BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Beragam cara telah dilakukan manusia untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Perkembangan di zaman modern ini menuntut manusia dengan begitu cepat agar menyiapkan diri dalam menghadapi tantangan hidup atau masalah baru yang lebih besar di masa depan. Seringkali, manusia tanpa menyadari telah menyimpan emosi negatif seperti was-was, putus asa, marah dan perilaku tercela dalam diri mereka seperti memiliki perasaan iri pada tetangga, bergunjing, hingga melakukan perilaku hedonisme dengan menganggap bahwa kenikmatan dan kesenangan terhadap segala sesuatu benda adalah hal atau tujuan utama. Hal ini membuat manusia lupa untuk bersyukur hingga memperjuangkan mati-matian untuk memiliki hal yang diinginkannya. Dengan demikian, banyak manusia yang merasakan berbagai macam emosi, mulai dari marah, sedih dan kecewa ketika keinginannya tidak dapat dipenuhi. Sebaliknya, jika keinginan tersebut terpenuhi maka akan memeunculkan perasaan aman, damai dan tentram (Saputra T. S., 2012).

Melihat kasus yang terjadi pada kemarahan seorang pemuda yang tengah ditilang dan berperilaku destruktif hingga menyebabkan ia merusak motornya (Dewi R. K., 2019) adalah salah satu contoh dari fenomena tidak terkontrolnya emosi. Emosi merupakan sifat dasar yang dimiliki oleh manusia, contohnya cinta, sayang, marah dan benci. Emosi yang ditampilkan oleh pemuda tersebut merupakan ledakan emosi yang berada di puncaknya.

Faktanya, tekanan yang ada menuntut manusia agar selalu berusaha dengan semaksimal mungkin dan memberikan hasil yang terbaik. Hal tersebut memberikan pengaruh pada perubahan tingkat emosi seseorang secara cepat dan sangat drastis (Manz, 2009). Tidak semua orang dapat memiliki apa yang diingininnya sehingga hal tersebut membuat manusia lalai terhadap Allah swt. dan merugikan diri mereka sendiri. Dengan demikian, pentingnya setiap individu

untuk memenuhi apa yang benar-benar dibutuhkan dan memahami serta memanfaatkan tujuan hidup untuk membentuk emosi yang positif agar bermanfaat bagi dirinya dalam memperoleh tujuan yang telah dianugerahkan Allah swt.

Menurt Goleman, emosi merujuk pada perasaan, pikiran, kondisi biologis, dan hasrat bertindak. Emosi dapat mula muncul dalam bentuk gembira, takut, dan marah (Goleman, Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi, 2018). Sarlito Wirawan Sarwono juga mengemukakan pendapatnya mengenai emosi, menurutnya emosi adalah segala kondisi yang ada pada diri manusia dan disertai warna afektif pada tingkat yang lemah dan dangkal ataupun pada tingkat yang luas dan mendalam. Singkatnya dapat disimpulkan bahwa emosi adalah warna afektif yang ada pada segala keadaan atau perilaku seseorang (LN, 2017, p. 115). Sebagai contoh yang terjadi di masa pandemic Covid-19, banyak orang yang merasa takut dan putus asa karena berada dalam kondisi yang tidak menentu, bahkan beberapa ada yang merasa kecewa karena pemutusan hubungan kerja oleh perusahaan, pensiun diri, hingga kehilangan orang yang berharga. Emosi yang ada pada manusia dapat dipengaruhi oleh beberapa penyebab atau stimulus yang berasal dari luar. Stimulus tersebut dapat membuat emosi yang ada pada diri manusia menjadi positif dan sebaliknya, yaitu emosi negatif yang menjadikan perilaku manusia menjadi menyimpang.

Cara yang dapat dilakukan untuk menghindari emosi negatif atau melindungi dari perilaku tercela seperti marah, was-was, putus asa, iri pada orang lain, kebiasaan bergunjing hingga hedonism salah satunya adalah dengan cara berdzikir. Berdzikir merupakan salah satu cara untuk mendekatkan diri kepada Allah swt. dengan cara mengingat bahwa Allah mengamati seluruh pikiran dan tindakan yang telah dilakukan. Dalam Al-Quran surah Al-Baqarah, Allah swt. telah menganjurkan manusia untuk berdzikir, berikut firman Allah swt.:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Artinya: Maka ingatlah kapada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku (Q.S. Al-Baqarah: 152)

Dzikir akan memberikan timbal balik atau hasil apabila dikerjakan dengan rajin, beradab, dan dengan kehadiran serta ketulusan hati. Paling tidak ia akan merasakan ketentraman dan kedamaian yang ada dalam dirinya sampai-sampai ia menafikan kenikmatan dunia yang ia ketahui. Namun, buah paling tinggi yang ia dapatkan adalah kefanaan terhadap dirinya dan segala sesuatu selain Allah swt. (Al-Haddad S. ‘., 2017 , p. 126).

Dalam Al-Qur’an surat *Ar-Ra’d* ayat 28 memperjelas bahwa dzikir dapat mempengaruhi manusia untuk mengendalikan emosi, firman Allah swt.:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: (yaitu) orang-orang yang beriiman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. IngatIIah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram (Q.S. Ar-Ra’d: 28)

Mengutip dari Abu Firdaus al-Hawani, As-Sayyid bin Abdul Maqshud bin Abdurrahim menerangkan bahwa berdzikir kepada Allah swt. dapat membersihkan serta meluruskan hati. Hal tersebut pula telah selaras dengan apa yang telah dikemukakan oleh Ibnu Qayyim al-Jauziyah bahwasanya hati sama halnya dengan besi yang dapat berkarat, lapuk, dan rusak. Agar hati tersebut menjadi putih, bersih, dan berkilap maka dibersihkan dengan cara berdzikir, namun akan kembali berkarat jika lalai (Sodri, 2018, p. 5). Penyebab hati berkarat ada dua perkara, yakni disebabkan oleh kelalaian dan dosa. Demikian pula dengan cara membersihkannya dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu memohon ampun kepada Allah dengan bertaubat dan mengingat Allah atau berdzikir (Sriharini, 2010 , p. 134). Dari banyaknya jenis dzikir, salah satunya adalah dzikir ratib al-haddad yang disusun oleh Al Habiib Abdullah bin Alwi bin Muhammad Al Haddad. Dzikir ratib al-haddad ini terhimpun dari ayat-ayat, doa, dan asma Allah

yang merupakan salah satu preferensi dzikir yang dilaksanakan dengan cara berjama'ah.

Berkaitan dengan perihal tersebut, penulis menemukan informasi mengenai Mejelis Dzikir Tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah yang bertempat di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah yang melaksanakan rutinan pembacaan dzikir Ratib al-Haddad secara berjamaah. Sebelum memulai dzikir bersama, jamaah berdoa kepada Allah agar diberikan ketulusan niat, ketenangan hati, pertolongan, keselamatan dan lindungan dari Allah. Penulis melihat realita fenomena yang terjadi pada jamaah bahwa terdapat beberapa jamaah yang telah bergabung dan ikut serta melakukan dzikir ratib al-haddad di majelis dzikir tersebut justru di kehidupan sehari-hari sering merasakan emosi negatif, misalnya merasa mudah marah kepada suami dan anak, perasaan cemas akan penurunan prestasi anak, merasa khawatir akan penghasilan yang didapat selama masa pandemic covid-19, dan merasa iri pada apa yang dimiliki orang lain. Di samping itu, beberapa jama'ah yang lain merasakan hal yang sebaliknya, seperti kemampuan mengendalikan emosi yang lebih baik, menjadi lebih penyabar, hingga merasa ketenangan hati dan jiwa setelah rutin mengikuti dzikir ratib al-haddad di majelis dzikir tersebut.

Berdasarkan keterangan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang membahas dan meneliti lebih mendalam sejauh mana peran dzikir ratib al-haddad terhadap pembentukan emosi pada jamaah. Oleh karena itu penulis mencoba mengangkat judul "***Model Dzikir Ratib Al-Haddad terhadap Pembentukan Emosi Positif*** (Studi Kasus terhadap Jama'ah Tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah)".

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka terdapatlah pertanyaan yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini. Adapun pertanyaannya sebagai berikut:

1. Bagaimana proses pelaksanaan dzikir *Ratib Al Haddad* pada pengendalian emosi jama'ah tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah?
2. Bagaimana peranan dzikir *Ratib Al Haddad* pada pengendalian emosi jama'ah tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan di atas, maka pada penelitian ini tujuan yang akan dicapai adalah:

1. Untuk mengetahui proses pembacaan pelaksanaan dzikir *Ratib Al Haddad* pada pengendalian emosi jama'ah tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah.
2. Untuk mengetahui peranan dzikir *Ratib Al Haddad* pada pengendalian emosi jama'ah tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah.

D. Manfaat Penelitian

Dalam penelIitian ini terdapat dua manfaat yang diperoleh sebagai berikut:

1. Secara teoritis

   Secara teoritis penelitain ini diiharapkan mampu memperluas wawasan pengetahuan mengenai manfaat dzikir ratib al-haddad terhadap pembentukan emosi dan dapat memberikan sumbangsih pengembangan ilmu pengetahuan dan bahan kajian pada mahasiswa terkhusus untuk jurusan Tasawuf Psiikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Serta menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang melakukan pengembangan terhadap peran dzikir.
2. Secara praktis

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG

Secara praktis melalui penelitian ini dapat memberikan gambaran bagi khalayak umum bahwasanya emosi seseorang dapat terbentuk dikarenakan adanya peran dzikir ratib al-haddad. Selain itu pada penelitian ini juga bermanfaat untuk memahami pentingnya peran dzikir ratib al-haddad bagi pembentukan emosi. Serta menambah informasi dan ilmu pengetahuan kepada masyarakat dan penulis dalam bidang keilmuan Tasawuf Psikoterapi agar dapat dikembangkan lebih lanjut dan dijadikan sebagai salah satu referensi.

E. Tinjauan Pustaka

Dalam penelitian ini penulis akan mendeskripsikan beberapa kajian dan atau penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis, antara lain:

1. Penelitian skripsi dengan judul *Dzikir Ratib Al-Haddad daIam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Jama'ah Warga Emas di Yayasan aI-Jenderami Dengkil Selangor Malaysia* yang ditulis oleh Azima Prisma Vera mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam FakuItas Dakwah dan Kommunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta pada tahun 2018. Pada penelitian ini dikemukakan bahwa peningkatan ketenangan jiwa pada jamaah wargs emas di yayasan tersebut dapat diiraih jika telah konsisten dan istiqomah mengamalkan beberapa tahapan. Tahapan yang pertama yakni tahapan persiapan seperti pemilihan waktu dan tempat yang baik untuk memulai berdzikir dan menjaga sikap sopan santun. Selanjutnya yaitu tahapan pelaksanaan niat yang tulus dan kehadiran hati pasa saat sedang berdzikir. Terakhir yaitu tahap pengakhiran yaitu melakukan tafakkur.
2. Penelitian skripsi dengan judul *Terapi Dzikir untuk Mengendalikan Emosi Seorang Pendekar Persaudaraan Setia Hati Terate di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya* yang dilakukan oleh Adi Prasetiyo mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya pada tahun

2018. Penelitian ini berisi tentang proses dan hasil terapi dzikir untuk pengendalian emosi seorang pendekar PSHT (Persaudaraan Setia Hati Terate) di UIN Sunan Ampel Surabaya. Sembilan dari sepuluh konseli pada penelitian ini dapat menurunkan tingkat emosinya menjadi lebih baik dan proses konseling pada penelitian ini dapat dikatakan berhasil.

3. Penelitian skripsi dengan judul *Pengaruh Pembiasaan Dzikir Ratibul Haddad terhadap Ketenangan Jiwa Jama'ah Masjid Sabilul Muhtadien di Dusun Jetis, Desa Slogo, Kecamatan Tanon, Kabupaten Sragen Tahun 2020* ditulis oleh Dewi Nur Indah Sari Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga pada tahun 2020/2021. Dalam penelitian skripsi ini membahas tentang pengaruh pembiasaan berdzikir pada jamaah yang rutin menunjukkan bahwa jiwa menjadi lebih tenang dan perasaan yang nyaman serta tidak gegabah dalam menjalani keseharian. Selain itu dzikir ini berpengaruh pada perasaan yang selalu bersemangat dan tawadhu' kepada Allah serta lebih sabar. Dampak dari berdzikir secara rutin akan dirasakan secara maksimal jika dilaksanakan secara rutin.
4. Jurnal PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami, Volume 2, Nomor 1 Tahun 2016 29-39 yang ditulis oleh Harmathildha H. Soleh mahasiswi konsentrasi psikologi Islam, Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta dengan judul *Doa dan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi*. Dalam jurnal tersebut menjelaskan tentang doa dan dzikir yang dapat menjadikan kedamaian hati dan menghilangkan perasaan gelisah.
5. Jurnal MlMBAR, Volume 28, Nomor 1 (Juni, 2012): halaman 31-38 dengan judul *Hubungan antara Intensitas Dzikir dengan Kecerdasan Emosional* yang disusun oleh Sulisworo Kusdiyati, Bambang Syaiful Ma'arif dan Makmuroh Sri Rahayu Universitas Islam Bandung. Penelitian ini dilakukan pada siwsa/i SMU yang melakukan dzikir setelah sholet dan yang tidak melakukan. Hasil penelitian tersebut menujukkan bahwa terdapat korelasi positif antara intensitas berdzikir dan tingkat kecerdasan emosi siswa tersebut.

6. Jurnal Irsyad, Volume 7, Nomor 1, 2019, 61-84 yang ditulis oleh Mamay Maesaroh Jurusan Bimbingan Konseling Islam, UIN Sunan Gunung Djati Bandung dengan judul *Intensitas Dzikir Ratib Al-Haddad dan Kecerdasan Spritual.* Dalam jurnal ini dijelaskan bahwa kecerdasan spiritual santri Pondok Pesantren Mathla'unnajah Sumedang ada pada kondisi yang sangat baik dipengaruhi oleh intensitas mereka dalam berdzikir.
7. Jurnal Istiqomah, Volume 1 Nomor 2, 2020, 110-122 dengan judul *Analisis Manfaat Dzikir Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah Pondok Pesantren Suryalaya terhadap Kestabilan Emosi Masyarakat di Era Pandemi Covid-19* yang ditulis oleh Sri Rahmi Rahayu, Akhmad Robittul Hilmi, Aceng Wandi Wahyudin di Institut Agama Islam Latifah Mubarokiyah Tasikmalaya. Penelitian ini dilakukan pada masyarakat yang ada di kampung Godebagi RW 02 yang berprofesi sebagai pedagang. Adanya pandemic covid-19 menyebabkan banyak masyarakat mengalami kerugian. Oleh karena itu penelitian ini melakukan observasi mengenai hubungan dzikir dan kestabilan emosi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kestabilan emosi warga di kampung Godebag RW 02 pada masa pandemic covid-19 dapat dipengaruhi oleh dzikir Tarekat Qodiriyah Naqsyabandiyah Pondok Pesantren Suryalaya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

F. Kerangka Pemikiran

Dzikir merupakan salah satu usaha untuk mendekaatkan diri dengan Allah dengan cara mengingat akan keagungan dan nikmat yang telah diberikan dengan cara memuji, membaca dan memohon kepada Allah. Dzikir juga dapat diartikan sebagai rasa terima kasih kepada Allah atas berkah, karunia dan ridho-Nya (Dr. Muhtar Solihin, 2004, p. 88). Al-Qur'an juga telah mengingatkan untuk selalu berdzikir kepada Allah, terdapat dalam surah Al-Baqarah ayat 152:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Artinya: *Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu iingkar kepada-Ku.*

Beberapa lafal dzikir yang berasal dari Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad saw. Dalam buku Dr. Muhtar Solihin diantaranya yaitu: *Tahmid*, adalah mengucapkan kalimat *al-hamdu-lillah* yang berarti segala puji milik Allah. *Tasbih*, adalah mengucapkan *subhanallah* yang berrati Mahasuci Allah. *Takbir*, adalah mengucapkan kalimat Allahu-akbar yang berrati Allah Mahabesar. *Tahlil*, adalah mengucapkan kalimat *la ilaha illa Allah* yang berarti tiada Tuhan selain Allah. *Basmallah* adalah mengucapkan kalimat *bismillahirrahmani ar-rahim* yang berarti dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. *Istighfar* adalah mengucapkan *astaghfirullah* yang memiliki arti aku memohon ampun kepada Allah. *Hawqalah* adalah mengucapkan *la hawla wa la quwwata illa billah* yang berarti tiada daya dan tiada kekuatan kecuali daya dan kekuatan dari Allah (Dr. Muhtar Solihin, 2004, p. 88).

Mengutip dalam sebuah jurnal yang ditulis oleh Sulisworo, dkk. Al-Ghazali menyebutkan beberapa aspek yang harus ada ketika berdzikir yaitu khauf atau perasan takut akan siksaan Allah, hati yang terfokus dan berkonsentrasi dengan khusyuk, menyadari dan mengagungkan Allah, berharap penuh akan ampunan dari Allah, dan mengerti, yakin dan percaya bahwa apa yang telah dibaca akan dikabulkan oleh Allah swt (Sulisworo Kusdiyati, 2012). Dalam kitabnya Al-Hikam, Ibnu Atha'illah membagi dzikir kepada tiga bagian, yaitu dzikir *jalli*, *khafi*, dan *haqiqi* (Sodri, 2018, p. 16).

Dzikir *jalli* yang secara harfiah diartikan sebagai jelas atau nyata. Dzikir ini dilakukan dengan mengucap atau membaca tahlil (*laa ilaha illallah)*, tasbih (*subhanallah*), takbir (*allahu akbar*), tahmid (*alhamdulillah*), membaca ayat Al-Qur'an atau berdoa. Selanjutnya yaitu dzikir *khafi*, dilakukan oleh ingatan batin yang disertai dengan ucapan secara lisan ataupun tidak. Jika sudah sampai pada tahap ini orang tersebut hatinya akan merasa selalu terhubung dengan Allah. Terakhir yaitu dzikir haqiqi yang dilakukan dengan lahir maupun batin. Dzikir ini dilakukan kapanpun dan dimanapun dengan tujuan memelihara diri dari perbuatan yang dilarang oleh Allah dan mengamalkan apa yang diperintahkan-Nya (Sukur, 2013, p. 123).

Dzikir adalah perbuatan batin yang dimanifestasikan melalui tahlil, tasbih dan takbir (Hakim, 2015, p. 16). Akan tetapi, apabila dzikir di sini dikaitkan dengan konteks atau situasi seperti amalan, maka akan menimbulkan makna yang luas bagi dzikir itu sendiri. Oleh karena itu pada pembahasan dalam tulisan ini, pembahasan dzikir dikerucutkan dan konsentrasi pada dzikir ratib al-haddad saja.

Ratib dalam bahasa Indonesia memliki arti susunan dan atau urutan. Dalam sebuah ratib biasanya berisi bacaan atau doa untuk berdzikir yang telah disusun. Dinamakan *Ratib al-Haddad* karena mengambil dari nama seorang ulama yang menyusunnya, yaitu seorang yang bernama Abdullah bin Alwi bin Muhammad Al-Tarimi Al-Haddad Al-Husaini Al-Yamani (Musthafawiy, 1432 H). Beliau lahir di daerah Subir, yakni sebuah kampung yang berada di dekat kota Tarim di Wadi Hadhramaut, arah selatan negeri Yaman pada hari Ahad tanggal 5 Safar tahun 1044 H yang pada penanggalan masehi bersamaan dengan tanggal 30 Juli 1634 M (Musthafawiy, 1432 H). Ratib al-haddad ini disusun karena Al-Imam Abdullah menuruti permintaan seorang murid beliau yang dikenal dengan Amir yang tinggal Syibam, Hadhramaut dengan tujuan untuk diamalkan para penduduk kampung agar selamat dari ajaran menyimpang yang terjadi pada masa itu di Hadhramaut. Ratib al-haddad ini pertama kali ini dibaca di daerah kampung ‘Amir sendiri sesudah mendapat persetujuan ijazah dari Al Imam Abdullah Al-Haddad (Vera, 2018, p. 16).

Dzikr ratib al-haddad merupakan himpunan dzikir dan wirid iyang bersumber dari ayat Al-Qur’an dan hadis Rasulullah saw. Bacaan pada ratib ini biasanya diulang dengan bilangan ganjil atau witir, pengulangan bacaan biasanya sebanyak tiga kali. Imam Al-Haddad saat menyusun ratib ini memilih dzikir yang lebih pendek daripada yang panjang dengan tujuan memudahkan pembacanya agar mengamalkannya secara istiqomah (Al-Husaini, 1999, p. 8).

Tahapan-tahapan atau proses pelaksanaan dalam berdzikir yaitu Bertaubat dan menyesali serta meninggalkan hal-hal yang tidak berguna dan yang menimbulkan dosa baik secara perbuatan, perkataan, ataupun keinginan, bersuci, baik itu melakukan wudhu ataupun mandi, menghadap kearah kiblat, memilih

tempat dan pakaian yang bersih dan suci, bersungguh-sungguh dan ikhlas karena Allah swt.

Dalam agama Islam, telah diceritakan bahwa salah satu cara setan untuk menguasai manusia adalah dengan marah. Saat manusia tak dapat mengendalikan dirinya ketika marah, maka akan dengan mudah untuk melakukan perbuatan kekerasan baik itu pada dirinya sendir ataupun pada orang lain, mulai dari mengumpat, mencaci maki, kekerasan, bahkan sampai pembunuhan. Saat semua perbuatan yang tidak baik itu terjadi, di sanalah setan menyelesaikan tujuannya untuk merusak manusia. Sangat penting untuk memahami tentang pengendalian emosi. Rasulullah saw. bersabda dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Thabrani mengenai pengendalian emosi: "Jangan marah, dan bagimu surga" (Prasetyo, 2018, p. 10).

Dalam teori yang terkenal, emosi dibagi menjadi tiga teori yaitu teori peripheral yang dikemukakan oleh Jeames Lange , teori dua faktor oleh schacters singers, dan yang terkahir teori emergency oleh Cannon-Bard (Sobur A. , 2013).

Emosi dikategorikan pada dua, yaitu: emosi sensoris dan emosi kejiwaan. Emosi sensoris adalah emosi yang terjadi karena stimulus dari luar contohnya seperti rasa sakit, lapar, letih dll. Sedangkkan emosi kejiwaan atau emosi pskis adalah emosi yang memiliki alasan kejiwaan, termasuk diantaranya: perasaan intelektual (e.g. perasaan puas karena telah memecahkan persoalan ilmiah), perasaan sosial (simpati), perasaan susila (responsibility), perasaan keindahan (estetis), dan perasaan ketuhanan (LN, 2017, p. 117).

James menerangkan bahwa emosi merupakan kondisi jiwa yang ditampakkan oleh diri yang dapat terlihat pada perubahan yang terjadi di tubuh. Emosi seseorang merupaka cerminan dari kondisi jiwanya yang akan tampak terlihat pada perubahan jasmaninya (Saputra T. S., 2009). Misalnya orang yang merasakan emosi marah, maka wajah orang tersebut otomatis akan memerah bahkan otot di bagian tubuhnya pun akan menegang. John B. Watson juga mengemukakan bahwa pola dasar emosi itu ada tiga macam, yaitu: takut, marah, dan cinta. Respon yang terjadi pada tiga emosi tersebut dipengaruhi oleh stimulus

tertentu, akan tetapi kemungkinan akan terjadi juga perubahan atau modifikasi (LN, 2017, p. 118).

Dalam hal ini, salah satu stimulus yang dapat berpengaruh pada emosi seseorang adalah dengan berdzikir, khususnya dzikr ratib al-haddad. Dengan diadakannya rutinan pembacaan dzikir ini, seseorang akan mengimplementasikan tujuannya, yaitu agar tidak melakukan perbuatan tercela akibat emosi negatif yang tersimpan dalam dirinya dan memohon agar dipelihara dan dibimbing oleh Allah serta diberikan keselamatan agar terhindar dari niat jahat. Untuk mencapai dari tujuan tersebut, seseorang hendaklah menjalankan dan mengikuti amalam-amalan secara konsisten atau istiqomah. Dengan demikian adanya rutinitas pembacaan dzikir ratib al-haddad ini berperan sebagai pembentukan emosi jama'ah majelis tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah menjadi lebih baik.

G. Metodologi Penelitian

Metode Penelitian merupakan sebuah jalan ilmiah untuk mendapatkan data yang valid. Tujuannya agar data tersebut dapat diperoleh, ditemukan, dikembangkan dan disaksikan kebenarannya terhadap sebuah pengetahuan yang spesifik hingga pada waktunya dapat digunakan sebagai pemecahan masalah terhadap suatu bidang tertentu (Sugiyono, 2016, p. 6).

A. Jenis Metode Penelitian

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Metode iyang dipakai pada penelitian ini merupakan metode penelitian kualitatif, yang mana pada jenis penelitian ini disebut juga dengan penelitian naturalistic karena penelitiannya yang dilaksanakan pada kondisi alamiah (*naturalistic setting*) dengan menyaksikan dan menghimpun secara langsung tanpa adanya perubahan dari kenyataannya (Sugiyono, 2016, p. 12). Pada metode penelitian kualitatif ini data yang disajikan nantinya akan berbentuk deskriptif, pada metode ini pula tidak menggunakan angka baik pada proses penelitiannya ataupun pada hasil penelitiannnya (Raco, 2010).

B. Jenis dan Sumber Data

Jenis data pada penelitian dengan menggunakan metode kualitatif ini adalah berupa data yang non-statistik, data yang terdiri dari deretan kalimat yang menjelaskan suatu gejala seta hasil penemuan informasi yang telah ditemukan yang bukan berupa angka.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini adalah sumber data primer dan sekunder. Data priemer pada penelitian ini yaitu data yang didapat secara langsung dari objek yang akan diteliti yang memuat informasi dari data tersebut dengan menggunakan teknik wawancara dan observasi. Pada penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah jamaah Tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah. Data sekunder adalah data yang diperoleh melalui sumber lain secara tidak langsung. Data sekunder ini biasanya berupa data dokumentasi, data lapangan, arsip literatur, hasil penelitian yang masih relevan dan memliki tujuan sebagai data pendunkung. Data sekunder pada penelitian ini adalah berupa buku, skripsi, jurnal, artikel dan dokumentasi yang ada pada majelis tarekat tersebut.

C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yaitu:

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

1. Observasi

   Peneliti akan melakukan jenis observasi partisipatif, di mana dalam observasi ini peneliti akan terlibat secara langsung dengan kegiatan rutinan yang sedang diteliti. Selagi melaksanakan pengamatan, peneliti juga turut mengikuti pelaksanaan kegiatan rutinan yang dilakukan oleh jamaah yang menjadi sumber data dan turut merasakan apaa yang dirasakan jamaah. Melalui observasi ini, maka data yang didapatkan akan menjadi lebih lengkap dan kredibel. Peneliti akan menggunakan partisipasi moderat, artinya peneliti akan mengikuti beberapa kegiatan tetapi tidak secara keseluruhan. Pada observasi ini peneliti akan langsung melakukan

penelitian di majelis tarikat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah saat jama'ah melakukan dzikir rutinan satu minggu dua kali.

2. Wawancara

   Penelitian ini menggunakan jenis wawancara tidak terstruktur (*unstructured interview*). Jenis wawancara ini bersifat bebas dan tidak disusun dengan cara yang sistematis dalam mengumpulkan datanya. Pedoman yang dipakai dalam wawancara ini adalah berupa garis besar dari permasalahan yang iakan ditanyakan (Sugiono, 2017, p. 116). Dalam wawancara ini yang menjadi informan utama yaitu jamaah majelis tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah.

3. Dokumentasi

   Dokumentasi adalah kejadian lampau yang pernah berlalu, misalnya berupa tulisan, gambar, atau biografi. Pada penelitian ini peneliti mendapatkkan hal yang terkait mengenai masalah yang diteliti.

D. Analisis Data

Pada penelitian ini bersifat studi kasus dan menggunakan analisis deskriptif komparatif yang dikerjakan secara kualitatif. Proses analisa data akam melalui beberapa tahap sebagai berikut:

1. Pengolahan atau reduksi data. Pada penelitian ini melakukan tiga metode pengumpulan data yakni observasi, wawancara dan dokumentasi. Reduksi data dilakukan dengan penyaringan dan penyederhahaan data kasar yang ditemukan di lapangan.
2. Penyajian data yang merupakan gabungan informasi yang tersusun dalam teks naratif yang kemudian disajikan dengan penjelasan deskriptif secara bersambung dari data yang diperoleh.
3. Kesimpulan data. Penarikan kesimpulan data ini dilakukan dengan cara mengkaji reduksi data dan kumpulan informasi yang telah dirangkum agar kesimpulan lebih jelas dan tidak menyimpang.

UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG

H. Sistematika Penulisan

Adapun rencana garis besar dalam penulisan laporan ini diantaranya:

Bagian awal yang berisi tentang judul dan daftar isi.

Bab I yaitu pendahuluan yang menjelaskan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat dari penelitian, tinjauan pustaka, kerangka berfikir, dan langkah-langkah dalam melakukan penelitian. Bab I di sini berperan sebagai langkah awal untuk memulia sebuah penelitian.

Bab II yaitu pembahasan yang berisi kajian teori yang mendasari penelitian terdahulu mengenai teori dzikir, anjuran berdzikir, jenis dan tingkatan dzikir, adab dalam berdzikir, keutamaan berdzikir, dan manfaat dzikir. Selanjutnya diikuti oleh pembahasan mengenai dzikir ratib al-haddad yang meliputi biografi penyusun ratib al-haddad dan menfaat mengamalkan dzikir ratib al-haddad. Kemudian dilanjutkan dengan pembahasan teori mengenai pengertian emosi, teori yang membahas mengenai emosi, cirri-ciri emosi, bentuk-bentuk emosi, tingkatan emosi. Serta lanjutan mengenai pengertian jama'ah dan peran dzikir *Ratib Al-Haddad* dalam pembentukan emosi jama'ah di Gang Sari 45 Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah.

Bab III yaitu penjelasan mengenai metodelogi penelitian yang digunakan dalam penyusunan proposal ini yang meliputi jeniis metode penelitian, tempat dan lokasi sertaa wakti penelitian, sunber data, teknik pengumpulan data dan anallisa data.

Babi IV berisi mengenai uraian hasil ppenelitian dan pembahasan peneliitian mengenai proses pelaksanaan dzikir ratib al-haddad dan bagaimana perannya terhadap pembentukan emosi jamaah di majelis tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Munsiniyah Gang Sari 45 Kota Palangka raya, Kalimantan Tengah.

Babi V yaitu penutup yang berisi mengenai kesimpulan yang diperoleh dari penelitian mengenai peran dzikir *Ratib Al-Haddad* terhadap pembentukan emosi jama'ah tarekat Alawiyah Naqsabandiyah Muhsiniyah di Gang Sari 45 Kota Palangka raya, Kalimantan Tengah.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Bagian akhir yang berisi daftar pustaka dan lampiran yang mendukung penelitian.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG