

ABSTRAK

Rifqi Farisa: Terapi Sufistik Tarekat Idrisiyyah Untuk Mengatasi Kecemasan (Studi Deskriptif di Pondok Pesantren Al-Fathiyyah, Kp.Pojok Salak, Ds.Jonggol, Kec.Jonggol, Kab.Bogor)

Pada zaman ini, yang mana Revolusi Industri sudah mencapai tahap 4.0 (R.I. 4.0) secara lambat laun mengubah Manusia menjadi serba canggih, modern, dan serba mudah dalam melakukan banyak kegiatan sehari-hari. Manusia di zaman ini adalah makhluk yang berpikir logis dan mampu memanfaatkan berbagai kecanggihan teknologi untuk meningkatkan kualitas kehidupannya. Tetapi kemajuan teknologi yang tengah berkembang pesat ini, tidak dapat mengurangi penderitaan dan kekacauan yang dialami manusia. Walaupun pada dasarnya setiap teknologi diciptakan untuk menjawab persoalan-persoalan kehidupan manusia. Ada banyak permasalahan yang tidak dapat dijawab oleh kemajuan teknologi seperti persoalan-persoalan kejiwaan yang tengah mengancam manusia modern seperti yang kita lihat saat ini.

Berdasarkan hal tersebut. Maka, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Terapi Sufistik Perspektif Tarekat Idrisiyyah Jonggol Kabupaten Bogor, untuk mengetahui Metode Terapi Sufistik Tarekat Idrisiyyah Jonggol Kabupaten Bogor, dan Untuk Mengetahui Hasil dari Terapi Sufistik Tarekat Idrisiyyah Jonggol Kabupaten Bogor dalam Mengatasi Kecemasan menurut para jamaah yang melakukannya.

Ponpes Al-Fathiyyah dalam melakukan Terapi Sufistik ada beberapa tahapan yang harus dilakukan yaitu, wudhu, shalat maghrib berjamaah, membaca kitab hadiqah Riyahin, membaca shalawat, mengadakan Majelis Ilmu, dan yang terakhir melakukan kegiatan Majelis Zikir dan Wirid.

Menurut Ponpes Al-Fathiyyah, terapi sufistik adalah cara penyembuhan penyakit fisik dan Batin yang menggunakan nilai-nilai kesufian atau Tasawuf. Sedangkan Tarekat menurut mursyid Tarekat Idrisiyyah adalah sistem dalam memahami dan mengamalkan agama dibawah bimbingan mursyid. Dan definisi kecemasan, menurut Nevid adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Dari wawancara yang penulis lakukan di Ponpes Al-Fathiyyah terhadap ke lima jamaah, dan tiga ciri kecemasan yang penulis teliti, maka dapat disimpulkan bahwa dari kecemasan Fisik, Kognitif dan Behavioral, kelima jamaah tersebut hanya merasakan kesemasan secara fisik terdiri dari dua orang, yang merasakan kecemasan secara Kognitif semuanya merasakan, dan yang terakhir kecemasan secara Behavioral tidak ada satupun jamaah yang diwawancara oleh penulis merasakan kecemasan secara Behavioral ini.

Kata kunci: *Kecemasan, Tarekat Idrisiyyah, Terapi Sufistik.*