

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Allah SWT menciptakan manusia dari dua aspek yaitu aspek lahiriah/zhahir dan batin. Aspek lahiriah merupakan keadaan fisik, anggota badan yang dapat dilihat oleh panca indera. Sedangkan sebaliknya, unsur batin merupakan keadaan abstrak dari manusia yang tidak dapat dilihat oleh panca indera.¹

Yang termasuk kedalam aspek lahiriah manusia adalah jasad (*jisim*). Jasad ini merupakan bentuk turunan dari manusia pertama yaitu Nabi Adam AS. Jasad dibentuk dari beberapa zat seperti yang dikatakan oleh para filsuf Yunani yaitu air, udara, tanah, dan api yang merupakan unsur bumi tempat ia tinggal.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ طِينٍ

“Dan Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah“ (QS. Al-Mu'minun [23]: 12).²

Zat-zat tersebut digabung, disatukan, diikat oleh sesuatu yang berasal dari Sang Maha Hidup, yaitu ruh. Jika ruh diangkat, maka zat-zat itu akan kembali terurai ke sifatnya semula, menjadi saripati tanah. Kedudukan jasad yaitu sebagai kuda, pakaian, atau kendaraan bagi pengendaranya, yaitu jiwa. Jika jiwa sebagai pengendaranya telah kembali ke alamnya, maka jasad akan terurai kembali menjadi unsur kebumian.

Sedangkan yang termasuk kedalam unsur batin yaitu jiwa (*nafs*), ruh, hati (*qalb*) dan akal (*aql*). Yang pertama, jiwa (*nafs*) adalah salah satu unsur batin pembentuk manusia. Jiwa inilah sesungguhnya yang disebut diri atau yang menjadi hakikat keinsanan pada manusia, bukan jasadnya. Jiwa ini dibentuk dari cahaya, *nur illahi*. Berbeda dengan jasad yang membutuhkan ruh untuk hidup, jiwa ini berasal dari cahaya Allah telah hidup walaupun tanpa ruh. Kedudukan jiwa adalah sebagai sasaran pendidikan Allah ‘Azza wa Jalla, untuk diajari tentang Dia dan ayat-ayat-Nya, sehingga ia mampu mempersaksikan bahwa segala sesuatu, termasuk dirinya sendiri, adalah *Al-Haqq*. Jiwa inilah yang harus berubah dari kondisi terendah

¹Barmawi Umary. *Materia Akhlak*. Solo: CV Ramadhani, 1989. 20.

²Depag RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*. Jakarta: Mahkota Surabaya, 1989. 60.

menjadi kondisi sebagaimana seharusnya. Perubahan kondisi jiwa adalah syarat agar Allah mengubah kondisi insan. Seseorang yang mengubah keadaan jiwanya, maka Allah pun akan mengubah keadaan orang tersebut.

لَهُرْ مُعَقَّبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفَهُءَ حَافِظُونَهُرْ مِّنْ أَمْرِ اللّٰهِ ؕ إِنَّ اللّٰهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوهُرْ مَا بِأَنفُسِهِمْ ؕ وَإِذَا أَرَادَ اللّٰهُ بِقَوْمٍ سُوءَآءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُرْ ؕ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِءَ مِن وَّالٍ ؕ ﴿١١﴾

“*Sesungguhnya tidaklah Allah akan mengubah keadaan suatu kaum, hingga mereka mengubah keadaan jiwa-jiwa mereka*” (QS. Ar-Ra’d [13]: 11).

Yang kedua, ruh merupakan unsur batin pembentuk manusia. Ruh berasal dari Yang Maha Hidup, ditiupkan-Nya kepada jasad sehingga menjadi hidup. Jika jiwa berasal dari *alam malakut* (alamnya para malaikat), maka ruh berasal dari alam yang lebih tinggi, yaitu *alam jabarut* (alam yang paling dekat dengan Allah ‘Azza wa Jalla). Ruh berasal dari Allah, dan pasti akan kembali kepada-Nya.³

Kemudian yang ketiga, unsur batin pembentuk manusia adalah hati. Hati (*qalb*) sinonim dengan kata *taqallub* yang artinya perubahan, fluktuasi, berbolak-balik. Nabi SAW bersabda, “*Hati seluruh anak Adam berada dalam dua jemari Yang Maha Pengasih. Dia menggerakkannya kemana saja sesuai kehendak-Nya*”. Maka Allah disebut sebagai *musharrif al-qulub* atau *muqallib al-qulub* (Sang Penggerak Hati). Menurut Ibn al-Arabi, hati tidak hanya sebagai tempat perasaan melainkan lebih merupakan lokus ilmu dan menurutnya bahwa hati diibaratkan Ka’bah yang bermakna rumah suci bagi manusia.⁴

Terakhir yang keempat, unsur batin pembentuk manusia yaitu akal. Menurut para filsuf bahwa akal merupakan unsur pembeda antara manusia dengan binatang, sehingga dikenallah istilah bahwa manusia adalah binatang yang berpikir. Rasul SAW bersabda, “*Setiap sesuatu memiliki tiang penyangga, tiang penyangga amal perbuatan seseorang adalah akal. Dengan anugerah akal itu, seseorang dapat beribadah lebih sempurna kepada Tuhannya*”. Dalam tasawuf, akal merupakan sarana memperoleh pengetahuan yang benar, mengarahkan

³www.kadisijah.com. Diakses tanggal 7 april 2018.

⁴William C Chittick. *The Sufi Path of Knowledge (Tuhan Sejati dan tuhan-tuhan Palsu)*. Yogyakarta: Penerbit Qalam, 2007. 45.

latihan-latihan batin (*riyadlah*), dan sebagai sarana berpikir benar dan lurus untuk memperoleh pengalaman dan pengetahuan sufistik.⁵

Kedua aspek zhahir dan batin tersebut, dituntut untuk menjalankan fungsinya yaitu melakukan amal. Amal berasal dari bahasa Arab ‘amal yang berarti pekerjaan atau perbuatan berupa perwujudan yang konkrit secara batin dan zhahir. Dalam bahasa Indonesia, amal berarti perbuatan baik atau buruk. Istilah amal hanya dihubungkan dengan manusia, karena hanya manusia yang dapat mengerjakan amal.

An-Nahl Ayat 97;

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾

Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam Keadaan beriman, Maka Sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik[839] dan Sesungguhnya akan Kami beri Balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.

Sebagai landasan dalam beramal, hendaknya manusia memahami firman-Nya dalam

Qur'an surat Az-Zariyat ayat 56;

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

“Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku”.

Manusia diciptakan yaitu untuk beribadah kepada Allah semata. Maka, manusia yang sukses yaitu manusia yang berfungsi sebagaimana tujuan penciptaannya. Oleh sebab itu, manusia harus memahami dengan benar makna ibadah dan merealisasikannya agar sukseslah visi penciptaannya.⁶

Untuk dapat beribadah kepada Allah SWT, manusia dituntut mengetahui tentang iman, Islam dan ihsan. Dalam sebuah hadis dijelaskan,

“Wahai Muhammad! Beritahukanlah kepadaku, apa itu iman? Nabi menjawab, iman ialah hendaknya kamu percaya kepada Allah, para malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, para rasul-

⁵Ahmad Khalil. *Merengkuh Bahagia (Dialog Al-Qur'an, Tasawuf, dan Psikologi)*. Malang: UIN Malang Press, 2007. 124.

⁶Abul A'la Maududi. *Menjadi Muslim Sejati*. Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1998. 32.

Nya, hari akhir dan ketentuan Allah, baik maupun buruknya semuanya dari Allah SWT. Apa itu Islam? Islam adalah hendaknya kamu bersaksi tidak ada Tuhan selain Allah dan bahwasannya aku adalah utusan Allah, hendaknya kamu melaksanakan shalat, menunaikan zakat, melaksanakan puasa pada bulan Ramadhan, dan melaksanakan ibadah haji bagi orang yang mampu melaksanakannya. Ihsan adalah hendaknya kamu beribadah kepada Allah seolah-olah kamu melihat-Nya, dan jika kamu tidak dapat melihat-Nya, sesungguhnya Dia melihat kamu” (HR. Bukhari).⁷

Ibadah merupakan salah satu kelanjutan dari iman. Kalau tidak ada ibadah, maka iman hanya menjadi rumusan abstrak tanpa ada kemampuan memberi dorongan batin kepada individu untuk berbuat sesuatu dengan tingkat ketulusan yang sejati. Karena itu, iman dilembagakan dalam peribadatan sebagai ekspresi penghambaan seseorang kepada pencipta dan tujuan hidupnya, yakni Allah.

Ibadah juga mengandung makna instrumental, karena bisa dilihat sebagai usaha pendidikan pribadi dan kelompok kearah komitmen atau pengikat batin kepada tingkah laku yang bermoral. Melalui ibadah seorang yang beriman memupuk dan menumbuhkan kesadaran individual dan sekaligus kolektifnya akan tugas pribadi dan sosialnya mewujudkan kehidupan bersama yang sebaik-baiknya di dunia ini.

Dalam Al-Qur’an diungkapkan harapan bahwa salah satu efek terpenting ibadah adalah tumbuhnya solidaritas sosial. Bahkan ditegaskan bahwa tanpa tumbuhnya solidaritas sosial, maka ibadah bukan saja bernilai sia-sia dan tidak membawa kepada keselamatan, namun malah mendapat celaka.

لِّلْمُصَلِّينَ ۖ فَوَيْلٌ لِّلْمَسْكِينِ ۖ طَعَامُهُمْ عَلَىٰ تَخَضُّعٍ وَلَا ۖ الْيَتِيمَ يَدْعُ ۖ الَّذِي فَذَلَ لَكَ ۖ بِالَّذِينَ يُكَذِّبُ ۖ الَّذِي أَرَاءَيْتَ
الْمَاعُونَ وَيَمْنَعُونَ ۖ يُرَاءُونَ ۖ هُمُ الَّذِينَ سَاهَوْنَ صَلَاتِهِمْ عَنِ الَّذِينَ ۖ

“Tahukah kamu (orang) yang mendustakan agama? Itulah orang yang menghardik anak yatim, dan tidak menganjurkan memberi makan orang miskin. Maka kecelakaanlah bagi

⁷Achmad Sunarto, Syamsuddin Noor. *Himpunan Hadits Shahih Bukhari*. Jakarta: Annur Press, 2012. 88.

orang-orang yang shalat, (yaitu) orang-orang yang lalai dari shalatnya, orang-orang yang berbuat riya, dan enggan (menolong dengan) barang berguna” (QS. Al-Ma’un [107]: 1-7).⁸

Shalat merupakan salah satu bentuk ibadah, rukun Islam yang kedua setelah ikrar keimanan dan ketauhidan dua kalimat syahadat. Begitu pokoknya ibadah shalat, sehingga Allah 'Azza wa Jalla mengatakan bahwa shalat merupakan amal yang pertama kali akan dihisab, jika amal ibadah shalat seseorang baik maka baik pula amalan yang lainnya, begitupun sebaliknya jika ternyata di *yaumul hisab* amal ibadah shalat seseorang buruk maka buruk pula amalan yang lainnya, *wallahu 'alam bishawab*.⁹

Amalan shalat yang bersifat zhahir masih tetap dilaksanakan dengan baik oleh Muslim yang hidup di lingkungan Islam, sedangkan amalan batin dalam shalat sebaliknya. Nabi SAW bersabda, "*Ilmu yang pertama kali diangkat dari muka bumi ialah kekhusyukan*" (Diriwayatkan oleh Thabrani dengan sanad hasan). Sabda Nabi SAW, "*Betapa banyak orang yang menegakkan shalat hanya memperoleh letih dan payah*". Orang yang dimaksudkannya tidak lain adalah orang yang lalai. Diriwayatkan dari Basyar bin al-Harits dalam apa yang diriwayatkan oleh Abu Thalib al-Makki dari Sufyan ats-Tsauri, ia berkata, "*Barangsiapa tidak khusyuk maka shalatnya rusak*".¹⁰

Terkadang orang yang shalat hanya memperhatikan kuantitasnya saja dan melupakan kualitas shalat itu sendiri. Sehingga walaupun seseorang mendirikan shalat secara kontinu dengan jumlah rakaat yang banyak, tapi shalatnya kurang memberikan pengaruh dalam kehidupannya. Padahal shalat merupakan salah satu ibadah yang begitu sakral, merupakan munajat hamba kepada Rabbnya. Shalat yang dilaksanakan dengan benar, akan memberi banyak pengaruh yang positif terhadap kehidupan.

Berangkat dari latar belakang pelaksanaan ibadah shalat yang belum khusyuk sehingga shalat tersebut seolah belum memberi manfaat bagi pelaksananya apalagi untuk orang lain, penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian literatur tentang “Perspektif Imam al-Ghazali tentang Amalan Shalat sebagai Terapi Batin” dengan harapan agar lebih banyak lagi Muslim yang melaksanakan shalat secara utuh dengan tidak hanya melaksanakan shalat secara

⁸Tristriadi Ardi Ardani. *Psikiatri Islam*. Yogyakarta: UIN-Malang Press, 2008. 102.

⁹Abudzar Al-Qalamuni. *Kembali ke Allah*. , Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, tt. 41.

¹⁰ Said Hawa. *Tazkiyatu Nafs*. Robbani Press. 56.

zhahir/lahiriah saja tapi juga melaksanakan amalan batinnya. Sehingga shalat tersebut akan memberi pengaruh positif bagi pelaksananya hingga untuk orang lain.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Amalan Batin dalam Shalat menurut Imam al-Ghazali?
2. Bagaimana analisis perspektif Tasawuf Psikoterapi terhadap Amalan Batin dalam Shalat menurut Imam al-Ghazali?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui Amalan Batin dalam Shalat menurut Imam al-Ghazali.
2. Mengetahui analisis perspektif Tasawuf Psikoterapi terhadap Amalan Batin dalam Shalat menurut Imam al-Ghazali.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Mengembangkan khazanah keilmuan tentang shalat khususnya dari segi amalan batinnya.
 - b. Mengembangkan pengetahuan tentang pengaruh shalat yang khusyuk (berkualitas) dalam perspektif Tasawuf Psikoterapi.
2. Secara Praktis
 - a. Sebagai motivasi untuk melaksanakan shalat dengan utuh (baik dan benar/berkualitas) yaitu shalat yang bukan hanya melaksanakan amalan zhahir/lahiriah saja tapi juga memperhatikan dan melaksanakan amalan batinnya.
 - b. Pengaplikasian shalat khusyuk sehingga diharapkan memberi pengaruh terhadap diri berupa ketenangan jiwa dan akhlak yang baik.

E. Tinjauan Pustaka

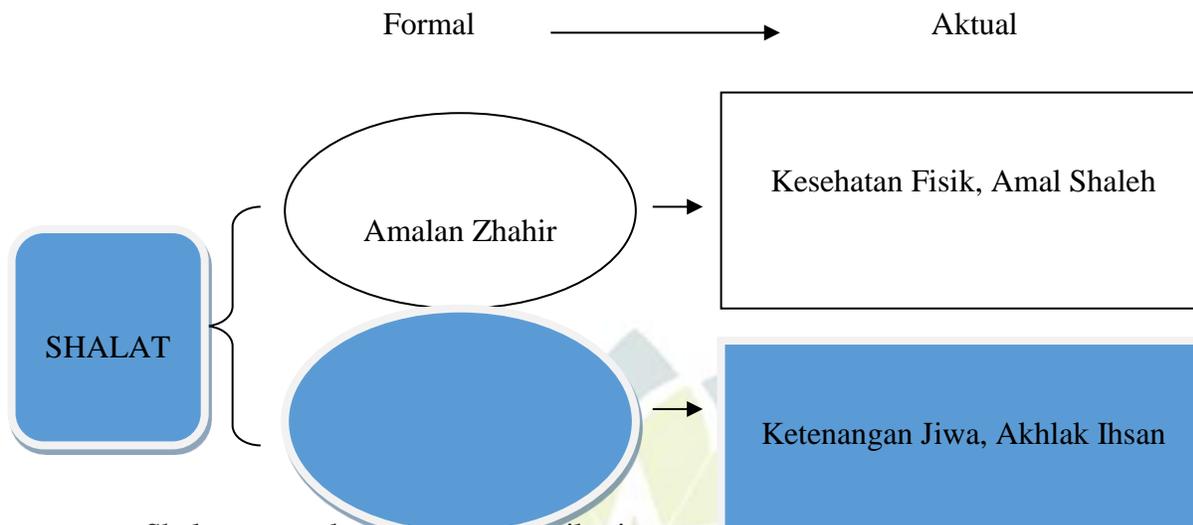
1. Skripsi Ima Rahmawati dengan judul “Shalat sebagai Metode untuk Mencapai Mukasyafah menurut Imam al-Ghazali”. Dengan kesimpulan bahwa; Shalat menurut Imam al-Ghazali, memiliki guna praktis untuk menyelesaikan masalah manusia dan pencapaian kebahagiaan sejati manakala seseorang telah bermakrifat melalui jalan mukasyafah.

2. “Metode Tazkiyatu Nafs (Penyucian Jiwa) melalui Ibadah Shalat dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Akhlak (Telaah Pemikiran Imam al-Ghazali)” skripsi dari Khoiril Mustangin. Implikasi dari metode tazkiyatu nafs melalui ibadah shalat terhadap pendidikan akhlak menurut Imam al-Ghazali dapat dilihat dari dua hal yaitu:
Pertama, dari nilai-nilai pendidikan akhlak yang terkandung dalam gerakan shalat yaitu terdiri dari rasa syukur, kejujuran, ketenangan atau tidak tergesa-gesa, tidak putus asa (optimis), tidak berlebih-lebihan, tidak sombong, tidak egois, sabar, patuh terhadap peraturan, tata cara beretika yang baik, dan peduli terhadap orang lain dengan tolong menolong. Kedua, dapat dilihat dari implikasi kekhusyukan dalam ibadah shalat terhadap pendidikan akhlak yang menjadikan seseorang lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, lebih melatih konsentrasi, dan darinya akan menimbulkan jiwa yang tenang.
3. “Shalat Sebagai Metode Terapi Terhadap Gangguan Kejiwaan (Kajian terhadap aspek-aspek terapi dalam ibadah)” skripsi dari Euis Komalasari. Kriteria kualitas shalat yang dapat dijadikan sebagai metode terapi terhadap gangguan kejiwaan, yaitu kualitas ibadah shalat yang para pelakunya memelihara syarat, rukun, adab dan waktu kaifiyat pelaksanaan shalat disertai dengan penuh kekhusyukan serta pelakunya mengaktualisasikan nilai guna ibadah shalat dalam aspek kehidupan.
4. “Implementasi Konsep Pemaknaan Shalat Imam Al-Ghazali dalam Membentuk Etika Auditor untuk Mewujudkan Kualitas Audit di Kantor Akuntan Publik Semarang” skripsi dari Husnurrosyidah Nadhirin. Dengan kesimpulan bahwa: (1) implememtasi pemaknaan shalat imam Al-Ghazali dapat membentuk integritas auditor dalam melaksanakan tugas audit yang bersih, obyektif dan transparan di KAP di Semarang, (2) Kualitas dan obyektifitas audit mengalami peningkatan sehingga kepercayaan pengguna jasa akuntan publik di Semarang juga ikut meningkat.

Penelitian yang akan penulis lakukan mempunyai kemiripan dengan skripsi-skripsi yang telah disebutkan diatas, yaitu pada analisis salat menurut Imam al-Ghazali, namun yang membedakan penelitian penulis pada salat menurut Imam al-Ghazali adalah penulis mengkaji fokus pada amalan batinnya yang kemudian dianalisis dari perspektif Tasawuf Psikoterapi.

F. Kerangka Pemikiran

Skema Kerangka Pemikiran



Shalat merupakan media komunikasi seorang hamba dengan Penciptanya. Di dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Muslim dinyatakan bahwa setiap ayat dari surat Al-Fatihah yang dibaca sewaktu shalat langsung dijawab Allah SWT; “Sesungguhnya Kami berada dibelakang imam (dalam shalat), maka berkatalah ia kepada kami: Bacalah Al-Fatihah dalam hatimu, karena aku telah mendengar Rasulullah SAW mengatakan: Telah berkata Allah *Azza wa Jalla*: “Aku bagi shalat antara Aku dan hamba-Ku menjadi dua bagian, dan bagi hamba-Ku apa yang mereka minta. Apabila hamba-Ku mengatakan, segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam, Allah menjawab: Hamba-Ku telah memuji-Ku dan apabila hamba-Ku mengatakan, Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, Allah menjawab: Hamba-Ku telah menyanjung-Ku; dan apabila hamba-Ku mengatakan, Yang merajai hari pembalasan, Allah menjawab: hamba-Ku telah memuliakan-Ku; dan apabila hamba-Ku mengatakan, kepada Engkau saja kami menyembah dan kepada Engkau kami memohon pertolongan, Allah menjawab: Ini seperdua untuk-Ku dan seperdua untuk hamba-Ku, bagi hamba-Ku apa yang dimintanya; dan apabila hamba-Ku mengatakan, tunjukilah kami jalan yang lurus, yaitu jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat atas mereka, bukan jalan orang-orang yang Engkau murkai dan bukan pula jalan yang sesat, Allah menjawab: Ini semuanya untuk hamba-Ku dan bagi hamba-Ku apa saja yang dimintanya”.

Hadis ini menegaskan bahwa sewaktu membaca Al-Fatihah di dalam shalat, seorang hamba berdialog langsung dengan Allah SWT, karena setiap apa yang kita ucapkan, Allah langsung membalasnya.

Indikasi di atas menyatakan bahwa setiap sesuatu pasti mengandung hakikat. Maka demikian halnya dengan shalat. Kalau kita renungkan setiap gerakan shalat dan segala kandungan atau makna yang kita baca di dalamnya, maka dapatlah disimpulkan bahwa shalat itu mengandung hakikat sebagai berikut:

Shalat berisi pernyataan pengakuan seorang hamba akan adanya Tuhan, ke-Esaannya dan segala sifat-sifat kesempurnaan, yang menciptakan segala sesuatu yang ada di alam semesta ini, yang mengatur dan memelihara dengan sebaik-baiknya dan secermat-cermatnya. Karena Dia-lah tempat insan manusia bergantung dan mengadukan segala problemnya. Dia-lah yang paling patut disembah oleh hamba-Nya. Hal ini tercermin antara lain dengan gerakan hamba-Nya di dalam shalat dan bacaan *Allahu Akbar, Bismillahirrahmanirrahim, Alhamdulillah rabbil 'alamin, Arrahmanirrahim, Maaliki yaumiddin, Iyyakana'budu wa iyyakanasta'in* dan seterusnya.¹¹

Shalat merupakan pengakuan seorang hamba, bahwa ia adalah makhluk Allah yang kecil, yang lemah, yang hina dan sebagainya, yang sangat memerlukan petunjuk-Nya, bantuan-Nya dan perlindungan-Nya, yang harus patuh kepada segala aturan-Nya kalau ingin selamat dan bahagia di dunia apalagi di akhirat nanti.

Shalat juga berisi pernyataan pengakuan seorang hamba, bahwa selama ini ia sudah banyak melakukan dosa, karena banyak peraturan Tuhan yang dilanggar olehnya atau belum melaksanakan perintah-Nya. Hal ini sangat mungkin terjadi karena adanya godaan syetan, orang kafir, hawa nafsu dan lain-lain. Karena itu seseorang yang merasa berdosa datang menghadap Allah untuk memohon ampunan-Nya agar diampuni kesalahannya.

Hakikat shalat khusyuk. Shalat yang dapat dijadikan obat mujarab adalah shalat yang dilakukan dengan penuh kekhusyukan. Shalat yang khusyuk artinya dilakukan dengan penuh konsentrasi, ikhlas, pasrah dan tawadhu.

Dalam mengkonsentrasikan pikiran, maka bagi yang mengerjakan harus sadar benar bahwa dirinya sedang melakukan shalat. Jika usaha mengonsentrasikan pikiran telah dicapai

¹¹ Yahya Jaya. *Spiritualisasi Islam dalam Mengembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Ruhama, 1994. 55.

maka shalat akan dilaksanakan dengan tertib, baik, teratur dan tumaninah, sesuai dengan ketentuan-ketentuan, serta terhindar dari kekeliruan-kekeliruan. Dengan demikian konsentrasi pikiran atau mengkhushyukan diri dalam shalat merupakan modal utama bagi kesuksesan shalat. Shalat yang benar juga akan menjadi sumber utama pengobatan dan kesehatan.¹²

Tentang kewajiban serta keuntungan yang didapat dari kekhusyukan sewaktu shalat telah difirmankan Allah dalam surat Al-Mukminun ayat 1-11, yang artinya: *“Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang beriman, yaitu orang-orang yang khushyuk dalam shalatnya dan orang-orang yang menjauhkan diri dari perbuatan yang tiada berguna dan orang-orang yang menjaga kemaluannya kecuali terhadap istri-istri mereka atau budak yang mereka miliki, maka sesungguhnya mereka dalam hal ini tiada tercela. Barangsiapa mencari dibalik itu semua maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas. Dan orang-orang yang memelihara amanat-amanat dan janjinya dan orang-orang yang memelihara shalatnya. Mereka itulah orang-orang yang akan mewarisi, yaitu mewarisi surga firdaus. Mereka kekal di dalamnya”*.

Mengenai pentingnya khushyuk di dalam shalat, Rasulullah SAW bersabda: *“Seandainya khushyuk hati (orang) ini tentu khushyuk pula seluruh anggota badannya”* (HR. Al-Hakim).

Kekhusyukan dalam shalat akan berpengaruh pula pada khushyuknya kehidupan insan yang melakukannya. Yang dimaksud khushyuk pada kehidupan adalah mampu menjaga diri dari perbuatan keji dan munkar dengan mewujudkan perilaku-perilaku terpuji sebagai bukti nyata dari pernyataan-pernyataan yang dibaca sewaktu shalat.¹³

Shalat apabila kita tegakan dengan niat ikhlas karena Allah SWT dan penuh kekhusyukan, maka manfaatnya dapat dirasakan langsung dalam kehidupan sehari-hari.

¹² Rif'at Syauqi Nawawi. *Kepribadian Qur'ani*. Jakarta: Amzah, 2011. 155.

¹³ Muhammad Thalib. *Petunjuk Islam Mengatasi Stress dan Gangguan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Al-Kautsar, 1991. 30.

Ada empat cara yang harus ditempuh guna mendapatkan kekhusyukan dalam shalat. Pertama, melupakan segala urusan di luar shalat dimulai sejak melakukan takbiratul ihram hingga salam. Kedua, melakukan shalat dengan memilih tempat yang jauh dari keramaian. Ketiga, menguasai bacaan-bacaan dalam shalat dengan lancar. Keempat, memahami makna yang terkandung dalam setiap bacaan shalat.

Manusia adalah makhluk yang dimuliakan dengan akal, pikiran dan perasaan. Itulah yang harus dijadikan modal untuk beribadah dengan berdiri, ruku dan sujud, bertasbih, memuji dan berdzikir kepada Allah. Pemberian Allah yang khusus dan istimewa kepada manusia itu seharusnya menjadi bekal bagi manusia agar selamanya beribadah, sebagaimana malaikat.

Shalat khusyuk dan Khusyuk dalam kehidupan. Demikian banyak hikmah yang dapat diraih oleh insan yang mengerjakan shalat dan mengulanginya dalam waktu sehari semalam. Bagi rohani, shalat merupakan santapan sehat dan komplet untuk jiwa. Shalat dapat mensucikan hati dari debu-debu kotor kehidupan. Karena itu insan yang benar-benar melakukan shalat akan cenderung untuk menjauhi kemunkaran dan lebih suka mendekati perbuatan-perbuatan yang diperintahkan oleh Allah SWT.

Sering diungkapkan bahwa shalat merupakan tiang agama dan menjadi garis pemisah antara yang kafir dan muslim. Dan shalat juga merupakan jalan menuju pada keselamatan dan penjaga iman seseorang.

Berbeda dengan ibadah puasa, zakat dan haji yang diwajibkan dengan beberapa syarat tertentu, ibadah shalat diwajibkan bagi siapa saja yang sudah akil baligh. Kewajiban ini dikenakan kepada hamba sahaya maupun kaum yang bebas merdeka, bagi si miskin maupun orang kaya, bagi yang sehat maupun yang sakit, baik yang sedang berpergian atau mereka yang berada ditempat masing-masing. Kewajiban ini berlaku konstan dan absolute tak bisa ditawar-tawar. Bahkan dalam keadaan perang pun, shalat harus ditegakan. Itulah sebabnya kita mengenal shalat khauf atau shalat yang dilakukan dalam keadaan suasana takut karena perang.

Shalat yang dilakukan dengan penuh kekhusyukan merupakan representasi dari jasmani dan rohani. Hal ini karena shalat bukanlah gerakan olah jasad, bukan peraturan kaku yang tak bernyawa dan bukan pula disiplin militer dimana kehendak dan pilihan pribadi tak punya tempat. Shalat adalah perbuatan yang mencakup ekspresi tiga aspek eksistensi manusia

berupa fisik, mental dan spiritual. Fisik, akal dan hati semuanya berpartisipasi dalam perbuatan “shalat”. Fisik memegang peranan dalam berdiri, membungkuk untuk ruku dan sujud. Lidah bertugas mengucapkan bacaan dan tasbih. Akal berperan dalam tafakur dan merenung serta memahami apa yang diucapkan. Hati ambil bagian dalam “khusyuk”, merasakan takut, penyesalan dan juga merasakan nikmatnya shalat.

Jika hanya salah satu dari ketiga unsur manusia yang digunakan untuk shalat, maka orang itu belum melaksanakan shalat yang benar. Manusia diciptakan dengan tiga unsur yakni fisik, akal dan hati. Karena itu semua aspek eksistensi manusia yang fundamental harus sama-sama berpartisipasi dalam shalat yang merupakan manifestasi dari iman.

Sebagian orang ada yang hanya menitikberatkan pada gerakan-gerakan fisik, ketika mereka beribadah sebagaimana kaum Yahudi pada fase-fase terakhir. Sebagian menitikberatkan hanya pada tafakur dan renungan, sebagaimana yang dilakukan dalam filsafat. Dan yang lain menitikberatkan pada “khusyuk” dengan ratapan, doa dengan rintihan, bahkan mabuk dalam cinta kasih. Shalat dilaksanakan bukan seperti pada konsep itu, melainkan memadukan secara serasi ketiga unsur fisik, akal dan hati.

Dengan kebijaksanaan dan kekuasaan-Nya, Allah mempersiapkan aransemen shalat dengan persiapan yang Maha Sempurna, sehingga ia merupakan mukjizat yang berbentuk syariat. Ini karena Allah menghendaki terealisirnya sikap tunduk, patuh dan merendah diri, mohon pertolongan kepada-Nya, mengagungkan dan memuji-Nya, menghidupkan hubungan dengan-Nya serta memperbaharainya, melepaskan diri dari selain Allah, mendeklarasikan perang kepada siapa saja yang memisahkan Allah dari sifat-sifat-Nya. Sifat-sifat-Nya itu seperti uluhiyah (ketuhanan), rububiyah, keagungan-Nya atau menolak hukum-Nya serta meninggalkan ketaatan absolute kepada-Nya.

Siapa saja yang berdoa kepada-Nya dengan patuh atau beribadah dengan khusyuk dan ia yakin bahwa Dia-lah yang memerintah dan melarang, yang memberikan kekuatan spiritual dalam jiwa, yang mengkaruniakan iman yang dalam, dan cahaya yang menerangi hati, maka ia akan sanggup menghadapi segala godaan dan bujukan yang menggiurkan, bencana dan malapetaka yang menggoncangkan.

Apabila kita melaksanakan shalat dengan khushyuk maka akan dapat menanggulangi kejahatan mental spiritual, memperbaiki segala kekurangan dan kelemahan.

Satu hal yang perlu diperhatikan, direnungkan, dikoreksi bahwa ibadah yang kita lakukan dalam Islam, selalu mengandung hikmah yang dapat ditransfer dalam kehidupan nyata berupa kebersihan, ketertiban, kepemimpinan, keberanian, kerendahatian, kesucian, keikhlasan dan kesehatan.

Oleh karena itu, tidak diragukan lagi, Islam merupakan satu-satunya konsep Ilahi bagi kehidupan manusia. Sistem yang diturunkan-Nya sesuai dan seimbang dengan harkat, masalahat dan fitrah manusia.

Allah sudah menetapkan, bila kita berjalan di atas ketentuan dan syarat-Nya, maka ruh, akal, hati, dan jasad akan seimbang, selaras dan serasi. Keempat unsur itu akan berjalan seiring tanpa ada yang melebihi dari yang lain.¹⁴

Shalat yang kita harapkan sebagai “obat” bagi kita yang sedang sakit, adalah shalat yang sempurna, atau berarti pula shalat yang khushyuk. Shalat yang khushyuk adalah gabungan anatara fisik dan batin menuju satu titik, Allah.

Yang jelas, olahraga tidak bisa dibandingkan dengan shalat yang khushyuk. Karena shalat yang khushyuk di dalamnya terdapat nilai olahraga yang paling canggih saat ini. Kita harus melawan semua “jebakan syetan” dalam kekhusyukan shalat.

Shalat bukanlah suatu pekerjaan yang mendatangkan kerugian dalam sisi kehidupan seseorang karena hal itu merupakan refleksi rasa syukur kita atas nikmat Allah. Shalat juga merupakan amanat yang harus dikerjakan oleh orang yang telah berjanji (muslim) dan akan melaksanakannya dalam sehari semalam sebanyak lima kali.

Dalam proses mengerjakan shalat yang khushyuk ini akan terproyeksi hasilnya pada watak dan kepribadian setiap muslim seperti senantiasa menepati janji, sabar, tawakal, dan selalu berusaha menjauhi kemungkaran dan kezaliman.

¹⁴ Abul Qasim Abdul Karim Hawazi Al Qusyairi An Naisaburi. *Risalah Qusyairiyah*, terjemahan Ma'ruf Zariq dan Ali Abdul Hamid Balthajy. Jakarta: Pustaka Amani, 1998. 23.

Perlu ditandaskan sekali lagi, bahwa shalat bukanlah pekerjaan yang mendatangkan kerugian pada pribadi setiap muslim ditinjau dari segi apapun. Shalat juga mencerminkan kesucian jiwa orang yang mengamalkannya.

Oleh karena itu, shalat yang khusyuk adalah yang selalu menghadirkan hati pada kesucian jiwanya. Khusyuk tidak terlepas dari keikhlasan, pasrah, niat dan berzikir, karena itu adalah satu mata rantai.

Untuk mencapai shalat yang khusyuk, maka ketika shalat hendaklah kita menghadirkan, membangkitkan dan mewujudkan potensi khusyuk pada jiwa dengan mengingat bahwa hidup ini pasti akan terputus dan berakhir. Kelak kita semua akan pergi menuju hari perhitungan. Hal ini sudah menjadi kebenaran yang hakiki. Berpikir dan tenggelamkanlah diri dalam kemahaagungan Allah dan fantasikanlah akan kecilnya dunia ini. Allah lebih besar dari semua itu.

Ketika akan melakukan shalat, pertama kali yang harus dimantapkan adalah niat, yakinkan dengan sepenuh hati untuk menjauhkan diri dari aktivitas-aktivitas dunia yang telah lekat dengan jiwa. Satukan jiwa dan raga, ikhlaskan hati melaksanakan dan menegakkan shalat. Semua itu merupakan satu titik untuk menuju kepada kekhusyukan, menghadap Allah lewat komunikasi shalat. Dengan demikian, kita menjadi orang yang berdiri dihadapan Allah SWT.¹⁵

Setelah melakukan penghormatan kepada Allah dengan sempurna, maka kita bermohon agar mendapat penjagaan-Nya dari musuh manusia, yang dapat menjauhkan diri dari Allah. Kita berlindung dari semua keburukan dan kecintaan kepada maksiat. Permohonan itu terungkap dengan ucapan: *A'uzubillahi minasy-syithanirrajim*, Aku berlindung kepada Allah dari godaan syetan yang terkutuk. Kemudian menyebutkan asma Allah: *Bismillahirrahmanirrahim*, dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih.

Sesudah mengucapkan basmalah tadi, kita yakin dan menyadari bahwa asma Allah Maha Tinggi dan Maha Mulia. Kalimat itu menghapus segala perbedaan warna, jenis dan bahasa. Basmalah adalah kalimat yang dapat meredakan suara-suara syahwat, rasa keegoisan,

¹⁵ Muhammad Utsman Najati. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka Al-Kautsar, 1985. 55.

ketinggian status dan kekayaan. Ucapan itulah yang dapat mengembalikan manusia menjadi hamba yang mendengar, tunduk serta melakukan keutamaan-keutamaan dan kebaikan-kebaikan. Ingatlah semua yang kita lakukan pada saat penuh kekhusyukan itu adalah keluar dari hati. Hati yang berbicara, bukan mulut. Kemudian termanifestasikan dalam gerakan-gerakan shalat yang sempurna dan memahami kandungan makna yang terdapat dalam surat Al-fatihah dan surat-surat lainnya. Selesai kita melakukan shalat, bermunajatlah kepada Allah. Berdzikir dan berdoa, itulah kunci kesuksesan. Shalat yang khusyuk seperti itulah yang dapat memberi kekuatan, kenikmatan dan keseimbangan kita dalam mengurangi kehidupan yang multikompleks ini.

G. Metodologi Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode analisis isi (content analysis). Metode analisis isi pada dasarnya merupakan suatu teknik sistematis untuk menganalisis isi pesan dan mengolah pesan, atau suatu alat untuk mengobservasi dan menganalisis suatu perilaku komunikasi yang terbuka dari komunikator yang dipilih.¹⁶

Metode ini digunakan, karena metode ini relatif lebih mudah, murah, tidak terbentur masalah perizinan dan bahan penelitian pun mudah didapat di perpustakaan.

2. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah kualitatif karena berupa pemaparan dan penjelasan dengan menggunakan deskripsi kata-kata, tidak ada data berupa angka atau data kuantitatif. Data kualitatif adalah data non-angka, seperti data hasil wawancara, laporan bacaan dari buku-buku, artikel, foto, gambar, film, dan sebagainya. Data kualitatif adalah penelitian data yang didasarkan pada pengumpulan, analisis, dan interpretasi data berbentuk narasi serta visual (bukan angka) untuk memperoleh pemahaman yang dalam dari fenomena tertentu yang diamati.¹⁷

¹⁶ Bugin. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 187.

¹⁷ Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PTR Remaja Rosdakarya, Bandung, 2011. 56.

3. Sumber Data

Data yang bersumber dari karya Imam al-Ghazali tentang shalat yaitu buku “Ihya Ulumiddin (Rahasia Ibadah)”. Data yang berasal dari selain karya Imam al-Ghazali, namun data tersebut merupakan data yang mendukung terkait dan berperan dalam penelitian ini. Data sekunder yang berhasil penulis dapatkan dalam penelitian ini yaitu literatur-literatur tentang shalat secara umum, tentang shalat secara khusus, literatur tentang psikoterapi shalat dan sebagainya.

H. Teknik Pengumpulan Data

Literatur studi pustaka. Penulis melakukan kunjungan ke perpustakaan dengan mencari dan mengumpulkan data yang dibutuhkan. Sebelum melakukan studi pustaka, penulis membuat catatan pengelompokan data yang dibutuhkan. Pengelompokan data itu terbagi kepada tiga bagian, yaitu pertama mencari data utama dari karya Imam al-Ghazali tentang ibadah shalat, kedua mencari data penguat data pertama tentang shalat dari selain karya Imam al-Ghazali, dan ketiga mencari data pendukung yang terkait dengan penelitian ini.

I. Analisa Data

Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.

Data kualitatif dapat dianalisis dengan membaca baris demi baris, diberi kode, dan dicari intisari dari data. Lalu dianalisis tentang temanya, isinya, keadaan lingkungan yang turut mempengaruhi kejadian, dan komponen yang terkait dengan masalah penelitian sehingga menemukan pola umum atau makna semantik yang keluar dari data-data yang diolah secara deskriptif.¹⁸

¹⁸Strauss, Anselm. Corbin, Juliet. *Dasar-dasar Penelitian Kualitatif*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2009. 78.

Setelah penulis melakukan teknik pengumpulan data dengan melakukan pengelompokan ke dalam tiga bagian seperti yang dijelaskan di atas, maka proses analisis data akan lebih mudah. Dari ketiga pengelompokan tersebut, penulis pun melakukan analisis data kepada tiga tahapan, yaitu:

Pertama, tahap pembuka. Penulis melakukan analisis secara menyeluruh terhadap data-data yang terkumpul dan mencari tambahan data dari berbagai media seperti internet baik berupa tulisan atau non-tulisan (audio, video). Kedua, tahap isi. Penulis menganalisis secara fokus terhadap data utama dengan cara membaca dan memahami buku karya Imam al-Ghazali tentang ibadah pada bab shalat terkhusus memahami bagian amalan batin shalatnya. Ketiga, tahap penutup. Penulis menganalisis ulang semua data kemudian memadukan pemahaman dari semua data hingga didapat intisari pemahaman tentang amalan batin dalam shalat.

J. Sistematika Penulisan

Bab satu, berisi pendahuluan sebagai kerangka penulisan yang meliputi delapan bagian yaitu: latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab dua, berisi landasan teori meliputi dua bagian yaitu bagian pertama teori yang berkaitan dengan shalat secara umum dan bagian kedua teori yang berkaitan dengan shalat dalam pandangan sufi.

Bab tiga, berisi hasil dan pembahasan penelitian Perspektif Imam al-Ghazali tentang Amalan Shalat sebagai Terapi Batin. Mengacu pada rumusan masalah dan tujuan penelitian yang terdiri dari dua poin, maka bab ini juga berisi dua bagian yang merupakan jawaban sekaligus pernyataan dari rumusan masalah dan tujuan penelitian tersebut, yaitu: Bagian pertama, Amalan Batin dalam Shalat menurut Imam al-Ghazali terdiri dari Biografi Imam Al-Ghazali, Amalan Batin dalam Shalat, dan Kisah Orang-orang yang Khusyuk dalam Shalat. Bagian kedua, Analisis Perspektif Tasawuf Psikoterapi terhadap Amalan Batin dalam Shalat menurut Imam al-Ghazali.

Bab empat, merupakan bab penutup yang berisi dua bagian yaitu kesimpulan dari hasil penelitian dan saran.