

Riyadhoh Dzikir Dengan Ayat Al-Qur'an

Muhammad Azizan Fitriana^{1*}, Siti Shofia², Badrun Mustofa³

¹Institut Ilmu Qur'an (IIQ) Jakarta; Email: azizan@iiq.ac.id

²Institut Ilmu Qur'an (IIQ) Jakarta; Email: shofiasaja@yahoo.com

³Institut Ilmu Qur'an (IIQ) Jakarta; Email: abukanz6666@gmail.com

*correspondence

Submission: 04-05-2023; Received: 06-06-2023; Reviewed: 08-06-2023; Published: 31-08-2023

Abstract—*Riyadhoh dzikir is the path for seekers to reach the ranks of nobility in the ma'rifatullah. Among the many forms of dzikir in the Indonesian archipelago, riyadhoh dzikir using verses of the Quran is relatively understudied. However, there are positive impacts gained by dzikir experts when utilizing verses or surahs from the Quran. This thesis aims to elaborate on this discourse through a Sufism approach and by studying the works of Sufi experts. Furthermore, the use of verses from the Quran as a means of riyadhoh dzikir will be elaborated in-depth through a Sufi-inspired interpretation. It is expected that this fusion of the two fields of study will result in research that is beneficial for the community, leading to an increased desire among Muslims to delve into this field and to obtain nobility in the ma'rifatullah, as expressed by Sheikh Abd al-Karim ibn Ibrahim al-Jailani in his work, al-Insan Kamil, written by Ibn 'Arabi.*

Keywords: *Riyadhoh, Dhikr, Riyadhoh Dzikir, Jama'ah, Qolbu*

Abstrak—*Riyadhoh dzikir adalah jalan bagi para salik untuk mencapai derajat kemuliaan di sisi Allah. Dari sekian banyak dzikir yang tersaji di Nusantara, melakukan riyadhoh dzikir dengan ayat Al-Qur'an dirasa masih jarang terekspose dalam penelitian. Sedangkan, dibalik itu semua ada dampak positif yang didapatkan oleh para ahli dzikir dengan menggunakan ayat atau surat dalam Al-Qur'an. Artikel ini bertujuan untuk mengelaborasi diskursus tersebut melalui pendekatan ilmu tasawuf dan penelaahan para ahli sufi, kemudian penggunaan ayat Al-Qur'an sebagai jalan riyadhoh dzikir dielaborasi secara mendalam melalui kajian tafsir bercorak sufi. Diharapkan penggabungan dua keilmuan ini diharapkan dapat menghasilkan penelitian yang bermanfaat untuk kepentingan umat, sehingga semakin banyak masyarakat Islam yang berkeinginan untuk mendalami kajian tersebut dan mendapatkan keagungan di sisi Allah dalam tajalli-Nya, sebagaimana yang diutarakan oleh Syaikh Abd al-Karim ibn Ibrahim al-Jailani dalam al-Insan Kamil karya Ibnu 'Arabi.*

Kata Kunci: *Riyadhoh, Dzikir, Salik, Riyadhoh Dzikir, Jama'ah*

A. Pendahuluan

Masalah terbesar yang dihadapi oleh masyarakat muslim adalah lemahnya Iman serta rasa takut kepada sang pencipta. Acap kali kecenderungan iman yang demikian bermetamorfosa menjadi kehilangan sosok tuhan dalam hatinya, yang mengarahkan seseorang bergulat dengan kesusahan dan rasa bingung atas keberlangsungan hidup di alam semesta dan fana. Rasa frustrasi dan turunnya semangat hingga berputus asa adalah sedikit dari dampak yang diakibatkan dari kosongnya hati dan bathin dari rahmat Allah. Pudarnya kebutuhan akan sosok tuhan membuai hati dan pikiran untuk senantiasa berselancar dalam fiksi dan maya, berenang dalam lautan angan yang tidak berujung dan bertepi. Hingga dalam fase itu, seorang hamba akan bergantung pada kekuatan fisik dan menciptakan solusi yang berpangku kepada logika pikiran semata tanpa menghadirkan sang *Khaliq* dalam setiap langkah dan gerakan. Padahal, Islam mengajarkan manusia untuk senantiasa menghadapi segala problematika hidup dengan penuh kesabaran. Sabar seumpama permata, mereka yang sabar adalah hambanya yang berada pada derajat mulia, kesabaran atas penderitaan yang menimpa adalah hikmah yang tidak semua orang tahu, terlebih setelahnya ia merasa ridho atas ketentuan itu, di sisi Allah dan di pandangan manusia. Manifestasi sebuah Iman ialah keyakinan yang utuh atas substansi segala macam sesuatu dari berbagai unsur dan jenis yang tidak dapat dipisahkan dengan kehendak Allah *ta'ala*. Keniscayaan ini dapat dipandang melalui pendekatan tekstual ayat dan hadits serta dapat juga dikuatkan melalui pendekatan *socio-history*. Hati yang penuh dengan angan dan logika adalah hati yang kering dari kerinduan dan candu atas taqdir-Nya, ia mengikat kekuatan kultur keagamaan sehingga tidak mampu mengoyak kerasnya hati.

Lain daripada itu, perjalanan dunia keislaman selama berabad-abad mempopulerkan aktifitas dzikir sebagai sebuah pengamalan Al-Qur'an yang dapat memberikan ketenangan dalam jiwa. Dengannya pula pikiran dan akal akan terasa jernih dan tidak mudah mengalami kebingungan serta keresahan. Ini terkait dzikir yang memiliki keterkaitan dengan kerja saraf dalam otak. Hal ini didasari dzikir sebagai sebuah kata kerja yang berarti mengingat memiliki fungsi yang erat kaitannya dengan kinerja otak manusia. Al-Qur'an dan dzikir memiliki peranan yang cukup vital sebagai sarana untuk menjaga psikis dan kejiwaan agar selalu berpikir positif dan terhindar dari permasalahan hidup. Namun untuk mencapai itu, perlu kiranya dilakukan latihan atau *riyadhah* agar menjadi terbiasa dan istiqomah. Karena sebuah ketidakkonsistenan akan menghadirkan kembali hijab bagi seorang hamba yang berusaha untuk senantiasa berdzikir dan mengingat Allah *ta'ala*. Dengan segala keistimewaannya. Perilaku *riyadhah* dan *dzikir* sebagai sebuah sarana penyembuh bukanlah tanpa adanya pertentangan. Hal ini berakar dari penyebaran konsep *riyadhah* yang berasal dari spiritualitas para sufi, dimana kehadiran dan pola kebiasaan yang dilakukannya ditentang oleh sekelompok golongan. Namun terlepas dari itu semua kemuthlakan Al-Qur'an sebagai penyembuh dilandaskan oleh beberapa ayat yang secara konkrit berbicara tentangnya :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ٥٧

“Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur’an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.” (QS. Yunus [10] 57)

Dalam penafsirannya mengenai ayat ini, al-Sa’diy mengobservasi bahwasanya Penyakit yang dialami manusia adalah berawal dari kerusakan *qolbu*, dan hijab karena syahwat yang menghalanginya untuk semakin dekat dengan Tuhan-Nya dengan cara memberikan kenyamanan manusia untuk melakukan perilaku syubhat yang dapat menghilangkan sinar dalam *qolbu*. Al-Qur’an adalah sebagai penyembuh dari itu semua. Hal ini dikarenakan Al-Qur’an adalah kitab suci yang penuh akan manfaat sebagai sebuah bacaan dan tuntunan hidup, Al-Qur’an berisi peringatan akan kemurkaan dan siksa Allah bagi mereka yang lalai, kabar gembira sebagai hadiah yang diberikan bagi mereka yang taat, motivasi untuk selalu berpikir positif dalam menjalani kehidupan dan semua aspek kebaikan yang diperlukan untuk mengantarkan manusia menuju ke dalam indahnya kekekalan di akhirat. Kesemua hal yang ada dalam Al-Qur’an itulah yang mengarahkan hamba untuk semakin merasa takut (*khauf*) dan penuh pengharapan (*roja’*) kepada Allah. Melalui urgensi ini, dapatlah diyakini bahwa dalam kehidupan manusia yang terkait dengan permasalahan moral, sosial, ekonomi dan lainnya mesti kembali kepada Al-Qur’an.

B. *Riyadhoh* dan Dzikir

Riyadhoh (الرياضة) menurut bahasa berarti olahraga, latihan, yang berasal dari kata راض, sedangkan menurut istilah wikipedia :

الرِّيَاضَةُ هِيَ مَجْهُودٌ جَسَدِيٌّ عَادِيٌّ أَوْ مُهَارَةٌ تُمَارَسُ بِمُوجِبِ قَوَاعِدَ مُتَّفَقَةٍ عَلَيْهَا يُهَدَفُ الطَّرْفِيُّ أَوْ الْمُنَافَسَةُ أَوْ الْمُنْتَعَةُ أَوْ التَّمْيِيزُ أَوْ تَطْوِيرُ الْمُهَارَاتِ أَوْ تَقْوِيَةُ التَّقَةِ بِالنَّفْسِ أَوْ الْجَسَدِ.

Namun, yang dimaksudkan di sini ialah sebuah latihan untuk mengekang badan dari keinginan-keinginan nafsu yang mengarah kepada keburukan, bertujuan demi tercapainya kesucian hati. Mengenai dasar pelaksanaan *riyadhoh* dapatlah dipahami dari apa yang Allah Firmankan dalam:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah, carilah wasilah (jalan untuk mendekatkan diri) kepada-Nya, dan berjihadlah (berjuanglah) di jalan-Nya agar kamu beruntung.” (QS Al-Ma’idah [5] 35)

Dalam ayat ini *riyadhoh* secara tersirat disinggung pada ungkapan *“wabtaghul ilahi al-wasilah”* (sepaimana dalam tafsir al-Wasith) yang memiliki maksud terkait perintah kepada orang yang bertaqwa untuk dapat mencari dengan bersungguh-sungguh dan semangat yang tinggi dalam *taqorrhob* kepada Allah Ta’ala melalui realisasi kesinambungan dan melestarikan taat kepada-Nya, dengan amal-amal sholih yang hanya dijadikan satu-satunya bekal, tentunya dengan menghindari segala bentuk kemaksiatan. Usaha dalam diri untuk menekan sifat buruk dan mengisinya dengan ketaatan yang selau terpatri tiada henti adalah salah satu implementasi sebuah *riyadhoh*

yang juga berarti sebuah latihan baik fisik atau batin dengan melakukan metode pengulangan secara terus-menerus terhadap sebuah diksi, praktik, dan lain sebagainya, hingga mengarahkan seorang hamba menjadi manusia yang terlatih khususnya dalam hal *bathiniyyah*.

Kemudian pada lanjutan kutipan ayat “*wa jaahiduu fii sabiilihi*” Syaikh Wahbah al-Zuhaili menafsirkan kutipan tersebut lebih spesifik membahas mengenai perspektif kesungguhan *qolbu* menuju *taqorrub*. Sehingga dapat dipahami bahwasanya kalian orang yang bertaqwa semestinya senantiasa bersungguh-sungguh berperang melawan hawa nafsunya dengan menahan segala macam keburukan yang ditimbulkan olehnya. Berjuanglah dalam memerangi musuh Allah *Ta'ala* baik secara lahir dalam arti memerangi para kafir *harbiy* demi tegaknya kalimat tauhid yang sangat tinggi dan mulia dan juga berjihad dalam arti batin dengan senantiasa memerangi hawa nafsu, mengendalikannya untuk dapat mengusir segala keburukan yang ditimbulkannya semata-mata untuk meraih keberhasilan dan mendapatkan kemenangan serta kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Melihat perspektif di atas, *riyadhoh* secara umum digunakan secara kebahasaan araban merujuk kepada sebuah latihan jasmani dan populer disebut olahraga dan makna ini memiliki penjabaran tersendiri dalam disiplin ilmunya. Namun, dalam perspektif masyarakat Islam Nusantara sendiri kata *riyadhoh* lebih populer dikenal sebagai sebuah amaliah batin dalam upaya seorang *saalik* menuju maqom *ma'rifatullah*. Banyak persoalan yang berhubungan antara satu dengan yang lainnya dalam pembahasan *riyadhoh*. Untuk melihat diskursus ini secara mendalam dan mudah untuk dicerna maka dapat dengan melihat mind map yang telah disusun dalam penelitian ini :



Rangkuman konsep *Riyadhoh*. (gambar bersumber dari peneliti)

Pelopopar kepopuleran istilah *riyadhoh* yang merujuk pada latihan rohani ini merupakan seorang syaikh yang bernama al-Imam Abu Hamid al-Ghozali dalam *magnum opus*nya yaitu *Ihya 'Ulum al-Diin*, diantaranya :

وَالرِّيَاضَةُ عَلَى أَرْبَعٍ أَوْجُهُ : الْقُوَّةُ مِنَ الطَّعَامِ وَالْعَمَلُ مِنَ الْمَنَامِ وَالْحَاجَةُ مِنَ الْكَلَامِ وَحَمْلُ الْأَدَى مِنْ جَمِيعِ الْأَنَامِ فَيَتَوَلَّدُ مِنْ قَلَّةِ الطَّعَامِ مَوْتُ الشَّهَوَاتِ وَمِنْ قَلَّةِ الْمَنَامِ صَفْوُ الْإِرَادَاتِ وَمِنْ قَلَّةِ الْكَلَامِ السَّلَامَةُ مِنَ الْأَفَاتِ وَمِنْ اخْتِمَالِ الْأَدَى الْبُلُوغُ إِلَى الْعَايَاتِ.

Kebersihan *qolbu* al-Ghozali melahirkan nalar yang menuntun dirinya menghibahkan anugerah ilmu yang Allah berikan kepadanya sehingga dapat dinikmati oleh seluruh muslim khususnya mereka yang merindukan keindahan dan manisnya sebuah hakikat. Al-Ghozali menunjukkan sedikit cahaya dari anugerah yang telah Allah berikan dalam kutipannya mengenai beberapa jalan yang dapat ditempuh sebagai kunci pembuka gerbang menuju kebersihan dan kesucian *qolbu* dan jiwa yang dapat mengarahkan *murid* sampai kepada tujuan pengembaraannya. Jalan-jalan itu ada 4 bagian :

a. Menyedikitkan makan dan minum

Praktik semacam ini dilakukan oleh banyak pengembara ketuhanan dalam agama manapun. Dalam Islam sendiri mengurangi porsi makan atau bahkan berpuasa merupakan kebiasaan yang sangat dianjurkan demi kesehatan jasmani dan rohani. Bahkan seorang petinju legendaris seperti Muhammad Ali sekalipun dapat sembuh dari keakutan penyakitnya melalui metode ini. Allah *Ta'ala* berfirman :

يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ ۝ ٥١

"Allah berfirman, "Wahai para rasul, makanlah dari (makanan) yang baik-baik dan beramal salehlah. Sesungguhnya Aku Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan." (QS. al-Mu'minun [23] 51).

Tentunya apa yang Allah isyaratkan dalam ayat ini sudahlah cukup untuk membuat hamba-Nya tersadar akan banyak kebaikan atas mengikuti perintah-Nya. Terkhusus dalam ayat ini, Allah perintahkan manusia melalui para Rasul-Nya untuk selalu mengkonsumsi makanan yang baik. Kata *thoyyib* dalam ayat di atas dapat dipahami dari sisi jenis asupan makanan dan minuman yang dikonsumsi dan juga volumenya. Allah sungguhlah maha mengetahui, karena atas pengetahuannya mengenai khasiat yang didapatkan manusia atas mengkonsumsi makanan yang baik dapat menyehatkan tubuh secara jasmani ataupun rohani. 'Alawi Abu Bakar Muhammad al-Segaf dalam tulisannya mengatakan "*sebaiknya makanmu atas niat taqwa, dengan(makan)nya menuju taat kepada Allah ta'ala dan beribadah, setelah makanan tersebut dipastikan sebagai makanan yang halal.*" Adalah sebuah keharusan sebagai bentuk ketaatan kepada sang Khaliq, makanan yang masuk ke dalam tubuh seorang hamba adalah halal lagi baik. Selain itu, muslim yang melakukan *riyadhoh* dalam urusan makan dan minum tidaklah cukup dengan yang halal lagi baik, porsi asupan dan suapan yang diberikan kedalam tubuh mesti diatur bahkan cenderung dikurangi sampai sedikit saja yang tubuh dapatkan dari makan dan minum.

b. Mengurangi tidur

Secara logika saja mudah dipahami bahwa semakin sedikit waktu terlelap seorang hamba, maka semakin banyak pemanfaatan badan seorang hamba dalam

kondisi terjaga. Tentunya, seorang hamba dalam *riyadhohnya* melakukan banyak hal ketaatan serta kebaikan dikala ia terjaga. Menikmati lebih banyak aktifitasnya dengan senandung dzikir, do'a dan tilawah. Bersenandung dengan untaian kalam ilahi. Menerobos safana kehidupan dengan segala macam artinya. Hingga membuat ia terbuai dengan rasa nikmat karena banyaknya permata hikmah yang ia rasakan dalam kondisi terjaga. Terkait ini cukuplah apa yang Allah firmankan dalam al-Muzzammil [73] 2-4 :

"bangunlah (untuk salat) pada malam hari, kecuali sebagian kecil, (yaitu) seperduanya, kurang sedikit dari itu, atau lebih dari (seperdua) itu. Bacalah Al-Qur'an itu dengan perlahan-lahan."

Banyaknya tidur membuat hati menjadi keras, dan menyia-nyiakan waktu yang begitu berharga, dimana banyak orang yang berhasil dan sukses melalui banyak waktu dengan melakukan aktifitas yang mengarah kepada tujuannya, begitupun tujuan para *saalik* yaitu *ma'rifatullah* yang hanya bisa ditempuh dengan mengurangi tidur dan mengisi waktunya dengan memperbanyak dzikir dan melakukan amalan-amalan batin daalam setiap sela waktu. Mengurangi tidur tidak dimaksudkan melukai tubuh dan membawa banyak penyakit masuk, tetapi dimaksudkan untuk mengurangi sebanyak yang ia bisa untuk memperbanyak amal sholih, anjuran yang baik adalah tidur 5 jam dalam sehari.

Tentunya tidur pun perlu dilakukan untuk memberikan hak istirahat kepada tubuh. Tidur pun bagi mereka yang mencintai Allah dalam setiap keadaannya akan menjadi sebuah ibadah tersendiri dengan meniatkan tidurnya untuk menyehatkan tubuh sehingga ketika terjaga akan kembali bersemangat untuk melaksanakan aktifitas di jalan-Nya. Dan mengarahkan niat hanya untuk Allah walaupun dalam aktifitas dunia akan mengarahkan aktifitas itu bermetamorfosa menjadi amaliyah *ukhrawi*. Dr. Hisyam Abdul Jawad al-Zuhairi memberikan tips untuk dapat melatih tubuh agar terbiasa tetap terjaga dan mengurangi tidurnya. Ia membeberkan 4 cara jitu untuk mengurangi tidur secara bertahap dan tidak memberatkan tubuh, yaitu dengan mengurangi porsi makan dan tentunya mengevaluasi asupan makanan dan minuman, secara bertahap mengurangi jumlah tidur dari kebiasaan yang sudah dilakukan dalam waktu yang lama, membagi tidur pada beberapa waktu tertentu agar kondisi tubuh tetap sehat dan mampu beradaptasi dengan kebiasaan baru, serta senantiasa menumbuhkan kekhawatiran terhadap diri akan kerugian yang ia dapatkan ketika tidur terlalu lama sehingga tertinggal dalam melaksanakan ibadah kepada Allah *ta'ala*.

c. Meminimalisir bicara

Keheningan seorang hamba dalam diamnya dan tidak berbicara memberi sebuah energi yang kuat untuk berpikir mendalam terkait segala sesuatu yang terjadi di sekitarnya, juga untuk tetap fokus dalam pencarian jawaban atau solusi atas berbagai permasalahan, serta dapat mengontrol diri melalui tatapan yang sarat dengan makna. Sebuah ungkapan mengenai diam adalah emas bukanlah sebuah ungkapan biasa. Dengan diam seseorang mampu menenangkan dirinya untuk tidak berbuat sesuatu secara spontanitas dan cenderung merugikan diri sendiri. Akal mampu berpikir dengan runut dan penuh ketenangan, sehingga

akan mudah didapatkan seberkas cahaya yang memberikan inspirasi baginya. Kecerdasan seseorang dalam hal berpikir dan prilaku dapat tercermin dari jumlah perkataan sia-sia yang ia ucapkan. Semakin banyak seseorang berkelakar kosong, semakin menjauhkan dirinya dari anugerah dan kemuliaan Allah *ta'ala*. Bahkan Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wasallam* sendiri bersabda :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكَلِّمْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ.

"Dari Abu Hurairah Radiyahallahu 'anhu berkata : Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda 'Barngsiapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir hendaknya ia berkata baik atau (kalau tidak bisa) maka sebaiknya diam !'"

Jelaslah sudah dari apa yang disiratkan dalam hadits di atas mengenai betapa pentingnya diam atau mengurangi berbicara kecuali hanya untuk hal yang baik saja. Bahkan berkurangnya bicara adalah sebuah tanda kesempurnaan akal, hingga pada satu titik seorang hamba yang sedikit bicara dan banyak diam akan mendapatkan wibawa kemuliaan dari Allah di dunia. Diam dalam artian memaksimalkan *qolbu* untuk berdzikir kepada Allah. Diam dalam arti mengosongkan pikiran dari memikirkan sesuatu yang tidak penting, mengisi pikiran dengan senantiasa *bertafakkur* atas keindahan ciptaan Allah, kebesarannya, keagungan-Nya serta kehebatan-Nya dalam menyusun skenario alam semesta yang begitu rumit dan sulit untuk dipahami. Imam Syafii mengajarkan muridnya dalam bentuk *riyadhoh* ini. Ia berkata *"ketika seseorang hendak berbicara, hsebaiknya ia memikirkan terlebih dahulu apa yang hendak ia bicarakan, maka apabila itu tampak sebagai sebuah kemashlahatan, bicarakanlah !, dan jika merasa ragu, maka ia tidak berbicara sampai nampak kejelasan (mashlahat)nya."*

d. Menelan pahit rasa sakit dari orang lain

Yang dimaksudkan di sini ialah sabar atas kezhaliman orang lain terhadap seorang hamba yang melakukan praktik *riyadhoh*. Sabar adalah sebuah ni'mat besar yang Allah anugerahkan kepada hamba-Nya. Itu mencakup sabar atas musibah/bala dan sabar atas taat kepada Allah *ta'ala*. Dan kedua macam sabar ini merupakan hadiah yang Allah berikan bagi seorang muslim yang dapat melakukan dan menerimanya dengan penuh keikhlasan. Oleh karenanya, demi menggapai sabar dalam kedua hal itu, seorang muslim dianjurkan memperbanyak dzikir dan tilawah dalam proses *riyadhoh* nya. Kesempurnaan anugerah Allah dalam sabar ini dapat dicapai dengan ikhlas atas musibah, memaafkan atas kezhaliman orang lain serta mampu bersyukur atas semua itu. Dan tidaklah dapat diragukan lagi bahwasanya seorang hamba tidak akan mendapatkan derajat dari kemuliaan atas kesabarannya juga martabat ridlo sehingga ia mendapatkan musibah pada dirinya. kemuliaan ini adalah sebuah kepastian yang tidak akan bisa menanggung siapapun di dunia atas anugerah yang begitu besar tersebut, hal ini merupakan apa yang Allah janjikan melalui firmanNya :

"(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan "Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji'ūn" (sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya hanya kepada-Nya kami akan kembali). Mereka itulah yang

memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhannya dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.” (QS. Al-Baqoroh [2] 156-157).

Imam al-Sa'diy dalam tafsirnya menjelaskan maksud dari anugerah yang Allah berikan kepada mereka yang sabar atas segala macam bentuk musibah yang terjadi pada dirinya hanyalah didapat oleh mereka yang *'arif billah*, mereka yang mengetahui kebenaran dari Tuhannya yang sungguh teramat jauh lebih baik. Dan Allah memberikan kebenaran yang tidak dapat ditolak oleh akal yang tidak cacat logika serta *qolbu* yang terbuka bahwasanya semuanya adalah milik-Nya, dan hanya kepada-Nyalah semua itu kembali. Jadi bukanlah hal yang patut dicemaskan dan dikhawatirkan dengan datangnya musibah dalam diri melainkan semua adalah milik Allah, dimana Ia adalah Dzat yang berhak melakukan semua apapun atas kehendak-Nya, walaupun terkadang kehendak-Nya dirasakan manusia bukanlah kehendak yang tidak baik, namun ketahuilah, bahwasanya semua kehendak yang Allah berikan kepada hamba-Nya semua adalah bentuk kebaikan dan kasih sayang yang teramat dalam, dan kasih ini hanya terpatri dan dipahami oleh mereka yang senantiasa melestarikan *riyadhoh* nya sehingga menjadi hamba yang penuh prasangka baik kepada Tuhannya.

C. Urgensi *Riyadhoh* Dzikir

Kondisi masyarakat Islam secara kontekstual di masa sekarang yaitu adanya kecenderungan mereka mencintai sesuatu secara berlebih hingga melupakan Allah *ta'ala*. Maka, mereka yang sangat senang berniaga, *qolbunya* akan melayang dan terfokus dalam memperbanyak harta benda, hingga ia merasakan kenikmatan akan sebuah keuntungan. Adapun golongan *shiddiqiin* akan mencintai kepada *Rabbnya* dan cintanya tersebut akan melebihi kecintaan terhadap sesuatu apapun, mereka selalu mengobservasi *qolbunya* untuk mendapatkan keridloan Allah *ta'ala*, dan Ia pun akan mengangkat derajat mereka kepada tempat yang tinggi disisinya. Salah satu aspek penting untuk mendapat keridloan-Nya melalui dzikir. *Mendawamkan* dzikir akan menghidupkan hati, membuat tenang dan *tuma'ninah*.

Para ulama sepakat bahwasanya dzikir merupakan cara yang paling utama dalam *taqorrub ilallah*, hal ini senada dengan apa yang Allah Ta'ala firmankan :

وَالذَّكِرِينَ اللَّهُ كَثِيرًا وَالذِّكْرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا

“laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, untuk mereka Allah telah menyiapkan ampunan dan pahala yang besar”. (QS. Al-Ahzab [33] 35).

Secara umum dzikir seorang hamba kepada *Rabbnya* terbagi ke dalam 2 bentuk, yaitu *muthlaq* dan *muqoyyad*. Dzikir *muthlaq* merupakan metode dalam dzikir yang tak terkekang oleh waktu, jumlah, dan keadaan. Senandungnya dalam *qolbu* dapat termanifestasikan dengan begitu bebas, tanpa batas. Hamba akan mampu untuk terus bereksplorasi dengan dunia *ruhaninya* untuk senantiasa mengingat Allah dalam setiap kondisi. Hal ini dapat dilihat dari apa yang sayyidah Áisyah ceritakan mengenai ihwal Rasulullah yang senantiasa berdzikir dalam setiap keadaan. Sedangkan dzikir *muqoyyad* adalah dzikir yang ditentukan oleh syara' berupa sifat, bilangan, tempat atau

waktu semisal dzikir yang dibaca ketika ruku, sujud, tasyahhud dan lainnya. Dan dzikir ini semuanya berasal dari dalil yang datang melalui riwayat-riwayat. Oleh karenanya, dzikir yang dibaca ketika memasuki wc tidak boleh dibaca untuk memasuki masjid.

Dzikir sebagai sebuah '*aurad*' adalah hal yang begitu lumrah terjadi dalam kesinambungan hidup masyarakat Islam di dunia. Dzikir adalah sebuah tuntutan serta tuntunan yang terpatri begitu dalam, menyatu dalam pikiran dan hati. Persinggungan yang acap terasa pada sebagian besar awam adalah memahami dzikir sebagai sebuah teks dan acapkali menjadikan teks-teks tersebut sebagai sebuah *wafaq* yang menumbuhkan keyakinan tertentu akan sebuah kekuatan mistis. Hingga ada beberapa kelompok yang bahkan secara keras dan terang-terangan mengatakan praktik dzikir tersebut merupakan sebuah *bid'ah* dalam agama. Dalam menyikapi fenomena demikian, semestinya kecerdasan akal seorang muslim lebih bergelora. Keseriusan memahami berbagai macam perspektif adalah sebuah kerharusan untuk beragama dengan bijak dan dibekali ilmu.

Kehadiran dzikir sebagai sebuah pemahaman yang hadir secara tekstual termaktub secara rapih dalam nuansa klasik. Salah satu dari sekian banyak riwayat yang ada adalah apa yang tertuang secara rinci dalam kitab Al-Adzkar. Dalam kitab ini Imam Al-Nawawi Al-Haramain dengan piawai menyusun rangkaian berbagai untaian '*aurad*' sebagai sebuah khazanah yang memiliki dasar dan nilai langsung dari diri Rasulullah melalui hadits. Praktik-praktik ini sudah terlihat lumrah dilakukan oleh para muslim di Nusantara, khususnya kalangan Nahdlatul 'Ulama kultural, yang secara rutin dalam setiap sholat berjama'ah *aljahriyyah* mengamalkan pembacaan dzikir yang riwayatnya shohih dan hasan dalam praktiknya. Pembiasaan-pembiasaan semacam ini merupakan bagian dari pemahaman masyarakat akan urgensi dzikir secara tekstual dan diarahkan terhadap hal yang positif dan menjunjung ukhuwah. Kemudian, secara tekstual riwayat-riwayat yang menyinggung perihal dzikir, ulama membagi dzikir ke dalam beberapa hukum, dimana ulama sepakat mengenai kewajiban dzikir dalam beberapa tempat seperti *takbirat al-ihram* dalam sholat, dan membaca al-Faatihah dalam sholat menurut *jumhur al-'ulamaa'*. Adapula dzikir yang terdapat *khilafiyah* atasnya, dimana sebagian mewajibkan dan sebagian yang lain menghukuminya sunnah, seperti mengucapkan takbir setiap perpindahan gerakan dalam sholat. Adapula dzikir yang dihukumi ulama sebagai *fardlu kifayah*, seperti halnya dzikir yang diucapkan dalam menjawab seseorang yang bersin, menjawab adzan, salam dan lainnya. Adapula khilafiyah dalam hukum membaca basmallah ketika melakukan penyembelihan hewan, *jumhur al-'ulamaa'* mewajibkan sedangkan *al-syafi'iyah* berpandangan akan kesunnahan hal tersebut.

D. Proses Riyadhoh Dzikir Al-Qur'an surat al-Fatihah dan al-Ikhlash 10, 21, 41

Dalam hal ini, Jamaah Darul Iman yang berlokasi di Purwakarta patut untuk dijadikan contoh sebagai sebuah gambaran praktik dalam *riyadhoh dzikir* dengan ayat al-Qur'an yang biasa dikenal di kalangan Darul Iman sebagai sebuah *garapan*. Para jama'ah yang melakukan proses *Riyadhoh Dzikir* atau *garapan* dituntut dan diarahkan agar dapat memenuhi kedua

ihsan, serta menjaga kebaikan pula untuk dirinya sendiri dengan mengisi *qolbu* dan *nafs* dengan berbagai amal baik, sifat terpuji dan segala bentuk ketaatan lainnya. Fase ini juga bisa diartikan sebagai proses *tahalli* sebagaimana dijelaskan sebelumnya. Sebagai bentuk pengamalan proses ini, jama'ah yang melakukan *riyadhoh dzikir* dianjurkan untuk mukim di musholla atau masjid dari pimpinan cabang atau di Ponpes Al-Islam Darul Iman bagi mereka yang berada di bawah naungan jama'ah Purwakarta, hal ini bertujuan agar mereka dapat fokus memikirkan akhirlatnya dan melakukan *'uzlah* sejenak meninggalkan huru hara duniawi. Selain itu, mereka pun ketika siang hari akan melaksanakan puasa sesuai dengan jumlah hari *Riyadhoh Dzikir faatihah* yang dijalani, baik 10, 21 ataupun 41, dengan urutan pelaksanaan dilakukan lebih dahulu bagi yang melaksanakan *riyadhoh dzikir* 41 hari, disusul 21 hari kemudian 10 hari, sehingga nantinya akan selesai secara bersamaan pada hari kamis.

Pelaksanaan *garapan* sebagai implementasi dari *riyadhoh dzikir* dan penerapannya dengan ayat Al-Qur'an ini merupakan sebuah dimensi khusus dan hanya bisa dilakukan oleh mereka yang diberikan taufik oleh Allah untuk melaksanakannya. Hal ini dikarenakan banyak sekali hal yang harus dikorbankan untuk pelaksanaannya. Salah satu momen yang paling syahdu dalam *riyadhoh rzikir* adalah berkumpul di musholla menunggu datangnya tengah malam dengan berdiskusi mengenai ke Darul Imanan serta keilmuan lainnya diselingi dengan senda gurau dan ditemani secangkir kopi dan kepulan asap tembakau.



Kesimpulan

Pemaparan yang panjang dalam diskursus mengenai penelitian ini saatnya sampai pada tahap akhir, yaitu sebuah kesimpulan. Sesuai dari apa yang *termaktub* dalam Latar Belakang Masalah, terdapat dua hal yang bisa dijadikan kesimpulan dalam penelitian ini :

1. *Riyadhoh dzikir* adalah upaya untuk membersihkan *qolbu* dan menghapus dosa menuju pengampunan Allah, seraya bertaubat dan bermunajat. Salah satu konsep *riyadhoh dzikir* adalah seperti yang dilakukan oleh Majelis Dzikir Darul Iman melalui praktik *Riyadhoh Dzikir*, yaitu sebuah praktik *riyadhoh* dengan melaksanakan puasa secara lahir dan batin seraya *'uzlah* sejenak dari lingkungan rumah menuju musholla atau masjid, dan menghabiskan waktu untuk berdzikir kepada Allah melalui wasilah surat al-Fatihah dan al-Ikhlash. Tentunya, di bawah arahan dan bimbingan dari seorang guru/pimpinan dalam konteks ke Darul Iman-an. Darul Iman dengan penanaman konsep taubatnya begitu penting kehadirannya di tengah masyarakat yang hendak melangkah lebih jauh ke dalam perjalanan *ruhani*.
2. Praktik *Riyadhoh Dzikir* surat al-Fatihah dan al-Ikhlash berusaha untuk mengimplementasikan fungsi al-Qur'an sebagai *al-hadiy* bagi hamba Allah yang dikehendakinya, memupuk semangat *tazkiyah al-nafs* dan komponen lainnya untuk menuju Allah. Ini sejalan dengan penafsiran sufistik yang disajikan oleh para mufassir berkarakter sufi seperti syekh Abd al-Rohman al-Sulami, Ibnu 'Arabi dan lainnya. Apa yang para mufassir sufi ini jelaskan terkait maksud yang tersirat dalam surat al-Fatihah dan al-Ikhlash nyatanya patut untuk dikaji bukan hanya sebatas *zhohir*, melainkan hal yang bersifat *bathiniyyah* pun layak untuk dielaborasi. Tentunya adanya praktik *Riyadhoh Dzikir* ini adalah salah satu upaya untuk mengelaborasi terkait rahasia-rahasia dari makna yang tersirat dalam Al-Qur'an, khususnya surah al-Fatihah dan al-Ikhlash.

Daftar Pustaka

- Abadi, Majdi al-Din Muhammad bin Ya'qub al-Fairuz, *Al-Qomus al-Muhith*, Damaskus: Mu'assisah al-Risalah, 1998.
- Abu Abdillah, Mahmud bin Muhammad al-Haddad, *Takhrij Ahadits Ihya 'Ulum al-Din*, Beirut: Daar al-'Ashimah, 2012.
- Adnan, *Riyadhah Mujahadah Perspektif kaum Sufi*. Jurnal Syifa al-Qulub vol. 1, no. 2 Januari 2017.
- Agama RI, Kementerian, *Al-Qur'an Tajwid Warna As-Shamad*, Jakarta : Samad, tt.
- Akrom, Muhammad, *Dzikir obat hati: enyahkan segala kegilaan duniawi*, Yogyakarta: Mutiara Media, Media Presindo Group, 2010.
- Al Zuhaili, Wahbah, *Tafsir al-Wasith*, Damaskus: Daar al-Fikr, 2001.
- Al-'Auni, Dr. Hatim bin 'Arif bin Nashr al-Syarif, *Takhrij wa Dirasah al-Asanid*, tt.p: Maktaba Syamila, 2005.
- Al-Absyaihi, Syihabuddin, *Kitab al-Mustathraf fii Kulli Fannin al-Mustathraf*, Beirut: Daar Kutub al-Ilmiyah, 2012.

- Al-Ashfahani, Al-Raghib, *Al-Mufrodāt fī Gharīb Al-Qur'an*, tt.p, Maktabah Nizar Musthofa al-Baz, 2009.
- Al-Baghowi, Abu Muhamma al-Husain bin Mas'ud, *Tafsir Baghowiy (ma'alim al-tanzil)*, Beirut: Daar Ibnu Hazm, 2002.
- Al-Baghowi, Abu Muhamma al-Husain bin Mas'ud, *Tafsir Baghowiy (ma'alim al-tanzil)*, Riyadh: Daar al-Thoyyibah, 2008.
- Al-Bani, Muhammad Nashir al-Din. *Dlo'if al-Jami' al-shogir*, Beirut: al-Maktab al-Islami, 1408.
- Al-Bantani, Nawawi, *Tafsir Murah Labid al-Masyhur bi al-Tafsir al-Munir*, Semarang: Toha Putera, 2010.
- Al-Bukhori, Muhammad bin Ismail bin Ibrahim, *Shohih Bukhori*, Beirut: Daar al-Fikr, 2010.
- Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibu Qolbi* Terj. Ismail Yakub, Jilid 4, Jakarta: Tirta Mas, 1984.
- Al-Ghifari. *Generasi Narkoba*, Bandung: Mujahid Press, 2003.
- Al-Harari, Muhammad al-Amin, *Tafsir hadaiq al-ruh*, Makkah: Daar Thouq al-Najah, tt.
- Al-Hatimi, Abi Bakar Muhyi al-Din Muhammad bin 'Ali bin Muhammad bin Ahmad bin Abdullah, *al-Futuhat al-Makiyyah*, Beirut: Daar Kutub al-Ilmiyyah, tt.
- Al-Jailani, Abdul Qadir. *Rahasia-rahasia Agung Berjumpa Allah: Lautan Hikmah Kekasih Allah*, terj. Kamran As'ad Irsyadi, Jogjakarta: Diva Press, 2012.
- Al-Jailani, Abdul Qadir. *Rahasia-rahasia Agung Berjumpa Allah: Lautan Hikmah Kekasih Allah*, terj. Kamran As'ad Irsyadi, Jogjakarta: Diva Press, 2012.
- Al-Maraghi, Ahmad Musthofa, *Tafsir al-Maraghi*. Beirut: Daar al-Fikr, 2006.
- Al-Mas'udi, Hafidz Hasan, *Taysir al-Khollaq fii 'Ilmi al-Akhlaq*, Surabaya: Toko Kitab al-Hidayah, 2014
- Al-Naisyaburiy, Al-Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairiy, *Shahih Muslim*, Beirut: Daar Kutub al-Ilmiyyah, 2008
- Al-Nawawi, Yahya bin Syarif. *Al-Adzkar Al-Nawwiyyah*. Surabaya: al-Haramain, tt.
- Al-Naysaburiy, Abi Qosim Abd al-Karim ibn Hawazin Ibn Abd al-Malik al-Qusyaeri, *Latoif al-Isyaraat*, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2007.
- Al-Qurthubi, Abu Abdillah bin Muhammad bin Ahmad bin Abi Bakr al-Anshori, *Al-Jami' li Ahkamil Qur'an*, Beirut: Daar Kutub al- 'Ilmiyyah, 2004.

- Al-Razy, Muhammad bin Umar bin al-Hasan al-Tamimy al-Bakry al-Qurasyi al-Tibristani, *Tafsir Mafaatih al-Ghaoib al-Kabir*, Beirut: Daar al-Fikr, 2002.
- Ibn Muhammad, Ahmad Syakir, *Aku, Thoriqoh dan Tasawuf*, Demak: Tanjung Masyarakat Inti, 2001.
- Ibnu Katsir, Abi al-Fada. *Tafsir Ibnu Katsir*, Semarang: Toha Putera, 2008.
- Ibnu Manzhur, Muhammad bin Mukrim bin Ali Abu Fadhl Jamaluddin, *Lisan al-'Arab*, Beirut: Daar Ihya' al-Turats al-'Arabiy, 1998.
- In'ammuzahidin Masyhudi, Nurul Wahyu A, *Berdzikir dan sehat ala ustadz Haryono*, Semarang: Syifa Press, 2006.
- Joko S Kahhar dan Gilang Cita Madinah. *Berdzikir kepada Allah kajian spiritual masalah dzikir dan majlelis dzikir*. Yogyakarta: Sajalah Press, 2007.
- Lailatul Rochmah, Chasiru Zainal 'Abidin, M. Ali Rohmad, *Relasi Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa: Studi Analisis Majelis Taklim al-Khasaniyah dan al-Kamal Mojokerto*, Jurnal Muntaz, Vol. 5, no. 1, Januari 2021.
- M. Afif Anshori, *Dzikir demi kedamaian jiwa solusi tasawuf atas manusia modern*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Maimunah, A. & Retnowati, S, Pengaruh latihan relaksasi dengan dzikir untuk mengatasi kecemasan ibu hamil pertama, *Jurnal Psikologi Islam (JPI) (I) 1-22*, 2011.
- Majid, Nurcholis, *Islam, Doktrin dan Peradaban*, Jakarta: Yayasan Wakaf Paramadina, 1992.
- Miwar, *Akhlaq Tasawuf Membangun Karakter Islami*, Medan: Perdana Publishing, 2015.
- Muhammad ibn Isa al-Tirmidzi, Abi Isa, *Al-Jami' al-Kabir*, Beirut: Dar al-Gharb al-Islami, 1996.
- Muhammad ibn Ismail, Abi Abdillah, *Shohih Bukhori*, Beirut: Daar ibn al-Katsir, 2002.
- Persatuan Ulama Universitas al-Azhar, *Tafsir al-Wasith li Al-qur'an AlKarim*, Kairo: al-Hai'ah al-'Ammah, 2014.
- Subaidi, H, *Abdul Wahab al-Sya'rani: Sufisme dan Pengembangan Pendidikan Karakter*, Yogyakarta: Kaukaba Dirgantara, 2015.
- Syukur, M., A, *Sufi Healing (Terapi dalam Literatur Tasawuf)*, Semarang: DIPA IAIN Walisongo, 2010.
- Thahir, Mursyidah, *Keindahan Al-Qur'an dan Fleksibilitas Fikih*, Tangerang: Tazkiya Foundation, t.t.
- Yurisaldi, *Berdzikir untuk kesehatan syaraf*, Jakarta: Zaman, 2010.