

RIYADAH TAREKAT SEBAGAI TERAPI KELUARGA MUSLIM

Aspiyah Kasdini R.A^{1*}

¹ UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia; email: aspiyahkardini1@gmail.com

* Correspondence

Received: 2020-07-10; Accepted: 2020-07-13; Published: 2020-07-29

Abstract: This research proves that riyadah that practiced by sufis can be an alternative solution to solve various kinds of household problems, especially divorce. Riyadah is one form of therapy, which has a role in educating themselves and train the soul to control all forms of ego in order to form a good person's morality. This thesis aims to emphasize the results of Faisal Bahar Susanto (2006), Ermi Suryani (2014), Zakaria Husin Lubis (2013), Muhammad Tahir Khalily (2012), Ellen J. Amster, Ira Ratna Mahayanti (2013), Frank D. Fenham (2006), María del Rosario González Martín (2011), which proves that disciplinary or soul-setting exercises (riyadah), contained in the world of Sufism and the values contained therein (such as the value of monotheism and forgiveness) has a role that governs various aspects of life. Based on previous relevant studies, no one has specifically addressed the theme and the case that we proposed, to fill the void, then herein lies the position of this research. This research is qualitative research by using observation, interviews, and documentation of the object of research as the main sources, and for secondary sources we use journals, dissertations, theses, and scientific books relating to themes and research cases. This research is a field research using phenomenology and psychology approach. The overall data obtained then presented using the method of critical analysis with the approach of science Sufism and Psychology.

Keyword : Riyadah; Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah (TQN); Divorce.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan, bahwasanya riyadah sebagai amaliyah pada ajaran tarekat dapat menjadi solusi alternatif dalam menyelesaikan berbagai macam permasalahan rumah tangga, khususnya perceraian. Riyadah merupakan salah satu bentuk terapi, yang memiliki peran dalam mendidik diri dan melatih jiwa untuk mengontrol segala bentuk ego guna membentuk pribadi berakhlakul karimah. Thesis statement ini mempertegas hasil penelitian Faisal Bahar Susanto (2006), Ermi Suryani (2014), Zakaria Husin Lubis (2013), Muhammad Tahir Khalily (2012), Ellen J. Amster, Ira Ratna Mahayanti (2013), Frank D. Fenham (2006), María del Rosario González Martín (2011), yang membuktikan bahwasanya latihan-latihan pendisiplinan atau pengaturan jiwa (riyadah), yang terdapat dalam dunia tasawuf beserta nilai-nilai yang terdapat di dalamnya (seperti nilai ketauhidan dan pemaafan), memiliki peran yang mengatur berbagai aspek kehidupan. Berdasarkan kajian-kajian terdahulu yang relevan, belum ada yang secara khusus membahas tema dan kasus yang penulis ajukan, untuk mengisi kekosongan tersebut, maka di sinilah letak posisi penelitian ini. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif dengan menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap objek penelitian sebagai sumber utamanya. Adapun untuk sumber sekunder, penulis menggunakan jurnal, disertasi, tesis, dan buku-buku ilmiah yang berhubungan dengan tema dan kasus penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan menggunakan pendekatan fenomenologi dan psikologi. Keseluruhan data yang diperoleh kemudian disajikan menggunakan metode analisis kritis dengan pendekatan ilmu Tasawuf dan Psikologi.

Kata Kunci: Riyadlah; Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah (TQN); Perceraian.

1. Pendahuluan

Keluarga sejahtera merupakan model keluarga ideal dambaian setiap orang di mana pun berada, ia memiliki peran penting dalam proses reproduksi dan regeneratif keturunan, serta sebagai wadah untuk memberikan rasa aman, pemenuhan kebutuhan ekonomi, pendidikan, agama, rasa kasih sayang, dan menjadi tempat awal bagi para anggota keluarga untuk belajar bersosialisasi. Dalam proses membangun keluarga sejahtera, yang sesuai dengan fungsi dan peran dari keluarga itu sendiri, sering kali ditemukan adanya permasalahan yang diakibatkan oleh rasa tidak puas atau tidak adanya kesesuaian antara harapan dan hasil yang telah didapatkan oleh keluarga yang bersangkutan.

Permasalahan yang muncul dalam keluarga menimbulkan rasa tidak aman dan nyaman yang dirasakan oleh para anggota keluarga, dan apabila permasalahan tersebut tidak segera ditangani dan dicari solusinya, maka dapat memicu terjadinya pertikaian antara suami-istri ataupun orang tua-anak (Shihab, 2007). Permasalahan yang timbul di antara suami dan istri memberikan kontribusi pada sebab terjadinya perceraian. Indonesia adalah negara dengan mayoritas penduduk beragama Islam menjadi negara dengan angka perceraian tertinggi di Asia-Pasifik. Sesuai data yang ada, rata-rata satu dari 10 pasangan menikah berakhir dengan perceraian di pengadilan, bahkan 70 persen perceraian itu disebabkan gugat cerai dari pihak istri kepada suami dengan alasan ketidakharmonisan (BKKBN, 2016). Selain dikarenakan tidak adanya keharmonisan dalam rumah tangga, penyebab lain yang menjadi faktor perceraian ialah permasalahan poligami yang tidak sehat, krisis akhlak, cemburu, kawin paksa, ekonomi, tidak ada tanggung jawab, kawin di bawah umur, kekejaman jasmani, dihukum, cacat biologis, politis, gangguan pihak ketiga, dan lainnya (MA, n.d.).

Penelitian ini berangkat dari fenomena tersebut, yakni fenomena yang dialami oleh para pasangan suami-istri yang memiliki permasalahan dalam rumah tangganya, khususnya permasalahan yang memicu terjadinya perceraian yang memilih menggunakan metode *riyadah* Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah (TQN) Pondok Pesantren Suryalaya sebagai alat untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi, serta menjadikan Abah Anom (w. 2011 M) yang berperan sebagai guru mursyid dari TQN Pondok Pesantren Suryalaya, atau para wakil talkin beliau sebagai mediator dan pembina mereka untuk mendapatkan dan menjalankan amalan *riyadah* tersebut.

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Socrates (w. 399 SM), pada dasarnya setiap orang mampu untuk menghadapi segala macam persoalan yang dihadapi, akan tetapi tidak semua dari mereka mampu menyadari bahwa sesungguhnya dalam diri mereka terpendam kemampuan atas jawaban-jawaban bagi segala macam permasalahan yang dihadapinya. Ia juga menambahkan, dalam mengeluarkan kemampuan tersebut seseorang memerlukan bantuan orang lain. Hal ini senada dengan pendapat Ibnu Bajjah (w. 1138 M), salah satu dari ahli psikologi Muslim, yang mengatakan bahwa suatu spesies (manusia) potensial akan berubah menjadi spesies yang aktual jika dirubah oleh sesuatu yang lain, sesuatu yang dapat menggerakkan organ rasa yang dimilikinya. Dalam konteks ini, pengubah dan penggerak tersebut adalah guru mursyid, karena dalam tataran dunia tasawuf dan tarekat, mursyid adalah tokoh sentra (bertindak sebagai guru, orang tua, pembimbing, konselor, hipnotis, bahkan dokter) dalam segala hal yang berhubungan dengan keilmuan tersebut secara teoritis dan praktikal.

Abraham Maslow menegaskan, bahwasanya terdapat perbedaan antara teori dan praktik dalam masalah psikoterapi (Maslow, 1993), karena antara satu teori dan teori lainnya memiliki perbedaan pada keberhasilan penyembuhan pasien yang berbeda. Namun hal tersebut tidak berlaku dalam teori

dan praktik yang menggunakan metode tasawuf (*riyadah*), dan di sinilah sisi menarik kajian ini, bagaimana metode *riyadah* dalam dunia tasawuf dapat menjadi begitu penting dalam menjalani kehidupan dan juga menjadi solusi (terapi) atas problematika-problematika yang timbul di dalamnya, khususnya yang terdapat dalam ikatan pernikahan yang kerap memicu terjadinya perceraian.

Pertanyaan penelitian ini adalah: Bagaimana penyelesaian problematika rumah tangga dengan menggunakan praktik *riyadah* TQN dalam peta keilmuan Tasawuf? Fokus kajian penelitian ini penulis batasi pada fenomena dan peran *riyadah* Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah Pondok Pesantren Suryalaya dalam mengatasi dan menjadi solusi alternative (Abdul & Mudzakir, 2001) terhadap permasalahan-permasalahan rumah tangga, khususnya yang memicu terjadinya perceraian, yang dialami oleh para informan. Penelitian ini dilaksanakan pada rentang waktu bulan Januari 2016 hingga bulan Mei 2017 dalam ruang lingkup wilayah Pondok Pesantren Suryalaya sebagai tempat penelitian.

Berdasarkan tema penelitian, terdapat beberapa kajian terdahulu yang relevan, yakni tentang pengaruh amaliah tarekat terhadap kehidupan sehari-hari, baik pada aspek ekonomi, sosial, pendidikan, kejiwaan dan lainnya, di antaranya ialah penelitian yang berbentuk tesis yang berjudul: "Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah (TQN): (Tinjauan Historis dan Edukatif Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah di Desa Balak)(Faisal Bahar, 2006)." *Akhlah Sebagai Sarana Mencapai Kebahagiaan dalam Perspektif Psikologi Ibn Miskawaih*(Rifyal, 2014); *Tasawuf Sebagai Terapi Kesehatan Mental: Study Kasus Penyembuhan NAPZA di Pesantren Bina Akhlak Cianjur*(Zakaria Husin, 2013). Juga pada jurnal ilmiah, diantaranya: "Schema Perpetuation and Schema Healing: A Case Vignette for Schema Focused Therapy in Islamic Perspective"(Khalily, 2012); *Medicine and the Saints: Science, Islam, and the Colonial Encounter in Morocco*(Matthew, 2014).

Adapun apabila berdasarkan kasus yang penulis kaji yakni solusi mengatasi perceraian, kajian terdahulu yang relevan terhadap penelitian ini di antaranya ialah: *Tingkat Perceraian Pasangan Muslim dan Pasangan Non Muslim (Di Pengadilan Agama dan Pengadilan Negeri Kotamadya Bogor dalam Studi Komperative)*; (Ermi, 2014) "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Perceraian Keluarga Usia Produktif Menurut Undang-Undang Nomor 01 Tahun 1974 dan Kompilasi Hukum Islam: Studi Kasus di Desa Dasan Tereng Kecamatan Narmada Kabupaten Lombok Barat;"(Ira Ratna, 2013) "Hubungan Nilai Dalam Perkawinan dan Pemaafan Dengan Keharmonisan Keluarga;(Maria Nona, 2013)" *The New Peoplemaking*;(Virginia, 1988) "Forgiveness in Marriage: Current Status and Future Directions;(Fincham, Frank D., 2006)"

Teori pemaafan umum dijadikan bahan rujukan para psikiater untuk mengonseling para suami istri yang memiliki permasalahan dalam rumah tangga, akan tetapi pada prakteknya tidak dapat digunakan oleh seluruh suami-istri yang bermasalah dikarenakan tinggi rendahnya perasaan yang berbeda-beda yang mereka miliki(María del Rosario González & Fuster, 2011). Di sinilah letak keunggulan yang dimiliki amaliah *riyadah* dalam dunia sufistik, karena peran guru mursyid sebagai mediator, konselor, psikolog, hipnotis, psikiater, dan juga terapis merupakan peran bertanggung jawab yang tidak semua orang mampu mengembannya, baik secara lahir ataupun batin(Maslow, 1993). Poin penting dalam penelitian ini ialah kajian-kajian tersebut belum ada yang secara khusus mengkaji dan meneliti tentang solusi untuk mengatasi perceraian dalam rumah tangga dan hubungannya dengan praktek sufisme, sehingga penelitian ini dilakukan guna mengisi kekosongan terhadap kajian tersebut. Tesis ini juga menggambarkan sebuah teori yang kuat dengan mengkombinasikan dua perspektif keilmuan, yakni tasawuf (psikosufistik) dan psikologi terhadap satu pembahasan kajian yang sama.

Sumber data primer yang digunakan oleh penulis guna memperoleh data penelitian adalah dengan melakukan observasi atas perubahan perilaku yang tampak dari para informan yang mengamalkan *riyadah* TQN Pondok Pesantren Suryalaya, juga dikuatkan dengan hasil dokumentasi

serta wawancara kepada informan dan pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini. Jurnal, disertasi, tesis, artikel ilmiah dan buku-buku penelitian yang diakui kesahihannya, yang berhubungan dengan tema dan kasus kajian merupakan sumber sekunder dalam penelitian ini. Berdasarkan sumber data yang digunakan, maka penulis menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi guna mengumpulkan data primer. Proses analisis data dilakukan dengan menelaah seluruh hasil observasi dan wawancara dengan menggunakan pendekatan yang fenomenologi dan psikologi.

Tujuan dari penelitian ini adalah: menganalisis metode dan pelaksanaan *riyadah* TQN Pondok Pesantren Suryalaya serta perannya dalam kehidupan rumah tangga dengan pendekatan tasawuf (psikosufistik) dan psikologi sekuler; membuktikan bahwasannya metode-metode dalam keilmuan tasawuf dan pengamalan amaliah *riyadah* dalam ajaran suatu tarekat dapat menjadi pedoman sekaligus menjadi solusi terhadap kesulitan-kesulitan yang menimbulkan permasalahan dalam ikatan pernikahan sebuah keluarga. Inilah yang menjadi titik kelebihan yang menunjukkan bahwa psikologi Islami jauh lebih efektif dan unggul apabila dibandingkan dengan psikologi sekuler.

2. Hasil dan Pembahasan

Secara global, *riyadah* yang menjadi kajian teoritis ilmu tasawuf dan praktik tarekat memiliki kesamaan dengan beberapa tata cara ibadah agama lainnya, kendati demikian terdapat perbedaan yang menjadi ciri khas dari *riyadah* itu sendiri. Ciri khas tersebut terdapat dalam konsep dasar, tata cara pelaksanaan, beserta hasil dan fungsinya sebagai media untuk terapi kejiwaan secara Islami, yang tentunya memiliki perbedaan dengan media terapi pada psikologi sekuler.

Riyadah Sebagai Psikoterapi

Pada umumnya, *riyadah* dikenal sebagai *spiritual exercises*, yakni bentuk dari latihan-latihan rohani atau pengaturan diri yang bertujuan untuk membersihkan diri dari dosa, mencegah diri dari segala bentuk hawa nafsu yang dilarang, serta sebagai alat untuk mengatur keharmonisan antara jasmani dan rohani dengan menjadikan *ma'rifah* kepada Sang Khalik sebagai tujuan (Syukriadi, 2005).

Riyadah sebagai latihan spiritual merupakan ajaran universal yang diajarkan dalam agama-agama besar seperti Hindu, Budha, Kristen dan Islam. Dalam agama Islam, khususnya dalam istilah Tasawuf, *riyadah* ialah menjalankan ibadah dan menundukkan keinginan hawa nafsu dan syahwat. Menurut pemahaman para ahli tasawuf, *riyadah* secara istilah tersebut telah dilakukan oleh Nabi Muhammad Saw. ketika berkhalwat di Gua Hira. Kegiatan khalwat tersebut beliau lakukan dengan melatih diri, mengolah jiwa, berzikir, merenung, memperhatikan kejadian alam dan susunannya, serta memperhatikan segala keadaan masyarakat yang penuh kejahilan dan kerusakan dalam berbagai aspek kehidupan (Syukriadi, 2005).

Riyadah dalam dunia tasawuf ada dua macam, yaitu *riyadah* badan dan *riyadah* rohani. *Riyadah* badan dilakukan oleh seorang pengamal tarekat dan penempuh jalan rohani dengan jalan mengurangi makan, mengurangi minum, mengurangi tidur, dan mengurangi berkata-kata. Adapun *riyadah* rohani dilakukan dengan melaksanakan ibadah secara lebih intensif, menjaga diri dalam keadaan berwudu, rajin melakukan salat (baik fardu ataupun sunah) dan rajin mengamalkan zikir dan aneka ragam wirid. Seperti yang telah penulis singgung sebelumnya, pelaksanaan *riyadah* dimaksudkan untuk mendekatkan diri dan bermakrifat kepada Allah Swt.

Istilah *riyadah* dipopulerkan oleh al-Ghazali (w. 111 M). Dalam *Ihya'Ulum al-Din* ia mengatakan bahwa dengan proses *riyadah* atau melatih diri akan menghasilkan sesuatu yang sangat berharga, yakni akhlak karimah. Akhlak karimah sebagai buah dari melatih diri tersebut diperoleh seorang *salik* dengan beberapa jalan: pertama, melalui bimbingan sang guru syekh yang dapat menunjukkannya kepada jalan kebenaran, membantu untuk membersihkan hatinya dari sifat-sifat

tercela, mengarahkannya dalam melakukan ibadah-ibadah yang dapat membimbingnya dalam *taqarrub ilallah*; kedua, dengan jalan berkumpul dengan teman-teman yang dapat menunjukkan kekurangan dalam dirinya, sehingga dapat mengintropeksi diri untuk senantiasa memperbaiki diri dan menghiasi dengan perbuatan-perbuatan terpuji (Al-Ghazali, 2005).

Lantas, bagaimana *riyadah* tarekat dalam perspektif Tasawuf dan Psikologi? Sebagai agama yang universal, Islam juga mengkaji perihal segala bentuk emosi yang terdapat dalam diri manusia. Adapun ilmu yang mengkaji bagaimana emosi tersebut berikut cara mengontrol dan menggunakannya dengan baik adalah ilmu tasawuf. Sebelumnya, perkenankan penulis mengutip kesimpulan dari karya tulis Gary McKay dan Don Dinkmeyer yang berjudul *How You Feel is Up to You*, Gary dan Don menjelaskan bahwasanya setiap manusia memiliki segala jenis perasaan dan tentu mengalaminya, seperti perasaan sakit hati, bersalah, marah, depresi, stres, cemas, gembira, dan semua perasaan emosi yang muncul itu adalah suatu kewajaran. Dunia akan menjadi begitu monoton dan tidak berwarna apabila manusia tidak memiliki emosi-emosi tersebut. Namun apabila perasaan dan emosi itu tumbuh secara berlebihan pada diri manusia, maka akan menimbulkan dampak negatif bagi individu bersangkutan ataupun dalam ruang lingkup yang lebih besar, seperti keluarga dan masyarakat. Oleh karena itu, Gary dan Don menegaskan bahwa setiap manusia bisa memilih perasaan-perasaannya sendiri yang dapat mengarahkannya kepada hal-hal yang positif (Gary & Dinkmeyer, 2005).

Kembali membincang bahwa agama adalah aturan yang mengatur segala aspek kehidupan secara universal, maka agama juga dapat menjadi obat, terapi dan pengontrol segala bentuk emosi yang mempengaruhi kesehatan jiwa-raga bagi mereka yang meyakinkannya. Sebagaimana perannya untuk mendidik jiwa, latihan spiritual (*riyadah*) dalam agama, khususnya Islam, mengajarkan bagaimana *salik* dapat kembali pada-Nya dengan meninggalkan hal-hal buruk yang menjadi alat untuk mengendalikan emosi diri. Ketika emosi diri telah terkendali, maka kepribadian baik atas nilai-nilai agama dapat diperoleh, kepribadian untuk bagaimana bersikap kepada Tuhan dan sesamanya, sehingga mereka akan mendapatkan kesehatan secara jasmani dan rohani (Muhammad Tahir, 2012).

Jika kaum agamis meyakini bahwasanya agama dapat menjadi obat dari segala penyakit, para tokoh psikolog Barat justru sebaliknya, sebut saja pakar psikoanalisis Sigmund Freud, baginya agama merupakan penyakit itu sendiri, neurosis yang universal. Pernyataan tersebut didasarkan kepada pengalamannya dengan menyamakan ritual upacara keagamaan yang diamatinya dengan simton obsesi kompulsif (Malik B, 1991) yang diderita oleh pasien-pasiennya. Freud juga menambahkan, konsep tentang Tuhan adalah sebuah delusi hasil ciptaan manusia, sebuah pujaan yang mereka ciptakan sendiri (Malik B, 1991).

Tidak hanya Freud, psikolog Barat yang berorientasi kepada keabsahan laboratorium dalam usahanya menunjukkan sikap ilmiahnya juga akan menyangkal bahwa ada dogma, atau kepercayaan, yang mempengaruhi konsep mereka tentang manusia. Bagi mereka, teori yang mereka temukan tentang tingkah laku manusia sepenuhnya diperoleh dari bukti-bukti berdasarkan pengalaman, dan hasil pengamatan yang akurat, bukan dari suatu dogma (Malik B, 1991). Singkatnya, para ilmuan psikolog Barat tidak mendasarkan diri pada prinsip Ketuhanan dalam mempelajari tingkah laku manusia.

Pada tataran psikologi umum, seperti yang dijelaskan oleh Plato dan Aristoteles bahwasanya psikologi ialah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Jiwa dalam pengertian ini masih beraneka macam definisinya, dan penulis mengartikan jiwa di sini sebagai mental atau keterkaitan antara nafs dan qalb. Umumnya, masih terdapat jarak antara psikologi Islam dan psikologi sekuler dalam hal ini, karena psikologi Islam dikenal lebih berorientasi kepada *qalb*, sedangkan psikologi sekuler berorientasi kepada emosi yang dihasilkan oleh akal.

Sesungguhnya keduanya telah jauh dibahas dengan rinci oleh para ahli tasawuf, dalam teori keilmuan ini kita mengenal istilah tasfiah *al-qalb* dan *tazkiyah al-nafs*. Kedua hal ini lah yang harus sungguh-sungguh diperhatikan dalam berperilaku, keduanya harus memiliki sinkronisasi dan harmonisasi, agar apa yang diekspresikan oleh pikiran, perasaan dan tindakan merupakan ekspresi yang positif (Muhammad & Suharto, 2016). Maka kemudian dikenallah ilmu yang mengkaji tentang kejiwaan dan manusia dalam Islam yakni ilmu tasawuf. Secara praktiknya, yang menjalankan teori-teori tasawuf dikenal dengan salik melalui sebuah jalan atau tarekat.

Riyadah menjadi salah satu latihan spiritual dalam ranah tasawuf tidak lain merupakan metode terapi kesehatan mental dari Tuhan Yang Maha Kuasa agar para makhluknya dapat memiliki jiwa dan emosi yang baik. Keadaan jiwa dan emosi yang demikian akan membawa seseorang pada ketenangan hidup (F. Mardi SJ, 1995) dari segala macam permasalahan yang terjadi. Sehingga berdasarkan pemaparan ini dapat disimpulkan bahwasanya jauh sebelum para psikolog Barat memperkenalkan teori mengenai kepribadian dan mengontrol kejiwaan, agama Islam telah jauh lebih dulu mengkaji dan mempraktekannya melalui kajian ilmu tasawuf dan amaliah riyadah yang terdapat dalam ajaran tarekat.

Kemudian, bagaimana hubungan riyadah dan keharmonisan keluarga? Guna menciptakan hubungan yang harmonis dan minim dari permasalahan, maka dibutuhkan keakraban atau persahabatan dalam pernikahan. Hubungan persahabatan bagi suami-isteri merupakan faktor yang penting dalam membina kesatuan yang serasi dan tidak boleh diabaikan, tidak lain karena hal tersebut merupakan salah satu kontak psikis bagi pasangan bersangkutan. Kontak psikis haruslah dipenuhi di samping pemenuhan kebutuhan dasar kehidupan yang dapat membawa manusia kepada kepuasan dan ketenangan, dengan demikian, untuk meminimalisir perseteruan dalam ikatan pernikahan, sudah seharusnya suami-istri memiliki waktu untuk berbagi fikiran dan keluh kesah dalam keseharian, walaupun hanya sederhana, hal ini dapat mengikat jarak yang terdapat pada pasangan tersebut (Gunarsa & Gunarsa, 2012). Keakraban dan persahabatan dalam pernikahan juga dapat terbentuk dari faktor suasana keagamaan yang menyenangkan di dalamnya, semakin menyenangkan suasana keagamaan tersebut, maka semakin memuaskan suasana hubungan suatu pernikahan (Greeley, 1982).

Adanya interaksi antara suami-istri dalam segala bentuk komunikasi yang baik merupakan salah satu bentuk teknik dari terapi keluarga yang akan membentuk suatu perilaku bagi para anggotanya (Burnham, 1986). Perilaku yang dibentuk dalam keluarga akan berpengaruh kepada hubungan sosial yang akan dijalin oleh para anggota keluarga baru. Cara untuk berkomunikasi dengan baik didapatkan dari pola komunikasi keluarga, komunikasi tidak sekedar saling merespon dalam bentuk verbal, tetapi juga saling merespon dalam tindakan, sikap, gerak-gerik, kebiasaan dan isyarat tubuh. Banyak permasalahan yang terjadi dalam hubungan pernikahan disebabkan tidak adanya komunikasi yang baik (Foster, 1993) antara suami dan istri. Oleh karena itu maka sangat jelas bahwa adanya interaksi dan komunikasi yang baik merupakan terapi yang dapat menyelesaikan masalah dalam keluarga.

Pada teori tersebut, penulis temukan beberapa poin utama, yakni adanya sosok tokoh, ajaran, dan perilaku yang ditimbulkan. Teori tersebut hanyalah teori yang memang terbukti jika dilaksanakan dan hasil yang didapat juga akan sesuai. Namun teori-teori yang disampaikan oleh para psikolog nampaknya belum final, berbeda dalam tasawuf, para tokoh, ajaran dan dampak yang diciptakan sudah tergambar jelas, sehingga mereka yang memilih jalan tersebut tidak harus berfikir dua kali untuk membuktikannya. Di sinilah titik temu antara peran riyadah sebagai salah satu terapi keluarga dalam menciptakan hubungan yang harmonis, khususnya antara suami dan istri.

Semua penjelasan dalam bagian ini dapat memberikan gambaran bahwa peran perjalanan spiritual beserta latihannya atau riyadah begitu penting dalam segala aspek kehidupan salik, terlebih khusus

dalam hubungan pernikahan, karena bentuk-bentuk perjalan spiritual tersebut tidak lain merupakan eksistensi diri untuk mendapatkan puncak dari jiwa, kebahagiaan, yang pada akhirnya dapat membebaskan kesadaran personal dan menyatukannya dengan kesadaran suprapersonal, hingga segala bentuk permasalahan yang dialami salik dapat teratasi sebagaimana suprapersonal (Ali, 2003) mengatasinya, karena yang menyebabkan permasalahan dalam hidup dapat terjadi adalah tidak merasakannya pembebasan pada diri, pembebasan adalah mengakhiri siklus kepemilikan yang dibayangkan. Jika dengan ajaran-ajaran tasawuf jiwa mendapatkan kebebasannya, maka tidak ada keterpisahan, tidak ada rasa takut kekurangan, tidak ada kebutuhan untuk mengambil dan menguasai, sehingga segala bentuk kehidupan dapat dialami secara langsung.

Amaliyah Riyadah TQN Pondok Pesantren Suryalaya

Setiap tarekat memiliki amaliah khusus yang diajarkan oleh para guru tarekat kepada para muridnya. Amaliah ini berbeda antara satu tarekat dengan tarekat lainnya, tergantung kepada siapa tarekat tersebut dinisbatkan, sebut saja tarekat Mawlawiyah yang disandarkan kepada sang pendiri tarekat, yakni Mawlana Muhammad Jalal al-Din Rumi dengan *sama'*nya, tarian gasing, yang menjadi ciri khas dari tarekat ini (Sri, 2010). Kendati berbeda secara teknis, pelaksanaan amaliah pada tiap tarekat memiliki tujuan yang sama, yakni untuk membersihkan diri guna mendapatkan kebahagiaan yang hakiki, *ridla Allah*. Perbedaan amaliah tidak membedakan darimana amaliah itu berasal, karena jika diruntut silsilah yang terdapat pada tarekat-tarekat yang ada, semuanya bersumber dari sumber yang sama, Allah Swt.

Adapun berikut adalah *riyadah*TQN Pondok Pesantren Suryalaya

Tabel 1:

No	Kategori Riyadah	Macam	Teknis Pelaksanaan	Subjek	Syarat Pengamatan
1	Utama	Zikir <i>Jahr</i>	Rohani	Setiap individu <i>salik dalam tarekat</i>	Mendapatlan talkin zikir dan diberikan langsung oleh guru mursyid ataupun para wakilnya
		Zikir <i>Khafi</i>	Rohani		
		Khataman	Rohani		
		Manakib	Rohani		
2	Penyempurnaan	Salat-salat sunnah	Rohani	Setiap Individu <i>salik tertentu dalam tarekat</i>	
		Mandi taubat	Badan		
		Tidak Makan Nasi (makanan pokok), Makanan Bernyawa, Garam, Makanan yang dimasak dengan api	Badan		
		Tidak minum air ang turun dari langit dan keluar dari bumi	Badan		
		Puasa kafarah	Badan		
		Melek pada malam jum'at	Badan		
		Jaya sampurna	Badan		
		<i>H{izb Sayf Yamani</i>	Badan		
		Ziarah	Badan		
		Khalwat	Rohani		
		Lain-lain			

Amaliyah Riyadah Sebagai Terapi Permasalahan Rumah Tangga

Pelaksanaan amaliyah *riyadah* memiliki andil besar dalam mengontrol kesehatan mental para *salik*, khususnya bagi para *sa>lik* yang notabeneanya adalah mereka yang sedang memiliki permasalahan yang terjadi dalam ikatan pernikahannya, dan tidak mampu menyelesaikannya dengan baik dan tepat. Melalui pengamalan amaliyah ini, perlahan-lahan mereka dapat mengendalikan dirinya, menstabilkan emosinya, dan mendapatkan solusi dari masalah yang ada, dari pernyataan inilah maka amaliyah *riyadah* dapat diartikan sebagai sebuah terapi kesehatan mental yang terdapat dalam ajaran sebuah tarekat, TQN Pondok Pesantren Suryalaya.

Sepuluh informan penelitian terdiri dari enam wanita dan empat laki-laki yang memiliki permasalahan dan dinamika yang berbeda-beda dalam proses penyelesaiannya. Berikut penjelasannya:

Tabel 2:

No	Nama	Sebab Pernikahan	Usia pernikahan	Permasalahan
1	Siti	Pribadi	22 Tahun	Poligami
2	Idah	Pribadi	25 Tahun	Perselingkuhan
3	Iis	Pribadi	7 Tahun	Poligami
4	Putri	Pribadi	25 Tahun	Komunikasi tidak baik
5	Starla	Orang tua	11 Tahun	Tidak ada kecocokan
6	Sukma	Orang tua	8 Tahun	Tidak cinta
7	Parlan	Pribadi	25 Tahun	Perselingkuhan
8	Usman	Pribadi	27 Tahun	Krisis akhlak
9	Dahlan	Pribadi	25 Tahun	Perselingkuhan
10	Surya	Pribadi	12 Tahun	Perselingkuhan

Berdasarkan tabel tersebut, maka dapat disimpulkan bahwasanya permasalahan yang terjadi dalam pernikahan para informan terdiri dari enam permasalahan; poligami, komunikasi yang tidak baik, tidak adanya kecocokan, tidak mencintai pasangan, krisis akhlak, dan perselingkuhan, baik yang dilakukan oleh para informan atau pasangannya. Pernikahan yang dilakukan atas dasar kemauan sendiri ataupun kemauan orang tua memiliki peluang yang sama untuk terjadinya konflik selama pernikahan, tidak melihat berapa lama usia pernikahan tersebut berlangsung.

Kendati memiliki perbedaan pada aspek riwayat pernikahan, penulis mendapatkan persamaan fenomena yang terjadi di antara para informan, yakni terdapat keinginan dari diri mereka untuk dapat mempertahankan hubungan pernikahannya bersama pasangan masing-masing. Keinginan mempertahankan pernikahan inilah yang menjadi motivasi positif bagi para informan, sehingga mereka memilih untuk menggunakan amaliyah *riyadah* TQN Pondok Pesantren Suryalaya sebagai alat untuk mewujudkan pernikahan yang bahagia, tenang, dan tentram sesuai yang mereka harapkan di awal pernikahan. Seperti yang telah penulis singgung sebelumnya, bahwa pelaksanaan riyadah adalah untuk mengelola dan mendidik diri agar dapat melatih serta mengendalikan kesadaran-kesadaran yang selama ini tidak mampu untuk dikendalikan, sehingga seseorang dapat memiliki kesadaran yang sesungguhnya, yakni kesadaran yang didasari oleh data, pemikiran, dan tindakan yang tepat. Jika kesadaran yang demikian telah mampu untuk dibiasakan, maka seseorang tersebut dapat dikatakan telah memiliki mental yang sehat dan stabil. Jika seseorang telah memiliki kondisi mental yang demikian, maka dengan sendirinya ia akan terlepas dari segala permasalahan yang dihadapinya, termasuk permasalahan yang dialami oleh para informan.

Kesepuluh informan pada penelitian ini adalah para murid TQN Pondok Pesantren Suryalaya, sebagian dari mereka ada yang telah mengambil talkin zikir sebelum permasalahan dalam pernikahannya terjadi, dan sebagian dari mereka adalah orang umum yang memiliki masalah dalam pernikahan dan kemudian mengambil talkin zikir TQN Pondok Pesantren Suryalaya. Para informan yang telah mengambil talkin zikir namun masih memiliki permasalahan dalam rumah tangganya adalah sesuatu yang wajar, karena bagaimanapun, mereka yang mengambil talkin zikir belum tentu mengamalkan atau masih dalam proses mempelajari amaliah yang telah diajarkan oleh sang guru (manusia makhluk yang dinamis), sehingga adanya permasalahan yang tidak dapat diatasinya adalah hal yang tidak dapat terelakkan.

Sebelum seseorang menginginkan emosi positif yang ia terima, hal pertama yang harus ia lakukan adalah menciptakan emosi-emosi positif tersebut dalam diri mereka. Guna menciptakan emosi ini, seseorang harus memiliki kesadaran penuh dengan memaksimalkan potensi positif, serta meminimalisir potensi negatif yang terdapat dalam dirinya. Pada kajian ilmu tasawuf, emosi-emosi ini dapat dikendalikan dengan menjalankan ritus-ritus yang diajarkan oleh guru tarekat, emosi yang tercipta adalah perwujudan dari pengelolaan diri (nafs) yang terdapat dalam diri manusia. Pada setiap klasifikasi nafs, di dalamnya terdiri nafs yang baik dan buruk, dengan pelaksanaan ritus tarekat, nafs yang buruk dikendalikan sedemikian rupa, dan nafs yang baik dimaksimalkan. Ketika nafs atau jiwa ini dapat dikuasai dan dikendalikan sesuai porsi, maka seseorang akan mendapatkan kesadaran jiwa yang stabil, sehingga ia dapat mengelola konflik yang ia hadapi dengan baik dan tepat.

Para informan menggunakan amaliah *riyadah* TQN Pondok Pesantren Suryalaya sebagai alat untuk mewujudkan pernikahan yang bahagia, tenang, dan tentram sesuai yang mereka harapkan di awal pernikahan. Dari sepuluh informan, empat di antaranya memiliki pasangan yang bermasalah (Siti, Idah, Iis, dan Dahlan), dan enam sisanya (Putri, Starla, Sukma, Parlan, Usman, dan Surya) adalah subjek utama dari permasalahan yang terjadi dalam pernikahan yang mereka jalani. Pada praktiknya, para ikhwan dan akhwat yang menjadi informan ini tidak saja diberikan amaliah riyadahutama, tetapi juga amaliah riyadah penyempurna. Pemberian kedua jenis amaliah ini disebabkan para ikhwan dan akhwat yang demikian adalah para murid yang sangat membutuhkan untuk segera sampai pada tujuan utama dari pelaksanaan amaliah riyadah, yakni mendapatkan rida Allah, yang berupa penyelesaian permasalahan yang sedang dihadapi. Pemberian amaliah keseluruhan ini tentunya berdasarkan kebijakan sang guru mursyid, Abah Anom, baik melalui dirinya atau melalui para wakil talkinnya dengan melihat kondisi permasalahan yang dialami oleh para murid dan kondisi spiritual yang mereka miliki (Muhammad & Suharto, 2016).

Para informan, ketika mereka datang menjumpai sang guru mursyid (Muhammad & Suharto, 2016) atau melalui para wakilnya, mula-mula mereka dibimbing untuk menerima talkin zikir. Pelaksanaan talkin baiat zikir merupakan pintu awal agar riyadah yang dijalankan oleh mereka dapat memberikan hasil. Setelah mendapatkan bimbingan zikir, para informan kemudian diberikan arahan (Syamsu LN & Nurihisan, 2011) untuk rutin menjalankan amaliah zikir yang diberikan, arahan yang berupa nasihat ini didengarkan oleh para informan dengan seksama dan penuh khidmat. Kemudian Abah Anom atau para wakilnya memberi amaliah riyadah tertentu kepada mereka untuk dijalankan secara rutin dan berkesinambungan agar masalah yang sedang dialami dapat terselesaikan. Riyadah khusus ini mencakup riyadahutama yang berlaku wajib dan tidak boleh ditinggalkan, dan beberapa riyadah penyempurna. Abah Anom memberikannya secara sistematis, yakni dimulai dengan amaliah riyadah mandi tobat selama empat puluh malam dan kemudian dilanjutkan dengan riyadah lainnya. Pada pengertian ini, maka secara tidak langsung riyadah berfungsi sebagai terapi kejiwaan bagi para informan dengan melaksanakan dan menghayatinya, terapi yang dapat menghilangkan rasa gelisah, tidak tenang, dan gangguan-gangguan kejiwaan lainnya.

Amaliah riyadah merupakan bagian dari terapi mental atau psikoterapi, karena dalam

prosesnya terdapat interaksi antara guru dan murid dalam menghasilkan tujuan yang ingin dicapai oleh murid, dalam hal ini tujuan tersebut ialah terselesaikannya permasalahan keluarga antara suami-istri dengan baik dan tepat.

Interaksi tersebut tidak berlangsung dalam kurun waktu yang ditentukan, namun berlangsung dalam kurun waktu yang cukup lama, bahkan seumur hidup, karena guru mursyid tidak hanya berperan sebagai terapis yang hanya dibutuhkan ketika keadaan mental sedang tidak sehat saja, namun juga dalam keadaan mental yang sehat dan sangat sehat. Pada pengertian yang demikian, maka riyadah dapat juga dimaknai dengan 'belajar'.

Makna 'belajar' yang penulis maksudkan didasarkan pada apa yang terjadi oleh para informan, mereka mendapatkan permasalahan dalam kehidupan rumah tangganya, dan kemudian mempelajarinya dengan melaksanakan amaliah riyadah ini. Riyadah yang merupakan proses belajar ini menggiring para informan untuk dapat berubah, tidak tetap dalam posisi semula dan menyelesaikan masalah yang ada.

Adanya proses belajar dan dapat berubah ini merupakan alat ukur dalam menentukan apakah terapi yang digunakan merupakan terapi yang efektif dan efisien. Tingkat keberhasilan terapi tentunya tidak dipusatkan pada sang terapis saja (mursyid), melainkan juga tergantung pada pasien (murid) itu sendiri, apakah mereka menginginkan adanya perubahan dengan belajar atau justru mereka ingin berubah tanpa belajar. Kendati keduanya bersungguh-sungguh dalam proses terapi, hasil yang didapatkan tidak selamanya sesuai dengan apa yang dicitakan di awal, tentunya bukan disebabkan sistem terapi yang tidak tepat, melainkan adanya faktor-faktor lain yang mengubah tujuan dari terapi itu sendiri dalam prosesnya.

Perubahan tujuan dan hasil tersebut bukanlah sebuah kegagalan dari sebuah proses terapi, melainkan salah satu dari bentuk keberhasilan. Penulis katakan sebagai sebuah keberhasilan karena para murid dapat belajar dengan baik, mereka dapat belajar menerima apa yang tidak sanggup mereka terima sebagai hasil dari usaha dan perjuangannya dalam proses menyelesaikan masalah yang dihadapi. Selain itu, mereka juga belajar untuk menerima kekurangan-kekurangan yang terdapat dalam diri mereka, sehingga mereka dapat menjadi diri yang utuh, diri yang dapat memaksimalkan potensi dirinya dan mengatur kekurangan dirinya, sehingga mereka menjadi manusia dengan keadaan mental yang sehat.

Self-Therapy (Adab al-Murid ila Nafsih)

Pada praktiknya, amaliah *riyadah* dan proses pelaksanaan yang dilakukan atas bimbingan sang guru, perlahan-lahan membantu para informan untuk introspeksi diri menyadari apa yang terjadi. Salah satu dari bentuk introspeksi diri ini ialah ketika proses talkin zikir berlangsung, selama pemberian talkin zikir yang dibimbing oleh Abah Anom atau para wakilnya, para informan mendengarkannya dengan penuh khidmat, bahkan mereka tidak mampu menahan tangis ketika hati telah diisi oleh kalimat *tayyibah*.

Dalam talkin zikir, guru mengarahkan pada para informan untuk melihat apa yang telah dilakukan, kepada diri sendiri, kepada anak-istri, kepada saudara, kepada orang tua, kepada tetangga dan sesama lainnya. Secara otomatis, guru telah dapat mempengaruhi para informan untuk mendengarkan apa yang ia katakan. Ketika informan siap untuk mengambil talkin zikir dari guru, pada saat itu juga dia menyatakan bahwa dirinya berkomitmen untuk siap melaksanakan apa yang diberikan oleh sang guru. Adanya komitmen yang demikian merupakan salah satu bentuk dari proses pembelajaran diri, semakin kuat komitmen tersebut, maka semakin kuat juga peluang untuk sembuh dari kegundahan hati dan permasalahan hidup yang dialami (Asep Haerul, 2017). Ketika hendak memberikan talkin zikir, Abah Anom atau para wakilnya selalu bertanya kepada para murid,

“siapa tidak mengamalkan?” pertanyaan demikian merupakan pola pertanyaan hipnosis yang secara sadar Abah Anom ucapkan, dan diterima secara *unconscious* oleh para murid, sehingga mereka dapat mengikuti proses talkin zikir dengan khidmat. Kalimat-kalimat yang disampaikan dalam talkin zikir menyentuh titik *unconscious* yang lebih dulu ada sebelum manusia dapat berfikir dengan otak (kognitif), sehingga murid dapat merasakan kenyamanan dan siap untuk dibimbing.

Pelaksanaan amaliah *riyadah* yang diberikan oleh guru, menggiring informan untuk belajar mengontrol dirinya, melihat masalah yang menimpanya, dan berfikir solusi seperti apa yang baik untuk menyelesaikannya. Secara otomatis mereka dapat melihat apa yang menjadi pokok permasalahan yang terjadi, dan hal sebaliknya adalah hal yang diinginkan untuk terjadi. Untuk mewujudkan apa yang dicatakan, mereka akan memprediksi dan memperhitungkan hal-hal apa saja yang menjadi faktor-faktor pendukung dan faktor-faktor penghambatnya. Seperti yang dilakukan oleh Putri, dia menikah dengan pria yang tidak mencintainya selama bertahun-tahun, sehingga dia merasa tidak mendapatkan kebahagiaan seperti yang diidamkan oleh pasangan yang menikah pada umumnya. pernikahannya hambar, komunikasi dengan sang suami hanya sekedarnya, apapun yang dilakukan suami dirasa tidak menunjukkan sedikit pun rasa kasih sayang dan cinta. Pada saat mengamalkan amaliah *riyadah* yang diberikan sang guru berupa mandi tobat pada dini hari, Putri tidak lupa memintakan tobat untuk sang suami yang sangat ia cintai, meskipun sang suami sedang mengusahakan untuk mengurus perceraian mereka. Supaya perceraian itu tidak terjadi, Putri dengan arahan sang guru dapat melihat masalahnya dengan bijak, ia memperhitungkan apa saja yang dapat membantu agar perceraian itu benar-benar terjadi dan juga memperhitungkan apa saja yang dapat membantu agar perceraian itu tidak terjadi. Dengan demikian, segala bentuk faktor pendukung terjadinya perceraian itu ia minimalisirkan, dan faktor yang menghambat perceraian itu ia maksimalkan.

Sifat seseorang yang terbentuk karena unsur-unsur budaya tersebut sulit untuk diubah, termasuk pada kasus Putri dan suaminya. Akan tetapi dengan adanya arahan dari sang guru, Putri mencoba memahami sang suami, suami yang awalnya dianggap tidak mencintainya dan setiap tindakannya selalu tidak mencerminkan rasa cintanya, ternyata justru sangat mencintainya. Hanya saja Putri berasal dari masyarakat yang mengekspresikan emosinya apa adanya (terkesan cuek), sedangkan sang suami berasal dari masyarakat dengan gaya komunikasi yang berbeda, ia ingin lebih banyak diperhatikan sang istri, Putri, walaupun tidak harus dikatakan secara verbal. Akan tetapi, Putri tidak memahami apa yang diinginkan sang suami, hingga komunikasi yang terjalin selama bertahun-tahun menikah adalah komunikasi yang tidak sehat.

Keduanya merasa tidak menemukan kebahagiaan dalam pernikahan, padahal sejatinya masing-masing dari mereka memiliki rasa cinta walaupun menikah karena usulan orang tua. Komunikasi yang tidak baik ini menimbulkan banyak salah faham dan pada akhirnya sang suami berada di titik jenuh, sehingga menginginkan agar pernikahan yang dijalankan ini dapat diakhiri. Namun, dengan bantuan sang guru, Putri dapat menemukan solusinya, harapannya untuk tetap bertahan dengan sang suami dapat terwujud. Ia berusaha untuk lebih memperhatikan sang suami, Putri lebih banyak berperan dibandingkan sang suami, karena budaya yang membentuk sifat sauminya mengakibatkan sang suami lebih sensitif terhadap hal-hal kecil. Melihat perubahan Putri sesuai dengan apa yang ia inginkan, sang suami pun perlahan dapat luluh dan memperlakukan Putri dengan hal serupa. Komunikasi yang terjalin di antara mereka lebih baik dari yang sebelumnya, dan perlahan-lahan sang suami menyadari bahwa Putri berusaha memperjuangkannya, sehingga hilang keinginannya untuk menceraikan Putri.

Tidak semua orang mampu menganalisis masalah yang dihadapinya secara objektif, di sinilah peran guru mursyid dalam membina para muridnya yang tidak lain adalah informan penelitian untuk dapat berfikir dengan jernih, karena permasalahan yang diakibatkan dan dirasakan oleh seseorang, hanya mereka sendiri yang dapat menyelesaikannya, tentunya dalam konteks ini dengan

bantuan sang guru. Pembelajaran dan penyelesaian permasalahan yang timbul dari diri sendiri dapat dilakukan karena sang guru selaku terapis mengajarkan hal yang sangat mendasar, yakni tentang bagaimana cara untuk mengontrol diri sendiri. Guru melatih para murid agar ia terampil menangani tingkah laku-tingkah laku yang bermasalah bagi dirinya ataupun pasangannya, sehingga mereka dapat berfikir dan bertindak bagaimana seharusnya (Yustinus, 2006).

Collective Therapy (Adab al-Murid ila al-Ikhwan)

Collective Therapy atau terapi kelompok ialah bentuk dari terapi yang dilakukan oleh seorang terapis kepada pasien-pasien dengan menggunakan perawatan dalam kelompok (Yustinus, 2006). Dalam penelitian ini, guru mursyid bertindak sebagai terapis, dan para murid merupakan pasiennya. Sebagai seorang murid tarekat, *salik* atau para informan secara otomatis memiliki hubungan dengan murid lainnya. Hubungan ini menciptakan adab-adab yang harus ada pada diri mereka, karena guru tidak saja mengajarkan bagaimana cara beradab secara vertikal kepada Allah Swt., tetapi juga mengajarkan bagaimana cara beradab secara horizontal kepada sesama, khususnya sesama murid tarekat.

Seperti terapi kelompok pada umumnya yang memusatkan perhatian pada usaha untuk membantu anggota lainnya agar dapat memperbaiki keterampilan-keterampilan sosial mereka melalui prosedur-prosedur yang ada, maka dalam kajian tarekat, terapi ini ialah berupa *adab al-murid ila al-ikhwan* ('Abd al-Wahhab, n.d.): Bersikap dermawan dan peduli kepada agama saudaranya; Membimbing teman untuk tidak membangkang; Memperingatkan teman dari tempat-tempat yang tidak baik; Menolong teman di dalam perkawinan; Menghimbau teman untuk melihat kebenaran.

Bagaimana guru mursyid dapat berperan sebagai terapis? R. W. J Austin, sarjanawan lulusan Universitas London sekaligus dosen dalam bidang kajian Bahasa Arab dan studi Islam di Universitas Durham, menyampaikan dalam pendahuluan *Sufis of Andalusia*, bahwasanya seorang syekh dalam suatu tarekat umumnya memiliki wakil (*khalifah, naib*) yang mewakilinya ketika dia sedang berhalangan atau sakit. Austin menambahkan, jika tarekat merupakan tarekat yang besar, syekh juga perlu mengangkat perangkat lainnya, seperti bendahara, pembimbing murid dan sebagainya. Syekh tarekat juga akan mengangkat *muqaddam* yang bertindak atas namanya dan atas nasihatnya untuk menerima anggota atau murid baru serta memberikan bimbingan kepada murid-murid yang lama (Nasrulloh, 1994).

Demikian pula yang terjadi di TQN Pondok Pesantren Suryalaya, pada masa kemursyidan Abah Anom tarekat ini berkembang cukup pesat, hal tersebut tidak terlepas dari usahanya dalam membina para murid yang berada di berbagai tempat, hingga menjadikan TQN Pondok Pesantren Suryalaya menjadi pusat TQN terbesar di Indonesia (Sri, 2010).

Penyebaran ajaran TQN hingga pelosok negeri di Indonesia tidak terlepas dari kebijakan Abah Anom dengan mengangkat para wakil talkin untuk mereka yang menginginkan manfaat dari talkin namun tidak berkesempatan datang dan mengambil manfaat talkin langsung dari Abah Anom di Suryalaya, dan para wakil talkin ini tersebar baik di dalam maupun di luar negeri (Sri, 2010). Seseorang diangkat wakil talkin oleh Abah Anom karena dalam pandangan batin sang mursyid, orang tersebut telah layak dan memenuhi kualifikasi untuk menjadi wakilnya melaksanakan tugas dengan baik, tidak sembarang orang diangkat wakil talkin, hanya orang-orang pilihanlah yang diangkat oleh mursyid untuk menjadi wakil talkin dan hanya mursyidlah yang berhak mengangkat wakil talkin (Cecep & Suhrowardi, 2008).

Seperti yang telah penulis singgung sebelumnya, guru mursyid atau para wakil talkin TQN Pondok Pesantren Suryalaya dalam praktiknya merupakan para terapis bagi para ikhwan dan akhwat yang memiliki masalah kejiwaan. Adapun berdasarkan kriteria yang dimiliki seorang

mursyid, maka terdapat kesesuaian hal tersebut dengan pendapat Abraham H. Maslow yang mengatakan bahwa kepribadian atau struktur watak terapis merupakan salah satu pertimbangan yang sangat penting, ia harus seseorang yang dengan mudah dapat memasuki hubungan manusiawi yang baik dan ideal, ia juga harus dapat menciptakan hubungan demikian dengan banyak orang, ia harus menjadi orang yang hangat dan menyenangkan, dan ia harus cukup percaya diri untuk menghormati orang lain (Maslow, 1993).

Melalui proses-proses ini, para informan beserta pasangannya akhirnya dapat berkomunikasi dengan sehat, yakni adanya tindakan untuk berterus-terang, mempercayai kembali pasangan masing-masing, jujur, serta kurangnya sikap membela diri yang bersifat timbal balik, sehingga hubungan pernikahan yang mereka jalani merupakan hubungan pernikahan yang membahagiakan, karena tidak ada lagi yang harus diperselisihkan dan membuat mereka tertekan.

Komunikasi yang sehat menciptakan hubungan yang sehat pula. Hubungan yang sehat dapat tergambar dari sikap para informan yang mengizinkan pasangan mengungkapkan kepasifan, kesantiaian, kekanak-kanakan, dan kebodohan yang sehat kepada mereka, semua itu tidak membahayakan, karena suami atau isteri yang baik adalah seseorang yang cukup merasa bebas untuk memberikan pandangan penafsiran analitis atas pertimbangan mereka.

Pemaparan ini membuktikan, bahwasanya dalam menyelesaikan permasalahan, *salik* atau para informan tidak cukup hanya melakukan ritus saja, namun ia juga harus melakukan tindakan-tindakan sebagai hasil dari penghayatan mereka terhadap ritus atau *riyadah* tersebut, dengan kata lain antara zikir, fikir, rasa, dan tindakan haruslah berjalan bersamaan, sehingga *salik* akan mendapatkan kehidupan yang harmonis.

Tabel 3:

Proses Terapi	Model Terapi	Efek Terapi
Talqin dan Bait Zikir	1. <i>Self-therapy</i>	1. Pikiran
<i>Riyadah</i> Utama dan Penyempurna	2. <i>Collective therapy</i>	2. Perasaan
	3. Guru sebagai terapis	3. Tindakan
		4. Ketiganya sekaligus

Para informan penelitian yang notabenehnya adalah murid TQN Pondok Pesantren Suryalaya mengakui bahwa amaliah *riyadah* yang mereka jalankan merupakan sebuah terapi untuk mereka belajar menjadi diri yang lebih baik, baik menurut sesama dan Tuhannya, proses belajar yang pada akhirnya menggiring mereka untuk mendapatkan tujuan hidup yang ingin di raih, yakni pernikahan yang bahagia. Adanya perubahan inilah yang menandakan bahwa terapi dengan menggunakan metode *riyadah* merupakan salah satu bentuk terapi yang menjanjikan untuk digunakan dalam menyelesaikan permasalahan keluarga bagi mereka yang menginginkannya. Perubahan ini dapat kita lihat pada:

- a. Pribadi para informan yang berubah menjadi diri yang lebih baik, dan diri yang memiliki kesehatan mental yang stabil.
- b. Sikap bijak yang penuh kasih dan cinta para informan terhadap pasangan yang mengakibatkan pasangan dapat memberikan sikap timbal-balik yang serupa.
- c. Pergaulan informan dengan komunitas tarekatnya, yang membentuk mereka sebagai diri yang mampu bersosialisasi dengan baik terhadap sesama.
- d. Adab mereka kepada sang guru yang berakibat kepada perilaku-perilaku santun dan sesuai syara'.

Selama proses *riyadah* dan perubahan-perubahan tersebut terjadi, para informan mengakui bahwa mereka dengan sendirinya mendapatkan:

- a. *Problem solving* atau kemampuan untuk memecahkan masalah yang mereka alami, baik sejak awal *riyadah*, ataupun dalam prosesnya.
- b. Tingkat ketahanan emosi yang tinggi, sehingga rasa sakit, sedih, dan kecewa dapat terekspresikan dengan cara-cara yang tepat.
- c. Komunitas baru yang memberikan banyak manfaat membuat mereka, sehingga mereka memiliki ketenangan emosional atau ketenangan batin, juga *self-control* yang baik, tentunya hal ini mereka dapatkan ketika mengambil atau menjalankan tarekat ini.
- d. Jati dirinya dan dapat memahami dirinya dengan baik, sehingga ia dapat bersikap sebagai istri, sebagai ibu, sebagai anak, sebagai menantu, sebagai murid, sebagai ikhwan, dan sebagai makhluk sebagaimana mestinya.

Pada kondisi ini, para informan telah mendapatkan apa yang mereka inginkan, yakni *ridja Allah* melalui terselesaikannya masalah yang mereka hadapi. Kendati demikian, mereka tetap harus menjalankan amaliah *riyadah* sesuai yang diperintahkan oleh sang guru, tidak lain karena hal tersebut merupakan bentuk dari ketawakkalan *salik* dalam menempuh jalan ruhani. Selama ia dapat menjalankan amaliah tersebut bersama guru dan ikhwannya, maka selama itu pula peluang ia memiliki mental yang sehat dan stabil sangat besar, atau sebaliknya, sehingga pelaksanaan amaliah *riyadah* ini tidak boleh terputus begitu saja. Jika *salik* senantiasa bertawakal dengan jalan ini, jiwa *salik* akan senantiasa dipenuhi oleh sinar iman dan yakin. Karena, pada hakikatnya sikap bertawakal adalah sikap untuk tidak melawan takdir Allah Swt., tidak juga mengelak dari ketentuan yang telah digariskan kepadanya, karena betapapun kuat usaha yang dilakukan manusia, tidak akan mampu melampaui garis yang telah ditakdirkan oleh-Nya.

3. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan yang telah penulis uraikan, maka dapat disimpulkan bahwa penyelesaian problematika perceraian dengan menggunakan praktik *riya>djah* yang dijalani oleh para informan dilakukan dengan dua tahap, yakni: pertama, dengan mengambil talkin zikir dari guru mursyid; kedua, setelah mengambil talkin zikir maka para informan dianjurkan untuk menjalankan amaliah *riya>djah* yang diberikan secara khusus kepada mereka. Guru mursyid dalam hal ini (baik melalui dirinya langsung atau pun melalui para wakilnya), secara otomatis berperan sebagai terapis yang memiliki kriteria-kriteria untuk memberikan terapi dan membimbing para pasien yang notabeneanya adalah para murid dalam menemukan solusi atas masalah yang mereka hadapi. Sembilan dari sepuluh informan dapat terhindar dari perceraian, sedangkan satu sisanya tetap bercerai dengan pasangannya, hal ini karena beberapa pertimbangan dan kemaslahatan yang dirasa oleh informan bersangkutan, juga atas izin serta wewenang dari sang guru terhadap permasalahan yang ia alami. Meskipun tidak keseluruhan informan dapat mempertahankan pernikahannya, tidak serta merta metode ini dikatakan gagal, karena *goal* dari pelaksanaan *riya>djah* ialah para murid mendapatkan ketenangan dan kebahagiaan jiwa dengan dapat menyelesaikan permasalahannya melalui cara dan jalannya masing-masing.

Pada praktiknya, penelitian ini membuktikan bahwa terdapat relevansi antara teori keilmuan tasawuf (psiko-sufistik) dan psikologi. Keduanya dapat menjadi pedoman sekaligus solusi terhadap kesulitan-kesulitan yang dialami seseorang dalam hidupnya, terutama kesulitan yang timbul dari dalam diri atau dari pasangan yang telah menikah. Meskipun memiliki persamaan, secara proses dan hasilnya, tasawuf beserta ajaran tarekat memiliki peluang lebih besar dalam mengatasi masalah kejiwaan dibandingkan dengan psikoterapi Barat, dan inilah titik kelebihan dari psikosufistik dalam Islam.

Daftar Pustaka

- 'Abd al-Wahhab, A.-S. (n.d.). *al-Qudsiyya, al-Anwar*. Jakarta: Dinamika Berkah Utama.
- Abdul, M., & Mudzakir, J. (2001). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Al-Ghazali. (2005). *Ihya 'Ulum al-Din*. Beirut: Dar Ibn Hazim.
- Ali, A. (2003). *Tasawuf dalam Sorotan Sains Modern*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Asep Haerul, G. (2017). *No Title*. Tasikmalaya.
- BKKBN. (2016). "Angka Perceraian di Indonesia Tertinggi di Asia-Pasifik."
- Burnham, J. B. (1986). *Family Therapy*. London: Tavistock Publications.
- Cecep, A., & Suhrowardi. (2008). *Kuliah Ilmu Taswuf*. Tasikmalaya: CV. Sinar Abadi.
- Ermi, S. (2014). *Tingkat Perceraian Pasangan Muslim dan Pasangan Non Muslim (Di Pengadilan Agama dan Pengadilan Negeri Kotamadya Bogor dalam Studi Komperative)*. UIN Syarif Hidayatullah.
- F. Mardi SJ, P. (1995). *Psikologi Hidup Rohani 1*. Yogyakarta: Kanisius.
- Faisal Bahar, S. (2006). *Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah (TQN): (Tinjauan Historis dan Edukatif Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah di Desa Balak*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fincham, Frank D., J. H. S. R. H. B. (2006). Forgiveness in Marriage: Current Status and Future Directions." *Family Relations. National Council on Family Relations, 55*, 415–527. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/40005337>
- Foster, C. (1993). *The Family Patterns Workbook: Breaking Free from Your Past & Creating a Life of Your Own*. New York: The Putnam Publishing Group.
- Gary, M., & Dinkmeyer, D. (2005). *How You Feel Is Up to You: The Power of Emotional Choice*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Greeley, A. M. (1982). *Agama: Suatu Teori Sekular*. Jakarta: Erlangga.
- Gunarsa, S., & Gunarsa, Y. S. D. (2012). *Psikologi untuk Keluarga*. Jakarta: libri.
- Ira Ratna, M. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Perceraian Keluarga Usia Produktif Menurut Undang-Undang Nomor 01 Tahun 1974 dan Kompilasi Hukum Islam: Studi Kasus di Desa Dasan Tereng Kecamatan Narmada Kabupaten Lombok Barat No Title. *Jurnal Ilmiah Fakultas Hukum Universitas Mataram*, 1–14.
- Khalily, M. T. (2012). Schema Perpetuation and Schema Healing: A Case Vignette for Schema Focused Therapy in Islamic Perspective. *Islamic Studies, 51*, 327–336.
- MA. (n.d.). Faktor Penyebab Perceraian. Retrieved January 28, 2016, from <http://infoperkara.badilag.net>
- Malik B, B. (1991). *Dilema Psikolog Muslim*. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- María del Rosario González, M., & Fuster, M. R. G. G. G. (2011). *Forgiveness in Marriage: Healing or Chronicity. A Dialog Between a Philosophical and a Psychotherapeutic Understanding* No Title. 34. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/41478692>
- Maria Nona, N. (2013). Hubungan Nilai Dalam Perkawinan dan Pemaafan Dengan Keharmonisan Keluarga. *Jurnal Elektronik, 5*, 1–8.
- Maslow, A. H. (1993). *Motivasi dan Kepribadian 2*. Jakarta: PT. Midas Surya Grafindo.
- Matthew, H. (2014). *Islamic Africa*.
- Muhammad, N., & Suharto. (2016). *No Title*. Tasikmalaya.
- Muhammad Tahir, K. (2012). Schema Perpetuation and Schema Healing: A Case Vignette for Schema Focused Therapy in Islamic Perspective. *Islamic Studies, 51*.
- Nasrulloh, M. . (1994). *Sufi-Sufi Andalusia*. Bandung: Mizan.
- Rifyal, N. (2014). *Akhlak Sebagai Sarana Mencapai Kebahagiaan dalam Perspektif Psikologi Ibn Miskawaih*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Shihab, M. Q. (2007). *Pengantin al-Qur'an (Kalung Permata Buat Anak-Anakku)*. Jakarta: Lentera Hati.
- Sri, M. (2010). *Peran Edukasi Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah Dengan Referensi Utama Suryalaya*. Jakarta: Kencana.
- Syamsu LN, Y., & Nurihsan, A. J. (2011). *Teori Kepribadian*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Syukriadi, S. T. S. (2005). *Epistimologi Du'a*. Bandung: TPK Warois PEMDA JABAR.
- Virginia, S. (1988). *The New Peoplemaking*. pennsylvania: Haddon Craftsmen.
- Yustinus, S. (2006). *Kesehatan Mental 3*. Yogyakarta: Kanisius.

Zakaria Husin, L. (2013). *Tasawuf Sebagai Terapi Kesehatan Mental: Study Kasus Penyembuhan NAPZA di Pesantren Bina Akhlak Cianjur*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.