga menjadi kemauannya. Sementara itu Allah akan menerima do'a orang yang di kehendaki-Nya, sedangkan salah satu dari orang yang dikehendaki-Nya adalah orang yang taat kepada-Nya.

d. Yakin

Dalam berdo'a tidak boleh mengenal jemu ataupun kandas di tengah jalan, berdo'a dilakukan tidak hanya sekali atau dua kali saja, melainkan dilakukan berulang-ulang / terus menerus, karena ada kalanya do'a cepat terkabul dan adakalanya lama sekali baru terkabul. Oleh karena itu, berdo'a diperlukan ketekunan dan keuletan, serta harus penuh pengharapan dan dan keyakinan bahwa do'anya akan terkabul.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

e. Berjihad

Yang dimaksud di sini adalah menyertai do'anya dengan kerja keras/usaha nyata. Merupakan suatu tanda kesungguhan dalam berdo'a jika disertai dengan usaha nyata (berjihad). Untuk mendapatkan

sesuatu yang dihajatkan maka harus melaksanakan ikhtiar dan do'a kepada Allah.

Demikianlah ungkapan dari lima untaian mutiara sebagai kunci rahasia diterimanya ibadah dalam hal ini do'a yang tersimpan dalam firman Allah Surat al- Baqoroh ayat 186 yang pada dasarnya ketika ini dipahami dan dilaksanakan oleh seorang meditator maka tidak diragukan lagi ia akan cepat memasuki "kesadaran tinggi" sehingga akan sampai pada alam yang selama ini oleh para bikhu disebut dengan alam nirvana yakni jawaban dari segala kegelisahan manusia. Seperti yang pernah dikatakan oleh Abraham Lincoln bahwa jika anda berusaha dan berbuat sesuai dengan etika moral pasti akan tercipta surga di dunia ini. Tetapi jika anda melanggar dan mengabaikannya, anda dapat merasakan api neraka di dunia ini.[39] Selain sebagai jalan untuk pengembaraan spiritual dan olah jiwa selama ini meditasi juga dimanfaatkan untuk olah raga dan relaksasi, bahkan bagi umat Budha telah dijadikan sebagai pilihan hidup, karena bagi mereka meditasi ibarat jalan tol yang membuka jalan dan mengajarkan bagaimana cara mencapai pencerahan yang lebih cepat dalam kehidupan ini.[40]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[39] K. Sri Dhammananda Maha Thera, Dikutip dari Buddha Cakkhu No.24/XIII/92

[40]. Makalah Agama Sebagai Jalan Menuju Akhir, **http://www14.brinkster.com/ pvvd/artikels/ dhamma7.htm**

G. METODOLOGI PENELITIAN

Metodologi penelitian merupakan suatu cara atau teknis yang dilakukan dalam proses penelitian dalam rangka memperoleh fakta dan prinsip secara sistematis.[41] Adapun cara atau teknik yang penulis gunakan dalam skripsi ini adalah sebagai berikut:

1. Subjek dan Objek Penelitian

Yang dimaksud subyek penelitian adalah tempat mendapatkan data atau informasi penelitian.[42] Dalam hal ini subyek penelitiannya adalah Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM Prana" Jember Jawa Timur yang di dalamnya terdapat pengurus dan orang-orang yang terlibat secara intens dalam aktivitas Akademi Parapsikologi tersebut.

Adapun dalam hal ini yang menjadi sumber informasi adalah Rizqi Joko Sukmono, Samsul Hadi, Nuruddin, Dedi Ilyas yang dapat memberikan data atau informasi penelitian. Sumber informasi tersebut merupakan *key subject.*

Sedangkan obyek penelitiannya adalah bagaimana pandangan Islam tentang meditasi, konsep Akademi Parapsikologi tentang meditasi Islami, dan proses atau pelaksanaan bimbingan meditasi Islami Akademi Parapsikologi.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[41] Mardalis, *Metode Penelitian: Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1995), hlm. 24.

[42] Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Rajawali, 1990), hlm. 23-24.

2. Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang akurat diperlukan adanya informasi yang valid sehingga diharapkan dapat mengungkapkan permasalahan yang diteliti. Dalam pengumpulan data penelitian ini penyusun menggunakan beberapa metode, yaitu :

a. Interview atau Wawancara

Dari segi terminologis, interview mengandung pengertian segala kegiatan menghimpun (mencari) data atau informasi dengan jalan melakukan tanya jawab lisan secara bertatap muka (*face to face*) dengan siapa saja yang diperlukan.[43]

Interview yang digunakan dalam penelitian ini adalah interview bebas terpimpin, yakni penulis membawa suatu kerangka pertanyaan, untuk disajikan dan irama interview sama sekali diserahkan kepada kebijakan interviewer.[44] Dalam hal ini penulis mewawancarai orang-orang yang menjadi sumber informasi sebagaimana tersebut di awal. Interview atau wawancara dilakukan untuk memperoleh data tentang latar belakang kelahirannya, tujuan, visi misinya, dan hal lain yang berhubungan dengan Akademi Parapsikologi.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[43] Dudung Abdurrahman, *Pengantar Metodologi Penelitian dan Penulisan Karya ilmiah*, (Yogyakarta: IFFA Press, 1998), hlm. 54.

[44] Sutrisno Hadi, *Metode Reseach*, (Yogyakarta: Yayasan penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1980), hlm. 206.

b. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu metode di mana yang menjadi sumber datanya adalah berupa bahan-bahan tertulis, seperti buku, dokumen, notulen, paper, majalah, dan sebagainya.[45]

Metode dokumentasi digunakan untuk memperoleh data tentang konsepsi meditasi Islami di Akademi Parapsikologi, program-program kerja, struktur organisasi dan orientasi Akademi Parapsikologi.

c. Metode Observasi

Suatu metode dalam penelitian yang mana proses pengambilan datanya melalui pengamatan secara sistematis terhadap obyek yang diteliti, artinya disengaja atau terencana bukan hanya kebetulan terlihat sepintas.[46]

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode observasi partisipatoris, yakni peneliti terlibat langsung di lapangan. Observasi dilakukan untuk memperoleh data tentang aktivitas dan proses bimbingan meditasi Islami di Akademi Parapsikologi.

3. Analisa Data

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sesuai dengan sifat penelitian ini maka dalam menganalisa data yang ada peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu menggambarkan data-data yang diperoleh dengan kata-kata atau dipisah-pisah menurut kategorinya untuk memperoleh kesimpulan.[47] Setelah data dikumpulkan

---

[45] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), hlm. 131.

[46] *Ensiklopedi Indonesia,* (Jakarta: Ikhtiar Baru Van Hoeve Tarsito, 1980), hlm. 849.

[47] Suharsimi, *Op. Cit.*, hlm. 9.

kemudian diolah dengan dipilih dan dikelompokkan sesuai dengan kerangka penelitian dan selanjutnya data tersebut dianalisa.

Analisa data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil wawancara, observasi dan yang lainnya untuk meningkatkan pemahaman tentang obyek dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain.[48] Sedangkan dalam pengambilan kesimpulannya peneliti menggunakan metode induktif.

4. Keabsahan Data

Dalam metode keabsahan data ini, teknik pemeriksaan keabsahan data yang peneliti gunakan adalah teknik triangulasi, yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekkan atau sebagai pembanding terhadap data itu.

Triangulasi yang dipakai dalam penelitian ini adalah penggunaan sumber untuk membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi. Hal itu dicapai dengan cara membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara, membandingkan keadaaan dan prespektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang, serta membandingkan hasil wawancara dengan isi dokumen yang berkaitan.[49]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[48] Lexy J. Moeleong, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1988), hlm. 136.

[49] *Ibid.*, hlm. 178.

H. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Pembahasan dalam penelitian ini penulis sistematisasikan menjadi empat bab yang saling berkaitan sebagai satu kesatuan yang utuh. Adapun keempat bab tersebut terdiri dari Pendahuluan yang menguraikan argumentasi seputar signifikansi penelitian ini. Bagian ini merupakan BAB I yang mencakup penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, kerangka teoritik, metodologi penelitian, dan sistematika pembahasan.

Kemudian dilanjutkan dengan Bab II yang mencoba memaparkan tentang latar belakang/sejarah kelahiran, tujuan, visi misi, struktur organisasi, sarana prasarana, dan sumber dana Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM Prana"

Bab III merupakan inti pembahasan dalam penelitian ini yang memaparkan tentang meditasi dalam perspektif Islam, konsepsi meditasi Islami dan bimbingan meditasi Islami perspektif Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia LSM Prana"

Pembahasan dalam penelitian ini kemudian diakhiri dengan Bab IV yaitu penutup yang mencakup kesimpulan dan saran-saran.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Allah swt kepada umat manusia, —yang dikenal dengan istilah *khalwat* atau *tafakur*— juga merupakan salah satu bentuk pengamalan yang dianjurkan agama (Islam).

2. Ada pun proses (pelaksanaan dan bimbingan) meditasi islami yang dilakukan oleh Akademi Parapsikologi, setiap meditator terlebih dahulu diberikan materi-materi meditasi, yang meliputi pengetahuan tentang jiwa, alam (nyata dan ghaib) dan pengetahuan tentang Tuhan.

   Sementara dalam pelaksanaannya, meditasi Akademi Parapsikologi secara umum tidaklah jauh berbeda dengan meditasi-meditasi pada umumnya. Seperti —konsentrasi, pengaturan nafas, rileksasi, daya angan, dan keyakinan— sebagai tahapan yang harus dilalui seseorang untuk mencapai keadaan meditatif. Perbedaannya adalah meditasi Akademi Parapsikologi dalam proses pencapaian meditatif dilakukan dengan berdzikir, menyebut asma Allah, sholawat atau lafal-lafal yang dianjurkan agama, yang diucapkan secara berulang di dalam hati. Akan tetapi lafal yang paling dianjurkan (*afdhol*) adalah lafal *yaa latif* dan *laa ilaa ha ilallah*.

   Sedang secara kategoris Akademi Parapsikologi membagi meditasi dalam tiga tingkatan, yaitu tingkat dasar, madya dan terakhir tingkat master, yang dapat ditempuh melalui dua metode, yakni meditasi diam dan meditasi gerak (meditasi yang diiringi gerakan/jurus tertentu), baik melalui bimbingan langsung maupun tidak langsung (jarak jauh).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. Saran-saran

Ada beberapa saran yang dapat diutarakan kaitannya dengan penelitian yang telah penyusun lakukan, antara lain:

1. Mengingat pentingnya nilai manfaat yang terkandung dalam meditasi maka hendaknya meditasi bisa menjadi suatu "budaya baru" yang patut dan perlu untuk terus dikembangkan.
2. Mengingat masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penelitian ini, baik yang bersifat teknis dan nonteknis maka penyusun sangat berharap ada penelitian-penelitian selanjutnya yang dapat menambah, membuka wawasan dan cakrawala baru dalam hal akademis.
3. Mengingat eksistensi dan kontribusi penting yang diberikan Akademi Parapsikologi kepada masyarakat luas selama ini maka penyusun berharap lembaga ini mampu meluaskan jaringannya dan bisa tetap eksis dalam turut serta membina dan membangun masyarakat yang sejahtera dan berkeadilan.
4. Mengingat masih terbatasnya data dan dokumen yang dapat memberikan gambaran tentang Akademi Parapsikologi maka penyusun sangat berharap pengurus dan orang-orang yang terlibat secara intens mampu memberikan akses informasi bagi masyarakat luas melalui jaringan teknologi-informasi untuk mempermudah bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian di masa-masa datang.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

A. Buku-buku

Abdurrahman, Dudung, *Pengantar Metodologi Penelitian dan Penulisan Karya ilmiah*, Yogyakarta: IFFA Press, 1998.

Ali, Imam *Al-Majlis*, Bihar Al-Anwar Jilid I, t. tt.

Ali, Yunasril, *Manusia, Citra Ilahi, Pengembangan Konsep Insan Kamil Ibn'Arabi oleh Al-Jili*, Jakarta: Paramadina 1997.

_____, *Al-Qur'an al-Karim*, Versi 6. 50, Program CD-ROM, Syirkah Sakhr li Barnamij al-Hasib, 1997.

_____, Al-Qur'an dan Terjemahnya Semarang: Toha putra, 1989.

Al-Sharqowi, Effat, *Filsafat Kebudayaan Islam,* Bandung: Pustaka Press, 1986.

Anandamitra Acarya, Avadhutika, *Meditasi: Melampaui Batas Kesadaran Supra,* Jakarta: Persatuan Ananda Marga Indonesia, 1991.

Arifin, Imron, *Dabus Ilmu Kekebalan dan Kesaktian dalam Tarekat Rifa'iyah*, Kasus Pesantren Nurul Haq, Surabaya, Malang: Kalimasahada Press, 1993.

Arifin, M dan Etty Kartikawati, *Materi Pokok Bimbingan dan Konseling*, Jakarta, Universitas Terbuka , 1992.

Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1998.

Badri, Malik, *Fiqih Tafakur: Dari Perenungan Menuju Kesadaran Sebuah Pendekatan Psykologi Islami,* Solo, Intermedia: 2001.

Chander Hassija, Jagdish, *Soul The Programmer*, dalam *Science, Spirituality, Ethics and Environment*, India, BKWSU Press, 1987.

Darojat, Zakiah, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1996.

Efendi, Irmansyah, *Kesadaran Jiwa Teknik Efektif Mencapai Kesadaran Tinggi*, Jakarta, Gramedia.

_____, *Ensiklopedi Indonesia,* Jakarta: Ikhtiar Baru Van Hoeve Tarsito, 1980.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Ficino, Marsilio, *Meditation on The Soul: Sellected Letters of Marcilio Ficino*, London: Sherphed Walwyn, 1996.

Gulo, Dali, *Kamus Psychology*, Bandung: tp., 1982.

Goodman, David, *Why Meditation and What is Meditation*, dalam Wendy Sargent, Realization, Hongkong: Raja Yoga Centre, 1989.

Hadi, Sutrisno, *Metode Reseach*, Yogyakarta: Yayasan penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1980.

Hawwa, Sa'id, *Jalan Ruhani, Bimbingan Tasawuf Bagi Aktifis Islam*, Bandung: Mizan, tt.

Joko Sukmono, Rizki *Buku Panduan Akademi Parapsikologi*, Jember: Akademi Parapsikologi, tt.

_____, Rizki, *Sang Meditator,* Jember: Akademi Parapsikologi, 2002.

Khan, Inayat, *Spiritual Dimensions of Psychology,* alih bahasa: Andi Hasryadi New York: Omega Publications, 1981.

Krishna, Anand, *Ilmu Medis dan Meditasi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000.

_____, *Seni Memberdaya Diri 1 Meditasi Untuk Manajemen Stress & Neo Zen Reiki Untuk Kesehatan Jasmani dan Rohani*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001.

_____, *Fiqr Memasuki Alam Meditasi Lewat Gerbang Sufi*, Jakarta: Gramedia Pustaka utama, 2002.

M. Echols, John dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia* Jakarta, Gramedia :1995.

M. Z, Labib, *Pedoman Do'a dan Dzikir Mujarab*, Surabaya, Anugerah: 1990.

Mardalis, *Metode Penelitian: Suatu Pendekatan Proposal*, Jakarta: Bumi Aksara, 1995.

Moeleong, Lexy, J, *Metode Penelitian Kualitatif,* Bandung: Remaja Rosdakarya, 1988.

Mujieb AS, Abdul, *Tujuan Hidup Dalam Pandangan Islam*, Surabaya, Karya Utama.

Mulyana, S, *Konsep Pendidikan Moral Dalam Keluarga Dan Masyarakat*, Scienta Islamica, No. 2, Vol. I, Th. 2001.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Munawar Rachman, Budhy, *Islam Pluralis,* Jakarta: Paramadina, 2001.

Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Press,1994.

Nasution, Harun, *Filsafat dan Mistisisme dalam Islam* Jakarta: Bulan Bintang, 1973.

Nur al-Jerrahi, Lex, Hixon, *Sufi Meditation*, alih bahasa: Munir Westport: Pir Press, 1997, hlm. 11-12.

Paryana Suryadipura, R, *Manusia dengan Atomnya, dalam Keadaan sehat dan sakit,* Semarang: Usaha Mahasiswa, 1958.

Piyananda, Venerable, *Health and Happiness through Meditation*, alih bahasa: Jinapiya Thera - Vesak Sirisara: Sri Saddharmadana Samitiya — Srilangka, tt.

Simuh, Sufisme Jawa, *Transformasi Tasawuf Islam ke Mistik Jawa*, Yogyakarta: Bentang, 1999.

Soegoro, R, *Meditasi Triloka; Jalan Menuju Tuhan*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2002.

_____, *Meditasi Triloka*; *Hidup dalam Supra Kesadaran*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2002.

Sri Dhammananda Maha Thera, K, dikutip dari Buddha Cakkhu No. 24/XIII/92

Suryabrata, Sumadi, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Rajawali, 1990.

Suryadipura, Paryana, *Manusia dengan Atomnya, dalam Keadaan Sehat dan Sakit,*PT Usaha Mahasiswa, Semarang 1958.

_____, *Manusia dengan Atomnya, dalam Keadaan Sehat dan Sakit,* PT Usaha Mahasiswa, Semarang 1958.

Weller, Stella, *Yoga Terapi; Ikhtiar Penyembuhan Praktis, Tetap Sehat dan Bugar*, alih bahasa: Eri D.Nasution, Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, 2002.

Wojowasito, S, *Kamus Bahasa Indonesia dengan Ejaan Yang Disempurnakan Menurut Pedoman Lembaga Bahasa Nasional*, Bandung, Shinta Dharma: 1972.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. Majalah dan Website

Anand Krishna di **http://www.sabda.org/pendidikan/ dci/index. php?isi=dci 3**

How to live without fear and worry. Buddha Cakkhu No.24/XIII/92)

http://www.geocities.com/athens/crete/6468/artikel79.html

Makalah, *Puasa Suatu Jenis Kontemplasi*, **http://www.panji.co.id /edisi88/ tafsir.html**

Makalah, Agama Sebagai Jalan Menuju Akhir, **http://www14. brinkster.com/ pvvd/artikels/ dhamma7.htm**

Strano, Anthony, "Spirituality in Daily Life", dalam PURITY, Vol. XX, No. 2, June 2001.

Vinneka Tunggal Eka, ASHTAVAKRA GITA **http:// shantigriya. tripod.com/ bhagavad/ bhagavad.htm**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SERTIFIKAT

Nomor : 18/Pan.Prak.BPI/II/2001

PANITIA PELAKSANA PRAKTIKUM DAKWAH ANGKATAN KE-14
FAKULTAS DAKWAH IAIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
SEMESTER GASAL TAHUN AKADEMIK 2000/2001

Panitia Pelaksana Praktikum BPI Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga, dengan ini memberikan SERTIFIKAT kepada :

Nama	: Mukdiana
Nomor Induk Mahasiswa	: 97222251
Jurusan	: BPI

Yang telah melaksanakan PRAKTIKUM PBI Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Semester Gasal Tahun Akademik 2000 / 2001 Angkatan ke-14 di : Bina Mentari

Selama 10 hari dari tanggal 20 Januari s.d. 30 Januari 2001, dan dinyatakan LULUS, dengan hasil A.

Sertifikat ini diberikan, selain sebagai tanda bukti bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan PRAKTIKUM BPI sebagai syarat untuk dapat mengikuti Ujian Munaqosyah Skripsi.

Yogyakarta, 20 Pebruari 2001

MENGETAHUI	PANITIA PELAKSANA PRAKTIKUM BPI
KETUA JURUSAN BPI	KETUA,
DR. AMROR SODIK	DR. MUIL ROSYID RIDLA
NIP. 150240124	NIP. 150260459

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DEPARTEMEN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PUSAT PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

بسم الله الرحمن الرحيم

SERTIFIKAT

Nomor : ADC. 9-4-2001

Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memberikan SERTIFIKAT kepada :

Nama : MUKDIANA
Tempat dan tanggal lahir : Kuningan, 1 April 1979
Fakultas : Dakwah
Nomor Induk Mahasiswa : 97222251

Yang telah melaksanakan KULIAH KERJA NYATA (KKN) Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Semester Pendek Tahun Akademik 2000/2001 (Angkatan ke-43), di :

Lokasi/Desa : Kranggan-1
Kecamatan : Manisrenggo
Kabupaten : Klaten
Propinsi : Jawa Tengah

dari tanggal 2 Juli s.d. 2 September 2001 dan dinyatakan LULUS dengan nilai ..87,25...(A-)... Sertifikat ini diberikan selain sebagai tanda bukti bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata IAIN Sunan Kalijaga dengan status intrakurikuler, juga sebagai syarat untuk dapat mengikuti Ujian Munaqasyah Skripsi.

Yogyakarta, 21 September 2001
Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat
Kepala,

Drs. Zainal Abidin
NIP 150091626

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Nomor : 0328/P-4/97

PIAGAM

Rektor Institut Agama Islam Negeri Sunan Kalijaga dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : MUKDIANA
Tempat/Tanggal Lahir : KUNINGAN, 1 APRIL 1979

Nomor Peserta Penataran : 970434
Fakultas/Jurusan : DAKWAH / B P I
Alamat Tempat Tinggal : SUBANG KUNINGAN JAWA BARAT

telah mengikuti Penataran Pedoman Penghayatan dan Pengamalan Pancasila (P4) Pola 45 Jam Terpadu bagi Mahasiswa Baru IAIN Sunan Kalijaga, Tahun 1997/1998 yang diselenggarakan oleh IAIN Sunan Kalijaga di bawah pembinaan, pengawasan dan pengkoordinasian BP-7 Daerah Tingkat I DIY, berdasarkan Keputusan Presiden Nomor 10 Tahun 1979, Instruksi Presiden Nomor 2 Tahun 1994 dan Keputusan Kepala BP-7 Pusat Nomor KEP-86/BP-7/VII/1994 jo Nomor KEP-75B/BP-7/V/1995 dari tanggal 25 Agustus 1997 sampai dengan tanggal 30 Agustus 1997 dengan hasil baik. Pemegang Piagam ini berhak untuk mengikuti perkuliahan Pendidikan Pancasila.

Yogyakarta, 11 September 1997

Kepala BP-7 Dati I
Daerah Istimewa Yogyakar

DRS. H. SAMIRIN
Pembina Utama Madya IV/d
NIP. 490 008 967

Rektor IAIN
Sunan Kalijaga

DR. H.M. ATHO MUDZHAR
NIP. 150 077 526

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Mukdiana acung jempol untuk Adem Ati

Rabu 1 September 2004

Penelitian Pengobatan HOLISTIC "Adem Ati"

JEMBER-Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Mukdiana NIM 97.222251, dalam rangka menempuh ujian akhirnya Sarjana Sosial Islam yang direstui oleh Badan Kesatuan dan LINMAS Pemda Jember Surat Nomor 072/216/436.46/2004, meriset aktivitas sosial yang dilakukan oleh Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia (LIMI) di klinik pengobatannya Adem Ati pimpinan Rizki Joko Sukmono, SH (santri pon-pes Suryalaya, Tasikmalaya, Jawa Barat). Dalam risetnya Mukdiana menyimpulkan bahwa bimbingan meditasi dan pengobatan ramu-ramuan di Adem Ati sangat efektif dan manjur dijaman sekarang ini. Dimana orang selalu menginginkan sesuatu penyembuhan yang cepat tapi berdampak negatif seperti mengkonsumsi obat-obatan kimia dan operasi.

Selama di Jember Mukdiana sangat terkejut dengan resep-resep ramuan dan cara pengobatan bapak Rizki karena disamping menggunakan mind power, cara tradisional dan resep herbal alaminya yang sangat luar biasa. Dimana, selama riset di Adem Ati serangan asmanya kambuh dan setelah bapak Rizki menyuruhnya minum ramuan yang berasal dari daun sendok , daun dewa, dan mahkota dewa sepontan saja asmanya sembuh dan tidak pernah kumat lagi sampai sekarang.

Setelah itu, saya diberi minyak yang dioleskan di punggung dan sepertinya serasa di pijat dan dihisap penyakitnya oleh minyak nya Adem Ati tersebut. Selain Mukdiana ternyata juga sudah banyak tamu-tamunya Rizki yang datang untuk belajar dan riset di Adem Ati, seperti Mr. Ben (Australia), Mr. Victor (Netherland), Prof.Dr.Arief dan Mr.Tajudin (Malaysia), Mr. Badrul Hisyam (Cosovo), Dr Yusuf (Singapura), Manimaran (Golok Thailand).

Rizki cukup bangga dengan mengenalkan seni yang ia miliki disamping mengenalkan kota Jember kepada tamu-tamunya juga menunjukan kehebatan Indonesia kepada dunia luar. "Kalau alam bisa menyembuhkan kenapa harus dengan kimia, " ujarnya.

Berkunjunglah ke Adem Ati, Insya Allah segala keluhan penyakit anda seperti: darah tinggi, wasir, diabetes, maag kronis, kanker, dan tumor dapat diatasi dengan kehebatan alam. Praktek Jl. Nangka Raya 30 A Jember. Telp/Fax: 0331-422123, pukul 08,00 s/d 19.00 WIB (libur jumat dan minggu), dan simak setiap Kamis malam "Obsesi" metafisika dan herbal di pro 2 FM 89.50 Mhz RRI Jember. www.limiku.org. **(indra/iklan)**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DEPARTEMEN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH
Jl.Marsda Adisucipto,Telepon(0274)515856
Yogyakarta 55221

Nomor : IN/I/PD I/TI.01.1/510/2004 Yogyakarta, 12 April 2004
Lamp. : -
H a l : **Permohonan Izin Penelitian**

Kepada
Yth. Gubernur Jawa Timur
Di Surabaya

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Untuk bahan penulisan skripsi dengan hormat bersama ini kami mohon izin mengadakan riset/penelitian bagi mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta :

Nama	:	Mukdiana.
No. Induk	:	97222251
Semester	:	XIV
Jurusan	:	BPI
Alamat	:	Subang Kuningan Jawa Barat.
Judul skripsi		Bimbingan Meditasi Islam di Akademi Parapsikologi "Laboratorium Ilmiah Metafisuka Indi\onesia" LSM Prana Jember Jawa Barat.
Metode penelitian	:	Lapangan
Waktu	:	12 April 2004 S/d Selesai.

Untuk bahan pertimbangan, bersama surat ini kami sampaikan desain penelitian dimaksud sebagaimana terlampir.

Atas izin yang diberikan kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.
an.Dekan
Pembantu Dekan I

Drs. HM. Wasjim Bilal.
NIP. 150169832.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Tembusan dikirim kepada yth :
1.Dekan Fakultas Dakwah.
2.Bappeda Tingkat I Jawa Timur.
3.Bappeda Tingkat II Jember Jawa Timur.
4.Laboratorium Ilmiah Metafisika Indonesia"LP\SPM Prana Jember Jawa Timur.
5.Mukdiana(Ybs).
6.Arsip

PEMERINTAH PROPINSI JAWA TIMUR

BADAN KESATUAN BANGSA

JL. PUTAT INDAH NO. 1 TELP. (031) 5677935

SURABAYA - 60189

Surabaya, 14 Mai 2004

omor : 072 / 255/212/2004

ampiran :

erihal : Penelitian/Survey Research

Kepada

Yth. Sdr. Bupati Jember

di

J E M B E R

U. P. Kabakesbang dan Linmas

Menunjuk Surat Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta

Tanggal : 19 April 2004

Nomor : 070/2069

Bersama ini diberitahukan bahwa :

Nama : MUKDIANA

Alamat : Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta

Pekerjaan : Mahasiswa

Kebangsaan : Indonesia

Bermaksud mengadakan penelitian / survey / research.

Judul : Bimbingan meditasi Islam di akademi Parapsikologi "LABORATORIUM ILMIAH METAFISIKA INDONESIA" LSM - PranaJember Jawa Timur.

Waktu : 3 (tiga) bulan

Lokasi : Kabupaten Jember

Penelitian wajib mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di daerah setempat.

Demikian harap menjadikan maklum

A.n. GUBERNUR JAWA TIMUR
Kepala Badan Kesatuan Bangsa

WADIJONO, SH
Pembina Utama Madya
NIP. 010 055 315

TEMBUSAN :

Yth.
1. Sdr. Gubernur DIY (Up. BAPEDA)
2. Sdr. Yang bersangkutan
3. Sdr. .....

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
BADAN KESATUAN BANGSA DAN LINMAS
Jalan Letjen S Parman No 89 ✆ 337853 Jember

Jember, 18 Mei 2004

Nomor : 072/94/436.46/2004
Sifat : Penting.
Lampiran : -
Perihal : IJIN PENELITIAN

KEPADA
Yth. Sdr. Camat Patrang
Kabupaten Jember

di-

JEMBER

Dasar : Peraturan Daerah Kabupaten Jember No. 33 Tahun 2003, Serta Memperhatikan Surat Badan Kesatuan Bangsa Pemerintah Propinsi Jawa Timur, tanggal 14 Mei 2004, Nomor : 072/255/212/2004. Perihal Permohonan Ijin Penelitian (Research).

Sehubungan dengan hal tersebut diatas apabila tidak mengganggu Pewenangan dan ketentuan yang berlaku di lingkungan instansi saudara, maka demi kelancaran serta kemudahan dalam pelaksanaan kegiatan dimakud, diminta kepada saudara untuk memberikan bantuan berupa data/keterangan seperlunya kepada :

Nama : MUKDIANA
Alamat : JL. MARSDA ADISUCIPTO YOGYAKARTA
Pekerjaan : MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM IAIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA.
Keperluan : PERMOHONAN IJIN MELAKSANAKAN PENELITIAN DALAM RANGKA MENYUSUN SKRIPSI.
Judul : BIMBINGAN MEDITASI ISLAMI DI AKADEMI PARAPSIKOLOGI LABORATORIUM ILMIAH METAFISIKA INDONESIA LSM PRANA JEMBER JAWA TIMUR.
Waktu : 20 MEI 2004 S/D 20 JULI 2004.

Demikian atas perhatian dan bantuannya disampaikan terima kasih.

KEPALA BAKESBANG DAN LINMAS
KABUPATEN JEMBER

Drs. SUDJAK HIDAYAT, M.Si
Pembina TK. I
NIP. 510 063 004

Tembusan : Kepada Yth,
1. Sdr. Rektor IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Sdr. MHS.Yang bersangkutan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEMERINTAH PROPINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
BADAN PERENCANAAN DAERAH
(B A P E D A)
Kepatihan Danurejan Yogyakarta - 55213
Telepon (0274) 586712, 562811 (Psw 209-217) Fax. (0274) 586712

Nomor : 070/ 2069

Hal : Ijin Penelitian

Yogyakarta, 19 April 2004

Kepada Yth.

Gub. Jawa Timur

di

SURABAYA

Menunjuk Surat :

Dari : Rektor IAIN Suka

Nomor : IN/I/PD/TL.01.1/510/2004

Tanggal : 12 Aprill 2004

Perihal : Ijin Penelitian

Setelah memp ajari rencana/proyek statement/research design yang diajukan oleh peneliti/surveyor, maka dapat diberikan surat keterangan kepada :

Nama : MUKDIANA

No. Mhs. : 97222251

Alamat Instansi : Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta

Judul Penelitian : BIMBINGAN MEDITASI ISLAMI DI AKADEMI PARAPSIKOLOGI "LABORATORIUM ILMIAH METAFISIKA INDONESIA" LSM PRANA JEMBER JAWA TIMUR

Lokasi : Propinsi Jawa Timur

Peneliti berkewajiban menghormati/mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di daerah setempat.

Kemudian harap menjadikan maklum.

A.n. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta
Kepala BAPEDA Propinsi DIY

Ub. Kepala Bidang Pengendalian

BAPEDA

NANANG SUWANDI
NIP. 490 022 448

Tembusan Kepada Yth.

1. Gubernur DIY (sebagai laporan);
2. Dekan Fak. Dakwah IAIN Suka Yk
3. Yang bersangkutan;
4. Pertinggal.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEMERINTAH PROPINSI JAWA TIMUR
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN
Jl. Pahlawan 102 - 108 Telpon (031) 3554853 – 56, Fax. (031) 3534339
SURABAYA 60174

Surabaya, 13 Mei 2004

Nomor : 070/ 1047 /201/2004
Sifat : SEGERA
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : Pengantar

Kepada
Yth. Sdr. Kepala Badan Kesatuan Bangsa
Propinsi Jawa Timur
di
SURABAYA

Menunjuk surat dari Badan Perencanaan Daerah (BAPEDA) Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta tanggal 19 April 2004 Nomor : 070/2069 (copy surat terlampir), yang menerangkan, bahwa :

Nama : MUKDIANA
Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Sunan Kali Jaga Yogyakarta
Alamat : Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta

Bermaksud melakukan studi/penelitian, guna penyelesaian tugas akhir yang berjudul : **BIMBINGAN MEDITASI ISLAMI DI AKADEMI PARAPSIKOLOGI "LABORATORIUM ILMIAH METAFISIKA INDONESIA" LSM PRANA JEMBER JAWA TIMUR.**

Oleh karena itu mengharap dengan hormat bantuan Saudara untuk memberi pelayanan lebih lanjut.

Demikian untuk menjadikan maklum dan atas kerjasamanya disampaikan terima kasih.

A.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan
Propinsi Jawa Timur
Sekretaris

Ir. ZAINAL ABIDIN, MM
Pembina Tingkat I
NIP. 510 091 236

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEMERINTAH PROPINSI JAWA TIMUR

BADAN KESATUAN BANGSA

JL. PUTAT INDAH NO. 1 TELP. (031) 5677935

SURABAYA - 60189

Surabaya, 14 Mai 2004

mor : 072 / 255/212/2004

piran :

hal : Penelitian/Survey Research

Kepada

Yth. Sdr. Bupati Jember

di

J E M B E R

U. P. Kabakesbang dan Linmas

Menunjuk Surat Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta

Tanggal : 19 April 2004

Nomor : 070/2069

Bersama ini diberitahukan bahwa :

Nama : MUKDIANA

Alamat : Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta

Pekerjaan : Mahasiswa

Kebangsaan : Indonesia

Bermaksud mengadakan penelitian / survey / research.

Judul : Bimbingan meditasi Islam di akademi Parapsikologi "LABORATORIUM ILMIAH METAFISIKA INDONESIA" LSM - PranaJember Jawa Timur.

Waktu : 3 (tiga) bulan

Lokasi : Kabupaten Jember

Penelitian wajib mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di daerah setempat.

Demikian harap menjadikan maklum

A.n. GUBERNUR JAWA TIMUR
Kepala Badan Kesatuan Bangsa

PEMERINTAH PROPINSI JAWA TIMUR BADAN KESATUAN BANGSA

WADIJONO, SH
Pembina Utama Madya
NIP. 010 055 315

EMBUSAN :

th.
1. Sdr. Gubernur DIY (Up. BAPEDA)
2. Sdr. Yang bersangkutan
3. Sdr. .....

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA