

**PENGARUH DZIKIR TERHADAP KETENANGAN JIWA
MENURUT PEMIKIRAN IMAM AI-GHAZALI**



SKIRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu

Disusun Oleh:
RAHMAT ILYAS
NIM: 02220981

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2006

M. Fajrul Munawir, M.Ag

Dosen Fakultas Dakwah

UIN Sunan Kalijaga

Yogyakarta

Nota Dinas

Hal: Skripsi

Saudara Rahmat Ilyas

Kepada:

Yth. Bapak Dekan Fakultas Dakwah

UIN Sunan Kalijaga

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti dan mengoreksi serta menyarankan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa Skripsi saudara:

Nama : **Rahmat Ilyas**
NIM : 02220981
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)
Judul : Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Menurut
Pemikiran Imam Al-Ghazali

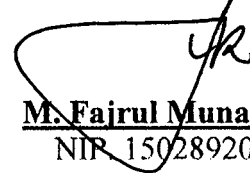
sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu dalam Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami berharap agar Skripsi saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Untuk itu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 18 Mei 2006

Pembimbing



M. Fajrul Munawir, M.Ag

NIR. 150289205



DEPARTEMEN AGAMA RI
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Marsda Adisucipto, Telepon (0274) 515856 Fax (0274) 552230
Yogyakarta 55221

PENGESAHAN

Nomor : UIN.02/DD/PP.00.9/1089/2006

Skripsi dengan judul :

**PENGARUH DZIKIR TERHADAP KETENANGAN JIWA
MENURUT PEMIKIRAN IMAM AL-GHAZALI**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

RAHMAT ILYAS

NIM : 02220981

Telah dimunaqosyahkan pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 29 Juni 2006

Dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga

SIDANG DEWAN MUNAQOSYAH

Ketua Sidang

Sekretaris Sidang

Prof.Dr.HM Bachri Ghazali,MA

NIP. 150220788

Nailul Falah,S.Ag,M.Si

NIP. 150288307

Pembimbing/Penguji I

M Fajrul Munawir,M.Ag

NIP. 150289205

Penguji II

Drs.A Machfudz Fauzy,M.Pd

NIP. 150189560

Penguji III

Drs.Abror Sodik,M.Si

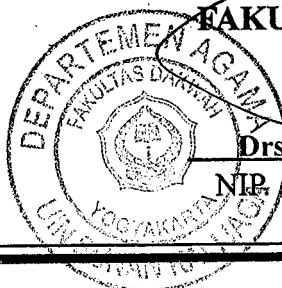
NIP. 150240124

Yogyakarta,08.Juli.2006.....

**UIN SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH
DEKAN**

Drs. H. Aff Rifai, MS

NIP. 150222293



MOTTO

إلا بذكر الله تطمئن القلوب

(Ingatlah, hanya dengan menyebut nama Allah hati menjadi tenang)

(Q.S. Ar-Ra'd Ayat 28)



Kepuasan Sejati adalah Kemampuan Mengatasi
Berbagai Situasi Dengan Berbagai Masalahnya

(G.K. Chesterton)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERSEMBAHAN

SKRIPSI INI PENULIS PERSEMBAHKAN BUAT:

- *Ayah dan Ibu Tercinta buah hati belahan jiwa yang telah memberikan sejuta kasih sayang dan yang telah senantiasa mendoakan sehingga penulis dapat menyelesaikan Studi.*
- *Abang dan Kakak semuanya yang senantiasa memberikan Support buat penulis dalam menyelesaikan Studi.*
- *Buat Almamaterku UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*
- *Buat sahabat saya Syawaluddin Siregar dan Syarifuddin Pohan (almarhum)*
- *Dan buat teman-teman ku semuanya.*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين وبه نستعين على أمور الدنيا و الدين اشهد ان لا اله الا الله وحده
لا شريك له وأشهد أن محمدا عبده ورسوله اللهم صل وسلم على سيدنا محمد وعلى اله
وصحبه اجمعين و اما بعد.

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, serta hidayah-Nya kepada kita dan khususnya kepada penyusun sehingga dapat menyelesaikan Skripsi ini. Salawat serta salam senantiasa kita hadiahkan kepada Nabi Muhammad SAW, serta keluarga dan sahabat-sahabatnya.

Penyusun sadar dengan segala kemampuan dan keterbatasan pengetahuan penyusun, maka dengan terselesaikannya Skripsi ini merupakan karunia yang tak terhingga nilainya. Selesaiannya penyusunan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, baik dari segi moril maupun materil, sehingga akhirnya penyusun dapat menghadapi berbagai masalah yang berkaitan dengan penyusunan Skripsi ini dengan baik.

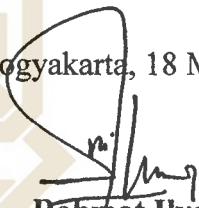
Oleh karena itu penyusun tidak lupa menghaturkan Terima Kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Amin Abdullah, selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Drs. H. Afif Rifai, MS, selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali dan Nailul Falah, S.Ag, M.Si, selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.
4. Bapak M. Fajrul Munawir, M.Ag, selaku Pembimbing yang telah banyak membantu penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga.
6. Ayah dohot Umak tercinta yang senantiasa setiap nafasnya mengalirkan semangat dalam jiwa, mendo'akan dengan penuh keikhlasan serta dengan tulus memberikan dukungan baik moril maupun materil, begitu juga abang dan kakak semuanya yang selalu memberikan dukungan dan nasehatnya.
7. Tidak lupa pula buat Kopma UIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan kesempatan buat penulis dalam mengembangkan bakat dan kreativitas penulis.
8. Teman-teman Apartemen Jomblo yang setiap harinya memberikan dukungan buat penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
9. Teman-teman kelas BPI-A yang senantiasa memberikan dukungan terhadap penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu serta memberikan masukan dalam penyusunan Skripsi ini.

Semoga amal kebaikan dan jerih payah mereka mendapat imbalan dari Allah SWT. Amin.

Penyusun sangat menyadari bahwa Skripsi masih banyak kekurangan dan kelemahannya, oleh karena itu penyusun sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi lebih baiknya skripsi ini, dan sebagai akhir kata penyusun hanya dapat berharap kepada Allah SWT. Semoga Skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat buat kita semua. Amīn.

Yogyakarta, 18 Mei 2006



Rahmat Ilyas
NIM: 02220981



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
NOTA DINAS.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah	11
D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	11
E. Kajian Pustaka.....	12
F. Kerangka Teori.....	15
G. Metode Penelitian.....	23
H. Sistematika Pembahasan	26
BAB II : BIOGRAFI IMAM AL-GHAZALI	27
A. Riwayat Hidup Al-Ghazali.....	27
B. Corak Pemikiran Al-Ghazali.....	36

C. Pokok-Pokok Pemikiran Tasawuf Al-Ghazali	44
D. Karya-karya Al-Ghazali	48
BAB III : PENGARUH DZIKIR TERHADAP KETENANGAN JIWA DITINJAU DARI KEUTAMAAN MELAKSANAKANNYA MENURUT PEMIKIRAN IMAM AL-GHAZALI.....	55
A. Pengertian Dzikir	55
B. Dalil-dalil Keutamaan Berdzikir	62
C. Metode Berdzikir	66
D. Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa.....	73
BAB IV : PENUTUP.....	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran-Saran	89
C. Kata Penutup	90
DAFTAR PUSTAKA.....	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk memudahkan dan menghindari terjadi pemahaman yang simpang siur, perlu dipertegas arti dan batasan-batasan terhadap beberapa istilah yang terdapat dalam judul *Pengaruh Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa menurut Pemikiran Imam Al-Ghazali*, yaitu sebagai berikut:

1. Pengaruh

Pengaruh adalah efek yang ada atau yang timbul dari suatu (orang, benda dan sebagainya) yang berkuasa atau yang berkekuatan (ghaib dan sebagainya).¹ Pengaruh penulis artikan sebagai efek yang positif yang ditimbulkan ketika seseorang melakukan aktivitas berdzikir sehingga membawa dampak yang baik terhadap dirinya seperti merasakan ketenangan jiwa, terhindar hatinya dari berbuat sesuatu yang maksiat dan lain sebagainya.

2. Dzikir

Dzikir secara harfiah berarti mengingat, secara defenisi dzikir, berarti mengingat-ingat dalam hati yaitu berpikir tentang kebesaran Allah, kekuasaan Allah, kemaha kasih sayang Allah serta segala macam rahasia keagungan Allah.²

¹ Purwadarminta W.J.S, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1976), hlm.731

² H. Ahmad Soetjpto, *Dzikkulloh* (Yogyakarta: LPPM IAIN Sunan Kalijuga, 1986), hlm. 8

Dzikir penulis artikan sebagai salah satu cara untuk membalikkan keseluruhan karakter manusia dan mengalihkan perhatian utama dari dunia yang fana ini menuju akhirat yang sejauh ini belum dikenal sama sekali atau biasa di sebut mendekatkan diri kepada Allah swt.

Dzikir yang dimaksud penulis adalah mengingat Allah dengan hati dan menyebut-nya dengan lisan yaitu dengan cara menyebut asma-asma Allah serta kalimat-kalimat pujian yang ditujukan kepada Allah seperti: *Lailaha Illallah, Allhu Akbar, Subhanallah* dan *Alhamdulillah*.

3. Ketenangan Jiwa

Secara bahasa pengertian ketenangan adalah hal keadaan tenang, kenyamanan hati, batin dan pikiran.³ Sedangkan pengertian jiwa adalah suatu zat tertentu yang tidak dapat dilihat yang ada dalam tubuh manusia dan menyebabkan hidup (atau disebut juga roh atau nyawa).⁴

Dalam buku Metode Dzikir dan Doa di sebutkan hati atau jiwa adalah sesuatu yang subtil (*lathifah*), mulia (*rabbani*) dan spiritual (*ruhani*) yang ada dalam diri semua manusia yang tidak dapat ditangkap oleh indra.⁵ Hati atau jiwa inilah yang menjadi bagian dari diri manusia yang memahami (*mudrik*), mengetahui (*alim*) dan meresapi dengan hati (*arif*), sedangkan raga manusia adalah instrumen dan bejana yang digunakan untuk melakukan fungsi-fungsi tersebut.

³ Purwadarminta W.J.S, *Op.Cit. hlm.1000*

⁴ Peter Salim dan Yenny Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* (Jakarta: Modern Englis Press, 1991), hlm. 622

⁵ Kujiro Nakamura, *Ghazali and Prayer*, alih bahasa Uzair Fauzan, *Metode Zikir dan Doa Al-Ghazali* (Bandung: Arasy Mizan, 2005), hlm. 63

Adapun tanda-tanda jiwa tenang adalah orang yang selalu memikirkan kembali kepada Allah, maka ia mendapatkan kesakitan yang lebih besar daripada kehilangan hartanya, dia merindukan beribadah sebagaimana orang lapar yang ingin makan dan minum. tanda-tanda yang lain yaitu mempunyai satu tujuan yaitu taat kepada Allah, disiplin mengatur waktu. Apabila masuk shalat, maka tujuan dan keindahan dunia akan hilang, sehingga dia dapat menemukan kenikmatan, ketenangan jiwa dan kebahagiaan hatinya, selalu ingat kepada Allah, tidak bosan ibadah dan tidak berteman dengan orang lain kecuali orang yang mau menunjukkan dan mengingatkan.⁶

Ketenangan jiwa di sini penulis artikan sebagai ketenangan hati atau jiwa seseorang dalam menjalankan dzikir dengan tujuan mendekatkan diri kepada Allah swt. Adapun tanda-tanda ketenangan jiwa yang dimaksud yaitu ketika seseorang tidak mudah marah, mampu mengendalikan emosi, dan mampu menghadapi berbagai masalah dengan hati yang tenang.

4. Imam Al-Ghazali

Al-Ghazali adalah seorang filosof, teolog, ahli hukum, dan sufi, di kalangan Barat dia di kenal dengan nama "Algazel".⁷ Ia pembawa perubahan sosial yang hidup diabad XI M. pokok-pokok pemikirannya tentang banyak tema yang terdapat pada beberapa karya tulisnya.

⁶ Zainudin Adnan, *Pensucian Jiwa dalam Pandangan Ulama Salaf* (Yogyakarta: Sumbangsih Offset, 1994), hlm. 22

⁷ Huston Smith, *Ensiklopedi Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo, 2002), hlm.106

Nama lengkap dari Imam Ghazali adalah Abu Hamid Muhammad bin Muhammad bin Ahmad Al-Ghazali. Beliau lahir di Thus salah satu kota di wilayah Khurasan di Negara Persia pada tahun 450 H/ 1059 M. beliau adalah seorang pemikir dan ulama besar yang memperoleh predikat "*Hujjatul Islam*",⁸ disamping luas ilmu dan amalnya juga hidupnya penuh dengan perjuangan dan pengorbanan dalam mempertahankan serangan terhadap ajaran agama, baik yang datang dari dalam maupun yang datang dari luar islam.

Pada masa mudanya, Al-Ghazali menarik perhatian gurunya lantaran kecerdasan dan kesungguhannya dalam pelajaran. Ia belajar di Naisyabur kepada al-Juwayni, seorang Imam Haramain, dan ia di tunjuk sebagai guru hukum Islam pada madrasah Nizamiyah di Baghdad yang didirikan oleh Gubernur Nizam al-Muluk, yakni seorang negarawan dan tokoh pendidikan yang sekaligus sebagai pemrakarsa pendirian lembaga pendidikan madrasah. Di Baghdad Al-Ghazali meraih sukses besar sebagai ahli hukum islam, bahkan ia tetap bertahan sebagai pengajar hukum islam setelah empat tahun menjalani krisis keyakinan dan kesadaran.

Julukan "Imam" diperoleh Al-Ghazali ketika ia berada di kota Mu'askar yang ketika itu menjadi gudang para sarjana. Disini ia berjumpa dengan Nizam Al-Muluk. Kehadiran Al-Ghazali di sambut baik oleh

⁸ Usman Said, *Pengantar Ilmu Tasawuf* (Sumatera Utara: Proyek Pembinaan PTA IAIN Sumatera utara, 1982), hlm. 77

Wazir ini, karena kedalaman ilmunya, semua peserta mengakui kehebatan dan keunggulannya, maka Al-Ghazali mendapat julukan tersebut.⁹

Ia banyak menuliskan karya, diantaranya yang terbesar mengenai pencarian ilmu pengetahuan antara lain, "*Ihya'Ulumuddin* (menghidupkan Kembali ilmu-ilmu agama), *al-Munqid Min al-Dzalal* (Penyelamat dari kesesatan).¹⁰

Berdasarkan penjelasan dari istilah-istilah judul di atas, penulis memberikan pengertian selengkapnya dari judul skripsi "*Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Menurut Pemikiran Imam Al-Ghazali*" adalah penelitian yang berusaha mengkaji dan mempelajari tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa dalam konteks pemikiran Imam Al-Ghazali yang dikhususkan pada segi keutamaannya melaksanaannya.

B. Latar Belakang Masalah

Pada zaman sekarang ini banyak sekali kekacauan serta kerusakan di muka bumi ini yang diakibatkan oleh tangan-tangan manusia yang tidak bertanggung jawab. Kerusakan itu di sebabkan oleh dua faktor yang pertama, karena manusia tidak percaya kepada adanya Allah swt yang mengakibatkan manusia itu tidak takut padanya dan tidak patuh pada perintah dan larangannya yang merupakan peraturan untuk perdamaian antara manusia satu dengan manusia lainnya. Kedua, karena manusia itu terialu mencintai dirinya

⁹ Sibawaihi, *Eskatologi Al-Ghazali dan Fazlur Rahman* (Yogyakarta: Islamika, 2004), hlm.37
Dalam penulisan Skripsi ini untuk selanjutnya penulis hanya menyebut Al-Ghazali, tanpa sebutan "Imam"

¹⁰ Huston Smith, *Op.Cit.* hlm. 106

sendiri yang menimbulkan beberapa keadaan seperti mencintai harta yang berlebihan, mencintai kedudukan. Orang sering beranggapan bahwa dengan memiliki harta kekayaan maka seseorang akan memperoleh kebahagiaan. Namun sering kali harta kekayaan membawa pemiliknya kepada kesengsaraan dan penderitaan.

Sebagian besar manusia hampir tidak bisa memahami apa arti hidup ini. Tidak tahu apa tujuan dan harus bagaimana bersikap dalam hidup yang serba singkat ini. Ciri khas yang paling standar adalah hidupnya selalu tenggelam dalam ketidak-tenteraman batin, mereka merasa cemas, was-was, serba takut, rendah diri, merasa gagal dan hati yang selalu terasa kacau balau.

Manusia tidak tahu tentang sesuatu yang paling banyak menyita pikiran, waktu dan tenaga, yang berakibatkan mengurangi kemampuan akal dan merusak ibadah adalah perasaan cemas atau hati (jiwa) yang tidak tenang. Cemas terhadap sesuatu yang belum terjadi, yang berkaitan dengan urusan duniawi. Padahal sudah jelas, perasaan cemas apalagi berlarut-larut tidak akan membuahkan penyelesaian, selain membuat hati semakin sengsara dan bertambah menderita.

Adapun di antara aneka penyebab kotornya hati adalah perasaan kesal atau mangkel terhadap hamba-hamba Allah lainnya. Kalau manusia sering kesal, marah, mangkel, apalagi sudah benci dan kesumat, maka hampir dapat dipastikan bahwa hatinya pun menjadi keruh dan kusam. Dengan demikian, manusia harus berupaya sekuat-kuatnya memiliki keterampilan untuk bisa mengalihkan suasana hati ini dari perasaan tidak nyaman menjadin nyaman,

dari perasaan tidak tenang menjadi tenang. Manusia tidak boleh membiasakan diri memendam kekeruhan, kekotoran, dan ketidakenakan hati. Sekali manusia membiarkan hati keruh, kesal, marah dan dendam niscaya manusia itu tidak akan pernah mampu mengingat Allah. Mengapa? Karena, yang diingat-ingat hanyalah satu, yakni bagaimana memuaskan hawa nafsu yang menggemuruh di dalam dada.

Pada masa sekarang ini kita sudah banyak menemukan manusia yang lupa dan lalai akan apa tujuan hidupnya, sehingga manusia sering kali menuruti hawa nafsunya untuk melakukan sesuatu hal yang merugikan dirinya sendiri baik di dunia sekarang ini maupun di akhirat kelak. Salah satu contoh yang sering kita lihat adalah bahwa banyak manusia yang lebih mengutamakan mencari kemewahan dunia dan lupa akan bekalnya di akhirat sehingga apapun cara dan jalan akan dilakukan demi mencari kemewahan tersebut.

Manusia adalah makhluk yang agung, tetapi keagungannya ini berpulang kepada keterikatannya dengan alam samawi-rohani, bukan dengan alam duniawi-materi. Di antara manusia ada yang menghargai keterikatan ilahiahnya ini, maka mereka pun menjadikan kehidupan ini tempat membekali diri dengan pengetahuan, kemuliaan dan nilai-nilai keutamaan. Mereka menaklukkan alam semesta bagi kebaikan manusia. Di antara mereka ada yang diliputi oleh kecenderungan-kecenderungan material, maka mereka pun menjadikan kehidupan ini sebagai lahan pemenuhan nafsu syahwat, kelaliman dan egoisme. Mereka menghambakan diri pada benda-benda yang lebih hina.

Jiwa manusia merupakan kunci pokok terhadap keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuannya. Tanpa jiwa yang sehat dan tenang akan sulit bagi manusia untuk memperoleh dan mencapai tujuan hidupnya. Salah satu problem yang sering di hadapi manusia adalah seringnya mengalami kegagalan dalam mencapai sebuah tujuan hal ini di sebabkan karena ketidak tenangan jiwanya dalam melakukan sesuatu, sehingga jika hal seperti ini terus berlanjut akan di khawatirkan banyak manusia yang lalai terhadap apa tujuan utamanya hidup di dunia ini.

Dalam pandangan sufi manusia dalam hidupnya cenderung mengikuti serta memenuhi kehendak hawa nafsunya, sehingga manusia akan mudah di kendalikan oleh hawa nafsunya itu sendiri. Nafsu cenderung ingin menguasai manusia bahkan nafsu dengan segala cara berusaha untuk menguasai kehidupan manusia di dunia. Cara hidup seperti ini akan membawa manusia kepada kehancuran moral, sebab sadar atau tidak, cepat atau lambat manusia akan terbawa kepada pemujaan dunia, kenikamatan hidup akan menjadi tujuan utama.¹¹

Tetapi manusia juga tidak boleh mematikan hawa nafsunya, tetapi ia harus menguasainya agar nafsu itu tidak membawa kepada kesesatan, nafsu salah satu potensi yang di ciptakan Allah swt dalam diri manusia agar ia dapat hidup lebih maju, penuh aktivitas dan bersemangat. Jika manusia tidak mempunyai nafsu maka tidak akan kompetisi diantara mereka untuk memenuhi tuntutan hidup yang berkembang setiap saat.

¹¹ Usman Said, *Op. Cit.* hlm. 98

Semua sufi berpendapat bahwa untuk menghindari sifat-sifat manusia yang suka mengedepankan hawa nafsunya adalah kesucian jiwa.¹² Karena jiwa manusia merupakan refleksi atau pancaran dari zat Allah yang suci maka segala sesuatu itu harus sempurna dan suci, sekalipun tingkat kesucian dan kesempurnaan itu bervariasi menurut dekat dan jauhnya dari sumber aslinya.

Untuk mencapai tingkat kesempurnaan dan ketenangan jiwa memerlukan pendidikan dan pelatihan mental yang panjang, yang salah satunya adalah dengan dzikir dengan cara meditasi (pemusatan kesadaran) sambil menyebut nama dan mengingat Allah dalam setiap keadaan. Tujuan dari dzikir ini adalah untuk menjalin ikatan bathin (kejiwaan) antara hamba dengan Allah sehingga timbul rasa cinta hormat dan jiwa muroqobah (merasa dekat dan diawasi oleh Allah)

Perintah berdzikir kepada manusia sudah di jelaskan Allah dalam Al-Qur'an suroh Al-Ahzab ayat 41 dan 42 yang berbunyi:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوا اذْكُرُوا اللّٰهَ ذِكْرًا كَثِيْرًا وَسَبِّحُوْهُ بُكْرَةً وَّاَصِيْلًا

Artinya : Hai orang-orang yang beriman berdzikirlah dengan menyebut nama

Allah, dzikir yang sebanyak-banyaknya dan bertasbihlah kepadanya di waktu pagi dan petang.¹³

Maka dengan dzikir, iman seseorang menjadi hidup, terjalin rasa kedekatan kepada Allah swt. Rasa cinta, hormat dan dekat ini merupakan benteng atau kendali yang paling kuat dan efektif untuk mengedalikan nafsu-

¹² *Ibid. hlm. 96*

¹³ Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an Depag RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan* (Semarang: CV Toha Putra, 1989), hlm. 675

nafsu jeleknya, sehingga tidak mudah tergoda berbuat haram dan sanggup mengendalikan hawa nafsu amarah dan lauwamahnya.

Proses pensucian jiwa atau diri dengan cara berdzikir akan membawa dampak yang sangat positif bagi manusia dalam perjalanannya menuju kesempurnaan hidup yang hakiki dan untuk ketenangan jiwanya.

Dari sekian banyak ilmu-ilmu yang menjelaskan tentang ketenangan jiwa dan dzikir tapi menurut yang di ketahui penulis belum ada satu tulisan atau karya ilmiah yang khusus mengkaji tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa secara spesifik apalagi dalam konteks pemikiran Imam Al-Ghazali, yang menurut penulis masih memerlukan kajian yang mendalam sehingga diharapkan dapat mengungkapkan eksperesi dalam tingkah laku seseorang dalam kehidupan sehari-hari, dan juga mengenai batasan atau kemampuan yang harus dimiliki oleh setiap manusia guna mencapai ketenangan jiwa. inilah alasan yang mendasar bagi penulis mengkaji tentang pemikiran Al-Ghazali, karena menurut penulis Al-Ghazali merupakan salah satu tokoh perubahan dalam Islam yang banyak menyumbangkan pikiran-pikiran terhadap dunia Islam yang hingga saat ini setiap karyanya dijadikan sebagai salah satu referensi dalam memahami Islam. Selain itu Al-Ghazali dikenal sebagai seorang sufi yang mana dalam hidupnya melakukan perjalanan panjang dalam mengarungi perjalanan tasawuf.

C. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas, dapatlah dimunculkan persoalan untuk dijadikan rumusan masalah sekaligus sebagai batasan dalam kajian ini. Adapun rumusan masalah yang akan dikaji adalah bagaimana pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa ditinjau dari keutamaan melaksanakannya menurut pemikiran Imam Al-Ghazali ?

D. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Untuk dapat mengetahui tentang keutamaan dalam melaksanakan dzikir menurut pemikiran Imam al-Ghazali.
- b. Agar dapat mengetahui pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa menurut pemikiran Imam Al-Ghazali.

2. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah:

- a. Penulisan ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan secara umum dan khususnya di bidang konseling, yakni sebagai salah satu alat terapi pada Bimbingan Penyuluhan Islam dalam persoalan penanganan masalah-masalah yang berkaitan dengan penyakit jiwa.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan bagi masyarakat dalam pembinaan jiwa yang sehat dan tenang.

E. Kajian Pustaka

Menurut pengamatan penulis selama ini setelah membaca di perpustakaan, penulis belum menemukan hasil penelitian yang secara khusus mengungkapkan seperti apa yang akan di kaji penulis. Hanya saja terdapat beberapa judul skripsi yang membahas tentang pemikiran Al-Ghazali yang antara lain:

Skripsi yang ditulis oleh Najichah berjudul "Studi Tentang Konsep Pengendalian Emosi Marah menurut Imam Al-Ghazali"¹⁴ yang maksud penelitian ini yaitu mengkaji tentang dasar pengendalian marah menurut Imam Al-Ghazali. Yang kesimpulannya disebutkan bahwa dasar pengendalian marah menurut Imam Al-Ghazali adalah dengan dua jalan yaitu dengan jalan ilmu dan jalan amal. Kelebihan dari Penelitian ini adalah bahwa dalam penelitian ini di jelaskan tentang cara pengendalian marah mulai dari hal yang sekecil-kecilnya hingga yang bersifat besar, sedangkan kekurangan dari penelitian ini bahwa dalam penelitian ini belum menjelaskan secara psikologi tentang alasan yang mendasar penyebab seseorang marah. Dan perbedaan dari Skripsi yang akan di kaji oleh penulis adalah bahwa penulis lebih khusus mengkaji tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa sedangkan skripsi saudara Najichah lebih di fokuskan pada aspek pengendalian marah.

¹⁴ Najichah, "Studi Tentang Konsep Pengendalian Emosi Marah menurut Imam Al-Ghazali." Skripsi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (2002), hlm. 71

Selain itu penulis juga membaca Skripsi yang ditulis oleh Ahmad Rofiq, yang berjudul "Konsep Dzikir menurut Imam Al-Ghazali"¹⁵ yaitu mengkaji tentang bagaimana yang dimaksud dengan dzikir dalam pemikiran Imam Al-Ghazali. Yang mana dalam skripsi tersebut disimpulkan bahwa dzikir menurut Al-Ghazali merupakan yang mendatangkan keselamatan, mengingat tidak adanya ruang syetan di dalamnya, dan bahwa puncak dari dzikir dan ibadah adalah sholat. Kekurangan dari penelitian ini adalah kurang menjelaskan secara detail makna dari dzikir tersebut, sedangkan perbedaan dari skripsi ini dengan yang akan dikaji oleh penulis adalah kalau kajian saudara Ahmad Rofiq lebih memfokuskan tentang konsep dzikirnya sedangkan penulis lebih fokus kepada pengaruh dzikir tersebut terhadap ketenangan jiwa manusia.

Selain membaca skripsi para peneliti yang terdahulu, penulis juga membaca beberapa buku yang ada kaitannya dengan dzikir antara lain: dalam buku yang berjudul Pengantar Ilmu Tarekat (kajian Historis tentang mistik), karangan H. Abubakar Aceh, yang membahas tentang dzikir, di sini disebutkan, bahwa yang dimaksud dengan dzikir adalah ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat akan Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mempersucikan Tuhan dan membersihkan daripada sifat-sifat yang tidak layak untuknya. Selanjutnya memuji dengan pujian-pujian dan sanjungan-sanjungan dengan sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat

¹⁵ Ahmad Rofiq, "Konsep Dzikir menurut Imam Al-Ghazali," Skripsi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (2003), hlm. 42

yang menunjukkan kesabaran dan kemurniannya.¹⁶ Menurut pengamatan penulis salah satu kekurangan dari isi buku ini adalah belum adanya sesuatu yang menjelaskan tentang bagaimana pengaruh dzikir tersebut terhadap ketenangan jiwa, dan inilah yang membedakan antara kajian yang akan diteliti oleh penulis dengan apa yang terdapat dalam buku ini.

Sedangkan dalam buku berjudul *Pedoman Dzikir & Doa* karya Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy disebutkan bahwa dzikir adalah menyebut asma Allah dengan membaca tasbih (*subhanallah*) membaca tahlil (*la-ilahailahu*), tahmid (*alhamdulillah*), membaca takbir (*allohu akbar*) membaca hauqalah (*lahaula wala quwwta illa billahi*), membaca hasbalah (*hasbiyallahu*) dan doa-doa yang ma'tsur yaitu doa-doa yang diterima dari Nabi saw.¹⁷ Dalam pengamatan penulis bahwa kelebihan yang terdapat dalam buku ini adalah bahwa dalam buku ini tidak hanya membahas masalah dzikir tapi juga membahas tentang doa sehingga terdapat hubungan yang sinergis, sedangkan kekurangan yang terdapat dalam buku ini adalah dalam buku ini belum ada secara detail kajian tentang dzikir dalam konteks pemikiran Imam Al-Ghazali sehingga hal ini menjadi perbedaan dengan apa yang akan dikaji oleh penulis.

Dalam buku berjudul *Dzikrullah* karya H. Ahmad Soetjipto disebutkan bahwa dzikir adalah: Segala ucapan yang disukai oleh para ummat membacanya, dan membaca sebanyak-banyaknya untuk menghasilkan jalan

¹⁶ H. Abu Bakar Aceh, *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian Tentang Mistik* (Solo: Ramadhani, 1993), hlm. 276

¹⁷ Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Dzikir & Doa* (Semarang: PT Pustaka rizki Putra, 2002), hlm. 4

mengingat dan mengenang Allah swt.¹⁸ Dalam buku ini lebih banyak memuat tentang amalan-amalan dalam melakukan berdzikir, sehingga penulis belum menemukan tentang pengaruh dzikir secara psikologi terhadap jiwa seseorang ketika dia mengamalkan dzikir tersebut, dan yang membedakan antara buku ini dengan kajian penulis adalah kalau dalam buku ini lebih banyak memuat tentang amalan-amalan dalam berdzikir sedangkan penulis lebih fokus mengkaji tentang pengaruh dzikir tersebut terhadap ketenangan jiwa seseorang ketika ia mengamalkan dzikir.

Dari beberapa definisi yang telah disebutkan di atas penulis mengambil kesimpulan bahwa dzikir merupakan jalan untuk bisa mendekati diri dengan Tuhan, dengan dzikir maka akan hilang hijab antara manusia dengan Tuhan. Sehingga dari beberapa hasil kajian dan beberapa buku yang penulis baca di atas, penulis belum menemukan secara khusus kajian tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa menurut pemikiran Imam Al-Ghazali, hanya saja ada yang menjelaskan tentang beberapa definisi dzikir tersebut.

F. Kerangka Teori

Tinjauan tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa.

1. Tinjauan tentang Dzikir

Dzikir menurut tuntutan syariat Islam dan Al-Qur'an adalah menyebut nama dan mengingat Allah swt dalam setiap keadaan. Tujuan

¹⁸ H. Ahmad Soetjipto, *Dzikkulluh* (Yogyakarta: LPPM IAIN Sunan Kalijaga, 1986), hlm. 8

dari dzikir ini adalah untuk menjalin ikatan bathin (kejiwaan) antara hamba dengan Allah, sehingga timbul rasa cinta hormat dan jiwa *muqorobah* (merasa dekat dan diawasi oleh Allah).¹⁹ Maka dengan dzikir iman seseorang jadi hidup, terjalin rasa kedekatan dengan Allah swt.

Rasa cinta hormat dan dekat ini merupakan benteng atau kendali yang paling kuat dan efektif untuk mengendalikan nafsu-nafsu yang ada pada diri manusia sehingga tidak mudah tergoda berbuat yang haram dan sanggup mengendalikan hawa nafsu amarah dan lauwamahnya.

Dalam setiap anggota tubuh manusia ada ubudiyah yang di lakukan secara temporal. Sedangkan dzikir merupakan ubudiyah hati dan lisan yang tidak mengenal batasan waktu. Mereka diperintahkan untuk mengingat sesembahan dan kekasihnya dalam keadaan seperti apapun, saat berdiri, duduk, telentang. Seakan-akan surga itu merupakan kebun dan dzikir adalah tanamannya. Begitu pula hati yang bisa diibaratkan bangunan yang kosong, maka dzikirlah yang membuat bangunan itu semarak.

Menurut *Ibn Qayyim Al-Jauziyah* dalam buku yang berjudul *Madarijus Salikin*, sebagaimana yang dialih bahasa oleh Kathur Suhardi, ada tiga derajat dzikir, yaitu:

a. Dzikir secara zhahir, berupa pujian, doa atau pengawasan

Yang dimaksud dengan zhahir adalah apa yang di sampaikan lisan dan sesuai dengan suara hati. Jadi tidak sekedar dzikir sebatas lisan semata,

¹⁹ Simuh, *Tasawuf dan Perkembangannya dalam Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2002), hlm. 109

karena banyak orang yang tidak beranggapan seperti ini. Sedangkan pujian seperti ucapan *Subhanallah wal-hamdulillah, la ilaha illallah wallahu akbar*. Sedangkan doa seperti yang banyak di sebutkan dalam Al-Qur'an maupun sunnah, dan hal ini sangat banyak jenisnya. Sedangkan pengawasan seperti ucapan, "Allah beserta ku, Allah melihat ku, Allah menyaksikan ku", dan lain sebagainya yang dapat menguatkan kebersamaannya dengan Allah, yang intinya mengandung pengawasan terhadap kemaslahatan hati, menjaga adab bersama Allah, mewaspadai kelalaian dan berlindung dari syetan serta hawa nafsu.

- b. Dzikir Tersembunyi, yaitu membebaskan diri dari segala belenggu, berada bersama Allah dan hati yang senantiasa bermunajat kepada Rabb-nya. Yang dimaksud dengan tersembunyi disini adalah dzikir dengan hati. Ini merupakan buah dari dzikir yang pertama. Sedangkan maksud dari membebaskan diri dari segala belenggu artinya membebaskan diri dari lalai dan lupa, membebaskan diri dari tabir penghalang antara hati dan Allah.
- c. Dzikir yang hakiki, yaitu pengingatan Allah terhadap diri manusia, membebaskan diri dari kesaksian dzikir dan mengetahui bualan orang yang berdzikir bahwa ia berada dalam dzikir. Dzikir dalam derajat ini disebut yang hakiki, karena dzikir itu dinisbatkan kepada Allah.

sedangkan dzikir yang dinisbatkan kepada hamba, maka itu bukan yang hakiki.²⁰

Menurut Ibnu Taimiyah, kebutuhan hati terhadap dzikir identik dengan kebutuhan ikan terhadap air. Coba dibayangkan, bagaimana kondisi ikan apabila dikeluarkan dari air. Disisi lain Ibnu Qoyyim menerangkan, bahwa hampir ada delapan puluh keutamaan dzikrullah, diantaranya sesungguhnya dzikir adalah makanan pokok bagi hati dan nurani manusia. Bila seorang hamba gersang dari siraman dzikir, maka dirinya ibarat tubuh yang terhalang untuk mendapatkan makanan pokok.²¹

Diantara cara dzikir yang paling tepat adalah dengan menyebut nikmat-nikmat Allah yang telah dianugerahkan, serta kebaikan-kebaikan Allah terhadap hambanya. Dan sebaik-baik dzikir adalah membaca Al-Qur'an, sebab membaca al Qur'an mengandung berbagai khasiat yang dapat menyembuhkan hati dari berbagai penyakit kegundahan hati.

Dalam hal ini Allah menegaskan dalam Al Qur'an Surah Yunus Ayat 57:

ياايها الناس قد جاءكم موعظة من ربكم وشفاء لما في الصدور وهدى

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ورحمة للمؤمنين
Artinya: Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari tuhanmu dan penyembuh dari penyakit-penyakit yang

²⁰ Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Madarijus Salikin Baina Manazili Iyyaka Na'budu wa Iyyaka Nasta'in*, alih bahasa Katsur Suhardi, *Pendakian Menuju Allah* (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 1998), hlm. 312

²¹ Asrofi, dkk (ed), *Setetes Embun Pagi di Bukit Seribu Petuah Kiyai Ulama Gunung Kidul Seri-2* (Yogyakarta: Pemerintah Daerah Kabupaten Gunung Kidul, 2004), hlm. 162

*berada dalam dada dan pentunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.*²²

Pada umumnya, penyakit hati terdiri dari penyakit syubhat dan syahwat. Yakni ajaran yang meragukan dan keinginan nafsu yang sulit dikendalikan. Dua penyakit tersebut telah tersedia obatnya dalam Al Qur'an, Sebab dalam Al Qur'an terdapat keterangan yang jelas dan argumen-argumen yang sangat tegas untuk menjelaskan yang haq dan yang batil, penghapus setiap penyakit keraguan yang dapat merancukan ilmu yang hakiki serta persepsi dan pemahaman tentang islam, sehingga orang dapat menerima setiap realita yang ada.

2. Pengaruh Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa

Setiap makhluk hidup melakukan kegiatan atau aktifitas, yang dilakukan manusia merupakan satuan dari aktifitas jasmani dan rohani atau jiwa. Dalam hal jiwa seseorang terdapat kekuatan-kekuatan yang mendorong seseorang melakukan suatu kegiatan.

Ibnu Miskawaihi dalam bukunya *Tahzibul Akhlak wa tahhirul a'raaq* yang dikutip oleh H. Busyairi Majidi menyebutkan bahwa ada tiga macam kekuatan jiwa:

- a. *Quwwatun Natiqah* (Daya Pikir) merupakan fungsi jiwa tertinggi, kekuatan berpikir, melihat fakta.

²² Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an Depag RI, *Op.Cit*, hlm. 315

- b. *Quwwatun Ghodhobiyah* (Daya Marah) yakni keberanian mengambil resiko, ambisi pada kekuatan, kedudukan dan kehormatan. Kekuatan ini disebut juga kekuatan *Sab'iyah* (daya kebuasan).
- c. *Quwwatun Syahwiyah* (nafsu) disebut juga *Quwwatun bahimiyyah* (daya hewani) yakni dorongan nafsu makan, keinginan kepada kelezatan makanan, minuman, seksualitas dan segala macam kenikmatan indrawi.²³

Kecenderungan jiwa pada perilakunya sendiri pada ilmu pengetahuan dan keberpalingannya dari tingkah laku tubuh merupakan kebajikan atau keutamaannya. Keutamaan seseorang diukur dengan sejauh mana dia mengupayakan dan mendambakan kebajikan. Keutamaan ini akan meningkat ketika dia semakin memperhatikan jiwanya dan berusaha keras menyingkirkan segala yang merintanginya mencapai keutamaannya.²⁴

Setiap orang pasti mendambakan ketengan hati dan jiwa, dan untuk mencapai ketenangan jiwa bukanlah sesuatu yang mustahil. Allah swt mengajarkan pada kita langkah yang nyata mendapatkan ketenangan jiwa yaitu dengan berdzikir.

Adapun ketenangan jiwa yang baik adalah tenang melakukan perintah dan ikhlas dalam menjalankan perintah, tidak mengikuti hawa nafsu dan tidak taqlid dan tidak melakukan perkara syubhat dan syahwat yang bertentangan dengan perintah Allah. Apabila manusia merasa tenang

²³ H. Busyairi Majidi, *Ibnu Maskawaihi Pemikirannya Tentang Psikologi dan Pendidikan*, "Jurnal Al – Jamiah, No. 58 (Tahun. 1995), hlm. 51

²⁴ Ibnu Miskawaih, *Menuju Kesempurnaan Akhlak* (Bandung: Mizan, 1994), hlm. 39

dari keraguan kepada keyakinan, dari kebodohan kepada ilmu, dari lupa kepada ingat, dari hianat kepada taubat, dari riya' kepada ikhlas, dari dusta kepada benar dan dari kesombongan kepada tawaddhu', maka itulah jiwa yang tenang.²⁵

Pada dasarnya jiwa yang tenang itu adalah membuka mata kepala dan menutup hati dari kelalaian dan hatinya di sinari dengan cahaya surya dengan jeritan "Ingatlah wahai jiwa engkau akan celaka berjalan di malam hari yang gelap gulita. Mungkin kamu di hari kiamat akan bahagia dengan jiwa yang lapang". Maka manusia yang tenang jiwanya, akan melihat ciptaan yang ada di sekelingnya, dan akan membayangkan di hadapannya ketika mati masuk kedalam kubur, dia melihat begitu cepatnya kerusakan dunia sehingga dia bangkit dan meratapinya.

Ibn Qoyyim berkata: penyesalan jiwa itu ada dua macam, pertama, penyesalan yang sangat berat yaitu "jiwa yang bodoh" dan aniaya yang dibentuk Allah dan malaikat. Kedua, penyesalan yang ringan yaitu, jiwa yang selalu mencela dirinya atas kemalasannya. Sebaik-baik jiwa adalah manusia yang menyesali dirinya tidak taat kepada Allah, dia tidak peduli celaan orang yang mencela.²⁶

Diantara keistimewaan dzikir kepada Allah adalah bahwa dapat mengusir pengaruh dan mematahkan serta menundukkan syaitan, sehingga Allah yang maha pengasih dan penyayang berkenan meridhai,

²⁵ Zainudin Adnan, *Op,Cit*, hlm. 65

²⁶ *Ibid.* hlm. 67

menghilangkan kesulitan dan kesedihan hati, memberikan ketentraman, kebahagiaan dan keceriaan.

Dzikir juga memiliki keistimewaan dan khasiat sebagai obat hati yang keras. Dalam sebuah riwayat diterangkan, bahwa pada suatu ketika ada seseorang yang mengajukan pertanyaan kepada Hasan Al Bashri: “Ya Abu Said, aku ingin mengadu kepadamu, mengapa hatiku menjadi keras begini? Jawab Hasan Al Bashri: “Lunakkanlah hatimu dengan berdzikir” dalam riwayat lain, makhul menyatakan: “Menyebut dan mengingat nama Allah adalah obat, sedang menyebut dan mengingat nama sesama manusia adalah Penyakit (hati)”.²⁷

Dengan selalu mengingat Allah, hati atau jiwa akan jadi tentram dan sebaliknya ketika kita jarang ingat kepada Allah maka hati kita akan kering dan gersang. Sejauh mana kita sungguh-sungguh ingin hidup dalam ketenangan hati dan jiwa maka akan sangat terlihat dari beberapa banyak waktu kita gunakan untuk mengingat Allah.²⁸

Adapun beberapa manfaat berdzikir itu antara lain:

- a. Mewujudkan tanda baik sangka kepada Allah dengan amal yang shalih
- b. Membimbing hati dengan mengingat dan menyebut Allah.
- c. Memberikan sinaran kepada hati dan menghilangkan kekeruhan jiwa
- d. Mendatangkan kebahagiaan dunia dan akhirat
- e. Menyampaikan kepada derajat yang lebih tinggi di sisi Allah

²⁷ Asrofi, dkk (ed), *Setetes Embun Pagi Di Bukit Seribu Petuah Kiyai Ulama Gunung Kidul Seri-2* (Yogyakarta: Pemerintah Daerah Kabupaten Gunung Kidul, 2004), hlm. 163

²⁸ Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Dzikir & Doa* (Semarang: PT Pustaka Rizki Putra, 2002), hlm. 13

- f. Menghasilkan kemuliaan dan kehormatan di hari kiamat.
- g. Memperoleh sebutan dari Allah di hadapan hamba-hamba yang pilihan²⁹

G. Metode Penelitian

Untuk penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini penulis menggunakan metode sebagai berikut:

1. Jenis dan Obyek penelitian

Penelitian ini sepenuhnya adalah riset perpustakaan (*Library Research*),³⁰ yaitu penelitian yang kajiannya dengan menelusuri dan menelaah literatur-literatur dan penelitian yang difokuskan pada bahan-bahan pustaka. Dalam hal ini obyek yang penulis maksudkan adalah pemikiran Imam Al-Ghazali di bidang ilmu tasawufnya dan secara spesifik yaitu pemikirannya yang membahas tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa yang tertuang dalam buku-buku tasawufnya. Akan tetapi karena keterbatasan ilmu yang dimiliki penulis sehingga buku yang akan dikaji adalah buku-buku terjemahan karya Imam Al-Ghazali, meskipun demikian penulis akan selalu melihat pada buku-buku aslinya.

2. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptik analitik yaitu, Pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan/melukiskan keadaan subjek/objek penelitian (seseorang, lembaga, masyarakat dan lain-lain) pada saat

²⁹ *Ibid. hlm. 26*

³⁰ Winarno Surahmat, *Pengantar Penelitian Ilmiah* (Bandung: Tarito, 1994), hlm. 251

sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana adanya.³¹

Dalam hal ini penulis memaparkan dan menganalisis pemikiran Imam Al-Ghazali yang berkaitan dengan pemikirannya tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa.

3. Teknik Pengumpulan Data

Seperti yang telah dikemukakan bahwa penelitian ini adalah bersifat kepustakaan, maka pengumpulan data penulis membagi sumber menjadi dua bagian: *Pertama*, Sumber data primer, yaitu yang mencakup pemikiran-pemikiran dan konsep Al-Ghazali tentang dzikir seperti buku Ihya'Ulumuddin, Al-Munqidz min adh-Dhalal, Mi'raj al-Salikin. *Kedua*, Sumber data sekunder, yaitu mencakup referensi-referensi lainnya yang berkaitan dengan tema pembahasan yang dimaksud seperti terjemahan dan tulisan Al-Ghazali yang di tulis kembali oleh tokoh lain seperti Amin Syukur & Masyharuddin dengan judul bukunya Intelektualisme Tasawuf, Studi Intelektualisme Tasawuf Al-Ghazali, Kajiro Nakamura dengan judul buku Metode Zikir dan Doa Al-Ghazali, Sibawaihi dengan judul bukunya Eskatologi Al-Ghazali dan Fazlur Rahman dan Fathiyah Hasan Sulaiman dengan judul bukunya Aliran-Aliran dalam Pendidikan, Studi tentang Aliran Pendidikan menurut Al-Ghazali.

4. Metode Analisis Data

Dalam menganalisa data penulis menggunakan metode:

³¹ Soejono & H. Abdurrahman, *Metode Penelitian Suatu Pemikiran dan Penerapan* (Jakarta: PT Rineka Cipta dan PT Bina Adiaksara, 2005), hlm. 23

- a. Metode Induktif, Yaitu metode yang berangkat dari fakta-fakta khusus, peristiwa-peristiwa yang khusus dan yang kongkret, kemudian dari fakta-fakta atau peristiwa-peristiwa yang khusus itu di generalisasi sehingga mempunyai sifat umum.³² Dalam hal ini penulis berusaha mempelajari pemikiran Al-Ghazali tentang masalah pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa agar dapat dibangun suatu sintesis yang berupa kesimpulan yang bersifat umum.
- b. Metode Deduktif, yaitu metode yang dipergunakan untuk mengambil kesimpulan mulai dari pernyataan yang bersifat umum menuju ke yang khusus yang menggunakan rasio atau penalaran.³³ Metode ini penulis gunakan untuk memahami data yang bersifat umum yang biasanya merupakan data yang di kutip oleh Al-Ghazali dalam kitab *Ihya' Ulumuddin* khususnya tentang pengaruh dzikir agar dapat mengambil ketegasan menjadi sifat khusus.
- c. Metode Content Analysis atau disebut dengan analisis isi, yaitu Metode penelitian yang dimanfaatkan untuk menarik kesimpulan yang reflektif dan shahih dari data atas dasar konteksnya.³⁴ Dalam buku *Metode Penelitian (Suatu Pemikiran dan Penerapan)* Karangan Soejono S.H & H. Abdurrahman S.H disebutkan untuk menggunakan metode Content Analysis di perlukan tiga syarat yang di pakai dalam

³² Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* (Yogyakarta: Andi Ofset, 2004), hlm. 41

³³ Nana Sudjana, *Tuntunan Penyelesaian Karya Ilmiah* (Bandung: Sinar Baru, 1991), hlm. 7

³⁴ Soejono & H. Abdurrahman, *Op, Cit*, hlm. 13

analisis isi yaitu Objektivitas, pendekatan sistematis dan generalisasi.³⁵

Dalam hal ini penulis menggunakan metode ini untuk menganalisa isi pemikiran Imam Al-Ghazali yang terdapat dalam buku-buku karya Al-Ghazali sehingga lebih dianggap valid dan sah.

H. Sistematika Pembahasan.

Untuk penyusunan skripsi memerlukan sistematika pembahasan sehingga dipandang lebih sistematis terhadap penulisan kajian. Adapun sistematika pembahasan kajian ini penulis membagi kepada empat bab, yaitu:

Bab I, Pendahuluan, pada bab ini penulis menjelaskan secara umum tentang gambaran awal kajian yang akan di angkat oleh penulis, dalam hal ini penulis membagi kepada delapan pokok bahasan sehingga di harapkan lebih mudah dipahami dalam membacanya, adapun pokok bahasannya yaitu: Penegasan Judul, Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian, Kajian Pustaka, Kerangka Teori, Metode Penelitian, dan Sistematika Pembahasan

Bab II, Biografi Imam Al-Ghazali, pada bab ini penulis menjelaskan tentang biografi Al-Ghazali sebagai tokoh yang diangkat dalam kajian ini sehingga di harapkan dapat di pahami bagaimana sejarah hidupnya Al-Ghazali, untuk lebih mudah memahami biografi Al-Ghazali, maka dalam hal ini penulis membagi bab ini kepada empat pokok bahasan, yaitu: Riwayat

³⁵ *Ibid* hlm. 15

Hidup Al-Ghazali, Corak Pemikiran Al-Ghazali, Pokok-pokok Pemikiran Tasawuf Al-Ghazali, dan Karya-karya Al-Ghazali

Bab III, Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Ditinjau dari Keutamaan Melaksanakannya Menurut Pemikiran Imam Al-Ghazali, pada bab yang ketiga ini merupakan pembahasan pokok dari kajian yang diangkat oleh penulis, dalam bab ini penulis membagi bab ini kepada empat pokok bahasan, yaitu: Pengertian Dzikir, Dalil-dalil Keutamaan Berdzikir, Metode berdzikir, Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa

Bab IV, Penutup, bab ini merupakan kesimpulan dan sekaligus bagian penutup dari kajian yang dibahas oleh penulis, dalam bab ini penulis membagi ketiga pokok bahasan, yaitu: Kesimpulan, Saran-saran, dan Kata Penutup.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari pembahasan yang telah di sampaikan penulis pada bab-bab sebelumnya, maka dapat penulis simpulkan tentang tema Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Menurut Pemikiran Imam Al-Ghazali antara lain:

1. Pengaruh dzikir secara psikologis yaitu dapat mengembalikan keadaan seseorang yang hilang ingatan, sebab aktivitas dzikir mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut dan mereduksi kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya.
2. Dzikir juga mampu mengingatkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah, karena dzikir dengan *lailaha illallah* mampu menghadirkan sesuatu baik dalam bentuk perbuatan maupun perasaan, mengingat besarnya manfaat ucapan *lailaha illallah* dalam mengisi kekosongan rohani muslimin yang disibukkan oleh urusan duniawi.
3. Ketika seseorang melaksanakan dzikir maka jiwanya akan senantiasa tenang dan tentram sebab pengaruh dzikir sangat terkait dengan jiwa seseorang, (*alaa bidzkrillaahi tathomainnal Qulub*).
4. Keutamaan melaksanakan dzikir sebagaimana yang disebutkan Imam Al-Ghazali ada 4 macam, yaitu : *Satu*, Memperoleh Ampunan, *Dua*, menjadikan seseorang tidak mudah lupa dan lalai, *Tiga*, Memberikan

dorongan dan semangat dalam menghadapi masalah, *Empat, Menentramkan Jiwa.*

5. Dengan seringnya seseorang melaksanakan dzikir, maka perilakunya dapat menjadi lebih baik dan dapat bermanfaat bagi semua orang karena jiwa orang yang berdzikir telah di penuhi dengan hal-hal yang bersifat positif.

B. Saran-Saran

Dalam menjalani kehidupan di dunia yang hanya sementara ini, penulis menyarankan kepada siapa saja agar kiranya:

1. Senantiasa selalu mengingat Allah swt baik dalam keadaan suka maupun duka, karena tidak ada tempat meminta dan memohon yang paling utama selain kepada Allah swt.
2. Selalu melaksanakan berdzikir kepada Allah baik dalam hati ataupun dengan lisan karena dengan sering kita mengingat Allah melalui jalan berdzikir, maka Allah senantiasa mengingat kita di manapun dan kapanpun.
3. Janganlah kita senantiasa lupa untuk tidak mengingat Allah swt, karena mengingat Allah itu tidak hanya lewat dzikir saja, akan tetapi bisa melalui mensyukuri nikmat-nikmat yang diberikannya dengan jalan mengerjakan perintah-perintahnya serta menjauhi larangan-Nya.

C. Kata Penutup

Al-hamdulillah penulis ucapkan kepada Allah swt karena telah memberikan kesehatan sehingga pada saat ini penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini walaupun masih penuh dengan kekurangan.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan sangat jauh dari kesempurnaan, sehingga penulis mengharapkan masukan dan saran-saran dari pihak lain sehingga sempurnanya skripsi ini.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat berguna bagi semua orang dan menjadi tambahan khasanah keilmuan dalam setiap orang yang memerlukan. Dan akhirnya penulis mengucapkan terima kasih terhadap semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyusun Skripsi ini.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Munir Mulkan, *Mencari Tuhan dan Tujuh Jalan Kebebasan Sebuah Esai Pemikiran Imam Al-Ghazali* (Jakarta: Bumi Aksara, 1992).
- Abu Ahmad Muhammad Naufal, *Berdoa dan Bershalawat Ala Al-Ghazali* (Yogyakarta: Al-Mahalli Press, 1999)
- Abu Bakar Aceh, *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian Tentang Mistik* (Solo: Ramadhani, 1993)
- Ahmad Rofiq, *"Konsep Dzikir menurut Imam Al-Ghazali,"* Skripsi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (2003)
- Ahmad Soetjipto, *Dzikirulloh* (Yogyakarta: LPPM IAIN Sunan Kalijaga, 1986)
- Al-Quran dan Terjemahan, Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an Depag RI, (Semarang: CV Toha Putra, 1989)
- Al-Ghazali, *Ihya 'Ulumuddin*, alih bahasa, H. Ismail Yakub (Jakarta: Asli Indonesia, 1977)
- _____, *Ihya Ulumuddin Jilid I* (Semarang: Toha Putra, 2003)
- _____, *Ihya'Ulumuddin Jilid III*, alih bahasa Purwanto (Bandung: Marja', 2004)
- _____, *Ihya' Ulumuddin Jilid VI*, alih bahasa Purwanto (Bandung: Marja', 2005)
- _____, *Asrar Al-Adzkar Wa Ad-Da'awat*, alih bahasa, Muhammad Al-Baqir, *Rahasia Dzikir dan Doa* (Bandung: Karisma, 1999)
- _____, *Raudhah al-Thalibin wa'Umdah al-Salikin wa Minhaj al-'Arifin*, alih bahasa, Masyhur Abadi dan Hasan Abrori, *Mihrab Kaum Arifin Apresiasi Sufistik untuk Para Salikin* (Surabaya: Pustaka Progressif, 2002)
- _____, *Al-Adzkar wad-Da'awaat, ad—Daawaat al-Mustajaabah wa Mafaatih al-faraj*, alih bahasa Waskuman, *Munajat Al-Ghazali; Dzikir dan Doa Wacana Amaliah Keseharian* (Surabaya: Risalah Gusti, 1999)
- _____, *Tahzib Al-Akhlak wa Mu'alajat Amradh Al-Qulub*, alih bahasa Muhammad Al-Baqir, *Mengobati Penyakit Hati Membentuk Akhlak Mulia* (Bandung: Karisma, 1999)

- _____, *Raudhatut Thalibien wa'Umdatut Saalikien*, alih bahasa, Muhammad Lukman Hakien, *Raudhah, Taman Jiwa kaum Sufi* (Surabaya: Risalah Gusti, 1997)
- _____, *Mukhtashar Ihya'Ulumuddin*, alih bahasa Irwan Kurniawan, *Mutiara Ihya'Ulumuddin* (Bandung: Mizan, 2003)
- _____, *Al-Munqidz min adh-Dhalal*, alih bahasa, Achmad Khuduri Soleh, *Kegelisahan Al-Ghazali, Sebuah Otobiografi Intelektual* (Bandung: Pustaka Hidayah, 1998)
- _____, *Kimya' Al-Sa'adah*, alih bahasa Haidar Bagir, *Kimia Kebahagiaan Al-Ghazali* (Bandung: Mizan, 1995)
- _____, *Adab' Al-Uzlah*, alih bahasa Muhammad Al-Baqir, *Ber-Uzlah atau Bergaul; Mana yang lebih Utama* (Bandung: Karisma, 1999)
- _____, *Mizanul Amal*, alih bahasa, H.A Mustofa, *Neraca Beramal* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1995)
- _____, *Mi'raj al-Salikin*, alih bahasa, Fathur Rahman, *Tangga Pendakian bagi Para Hamba yang Hendak Merambah Jalan Allah* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2005)
- _____, *Fandus dzikir Waddu'a Inda Khaatamil Anbiya'*, alih bahasa, Zaid Husein Alhamid, *Berjumpa Allah Lewat Doa* (Surabaya: Media Idamana, 1993)
- _____, *Tahafut Al-Falasifah*, alih bahasa. Achmad Maimun, *Kerancuan Filsafat* (Yogyakarta: Islamika, 2003)
- _____, dkk, *Tazkiyatun an-Nufus*, alih bahasa, Nabhani Idris, *Pembersih Jiwa* (Bandung: Penerbit Pustaka, 1990)
- Amin Syukur & Masyharuddin, *Intelektualisme Tasawuf, Studi Intelektualisme Tasawuf Al-Ghazali* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002)
- Asrofi, dkk (ed), *Setetes Embun Pagi di Bukit Seribu Petuah Kiyai Ulama Gunung Kidul Seri-2* (Yogyakarta: Pemerintah Daerah Kabupaten Gunung Kidul, 2004)
- Asmaran As, *Pengantar Studi Tasawuf* (Jakarta: PT RajaGrafindo, 1994)
- Burhan, *Kharisma Sufi, Kisah teladan dan Nasehat Orang-Orang Suci* (Jombang: Lintas Media, t.th)
- Busyairi Majidi, *Ibnu Maskawaihi Pemikirannya Tentang Psikologi dan Pendidikan*, "Jurnal Al – Jamiah, No. 58 (Tahun. 1995)

- Fathiyah Hasan Sulaiman, *Aliran-Aliran dalam Pendidikan, Studi tentang Aliran Pendidikan menurut Al-Ghazali* (Semarang: Dina Utama, 1993)
- Harun Nasution, *Islam Ditinjau dari Berbagai Aspeknya, Jilid II* (Jakarta: UI Press, 2002)
- Huston Smith, *Ensiklopedi Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo, 2002)
- Ibn Abi Ishaq, *Al-Ta'aruf li-Madzhabi Ahl Al-Tashawwuf*, alih bahasa, Rahmani Astuti, *Ajaran-Ajaran Kaum Sufi* (Bandung: Mizan, 1993)
- Ibnu Miskawaih, *Menuju Kesempurnaan Akhlak* (Bandung: Mizan, 1994)
- Ibnu Qayyim Al-Jauziyah, *Madarijus Salikin Baina Manazili Iyyaka Na'budu wa Iyyaka Nasta'in*, alih bahasa Katsur Suhardi, *Pendakian Menuju Allah* (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 1998)
- _____, *Fawaaidul – Adzakaar*, alih bahasa, Abdul Hayyie al-Kattani & Budiman Mushthafa, *Zikir Chaya Kehidupan* (Jakarta: Gema Insani Press, 2003)
- Kajiro Nakamura, *Ghazali and Prayer*, alih bahasa Uzair Fauzan, *Metode Zikir dan Doa Al-Ghazali* (Bandung: Arasy Mizan, 2005)
- Muhammad Abul Quasem, *The Ethics of al-Ghazali*, alih bahasa, J. Wahyudi, *Etika Al-Ghazali* (Bandung: Pustaka, 1988)
- Nana Sudjana, *Tuntunan Penyelesaian Karya Ilmiah* (Bandung: Sinar Baru, 1991)
- Najichah, "Studi Tentang Konsep Pengendalian Emosi Marah menurut Imam Al-Ghazali," Skripsi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (2002)
- Rasyid & R. Abdul Malik, *Dzikir dan Doa Kesembuhan dan Rezeki* (Jakarta: Grafikatama, 1992)
- Sibawaihi, *Eskatologi Al-Ghazali dan Fazlur Rahman* (Yogyakarta: Islamika, 2004)
- Simuh, *Tasawuf dan Perkembangannya dalam Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2002)
- _____, *Sufisme Jawa, Tasawuf Transformasi Islam ke Mistik Jawa* (Yogyakarta: Yayasan Benteng Budaya, 1996)
- Soejono & Abdurrahman, *Metode Penelitian Suatu Pemikiran dan Penerapan* (Jakarta: PT Rineka Cipta dan PT Bina Adiaksara, 2005)

Sudarsono, *Filsafat Islam* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997)

Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* (Yogyakarta: Andi Offset, 2004)

Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Dzikir & Doa* (Semarang: PT Pustaka Rizki Putra, 2002)

Usman Said, *Pengantar Ilmu Tasawuf* (Sumatera Utara: Proyek Pembinaan PTA IAIN Sumatera utara, 1982)

Winarno Surahmat, *Pengantar Penelitian Ilmiah* (Bandung: Tarito, 1994)

Zainuddin dkk, *Seluk Beluk Pendidikan dari Al-Ghazali* (Jakarta: Bumi Aksara, 1991)

Zainudin Adnan, *Pensucian Jiwa dalam Pandangan Ulama Salaf* (Yogyakarta: Sumbangsih Offset, 1994)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA