

**DAMPAK *SPIRITUALITAS* TERHADAP *SELF ACCEPTANCE* JAMAAH**

**RATIB AL HADAD *EARLY ADULTHOOD* DI DESA TUNGKUL REJO**

**( Studi Deskriptif Kepala Keluarga Yang Tergabung Jamaah Dzikir Ratib Al**

**Hadad Di Desa Tungkul Rejo, Ngawi )**

**SKRIPSI**



Oleh :

**Sendhanu Wisnu Maharja**  
**303200057**

Pembimbing

**Fadhilah Rahmawati, S.S., M.Si**  
**NIDN. 2013038503**

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM**  
**FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO**

**2024**

**DAMPAK *SPIRITUALITAS* TERHADAP *SELF ACCEPTANCE* JAMAAH  
RATIB AL HADAD *EARLY ADULTHOOD* DI DESA TUNGKUL REJO  
( Studi Deskriptif Kepala Keluarga Yang Tergabung Jamaah Dzikir Ratib  
Al Hadad Di Desa Tungkul Rejo, Ngawi )**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk melengkapi sebagian syarat-syarat guna memperoleh gelar  
sarjana program strata satu (S-1) pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan  
Dakwah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo**

Oleh:

**Sendhanu Wisnu Maharja  
NIM. 303200057**

Pembimbing

**Fadhilah Rahmawati, S.S., M.Si  
NIDN. 2013038503**

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO**

**2024**

## ABSTRAK

**Wisnu Maharja, S.** 2020. Makna *Spiritualitas* dan *Self acceptance* Jamaah Ratib Al Hadad *Early Adulthood* di Desa Tungkul Rejo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi. **Skripsi.** Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo (IAIN) Ponorogo.

Pembimbing Fadhilah Rahmawati, S.S., M.Si

**Kata Kunci :** *Spiritualitas* , *Self acceptance*, *Early Adulthood*

Sebagai kepala keluarga memiliki tugas salah satunya yaitu mencukupi kebutuhan ekonomi. Terpenuhinya kebutuhan adalah salah satu faktor penting pada pernikahan. Kurang tercukupinya dapat menyebabkan munculnya konflik dalam keluarga. Cara untuk mengatasi konflik ialah kepala keluarga harus bersikap sabar serta saat terjadi konflik. Sikap tersebut bisa didapat dengan mengikuti metode Dzikir Ratib Al Hadad

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi *Spiritualitas* dan *Self acceptance* kepala keluarga yang berada di Desa Tungkul Rejo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi sebelum dan sesudah mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad serta bagaimana proses pemaknaan *Spiritualitas* dan *Self acceptance* nya.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode analisis deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat peningkatan *Spiritualitas* dan *Self acceptance* pada kepala keluarga yang mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad

Peningkatan *Spiritualitas* pada kepala keluarga yang mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad ditandai dengan meningkatnya rasa yakin dan keimanan kepada Allah serta bertambahnya rasa syukur, sabar, serta ketenangan hati. Peningkatan *Self acceptance* kepala keluarga yang mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad ditandai dengan mulainya menerima kejadian maupun peristiwa yang baik maupun buruk serta menjadikan peristiwa tersebut sebagai pelajaran yang berharga dan kembali menemukan semangat baru untuk menjalani hidup yang lebih baik.

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Sendhanu Wisnu Maharja  
NIM : 303200057  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam  
Judul : Dampak *Spiritualitas* Terhadap *Self acceptance* Jamaah  
Ratib Al Hadad *Early Adulthood* Di Desa Tungkul Rejo

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqasyah.

Ponorogo, 30 Oktober 2024


Menyetujui,

Menyetujui,

Ketua Jurusan

Pembimbing

  
**Muhaimin Nurdin, M. Ag**  
NIP. 19760413200501001

  
**Fadhilah Rahmawati, S.S., M. Si**  
NIDN. 2013038503



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**  
**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**  
**PENGESAHAN**

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Sendhanu Wisnu Maharja  
NIM : 303200057  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam  
Judul : Dampak *Spiritualitas* Terhadap *Self acceptance* Jamaah Ratib  
Al Hadad *Early Adulthood* Di Desa Tungkul Rejo

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin  
Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : Senin  
Tanggal : 18 November 2024

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar  
sarjana dalam prodi Bimbingan Penyuluhan Islam (S.Sos) pada:

Hari : Senin  
Tanggal : 8 Desember 2024

Tim Penguji:

- |                 |                                    |                    |
|-----------------|------------------------------------|--------------------|
| 1. Ketua Sidang | : Mayrina Eka Prasetyo Budi M. Psi | ( <i>Handika</i> ) |
| 2. Penguji I    | : Muhammad Nurdin, M. Ag.          | ( <i>Handika</i> ) |
| 3. Penguji II   | : Fadhilah Rahmawati, M.Si.        | ( <i>Handika</i> ) |



## LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sendhanu Wisnu Maharja  
NIM : 303200057  
Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam  
Judul Skripsi : Dampak *Spiritualitas* Terhadap *Self acceptance* Jamaah Ratib Al Hadad *Early Adulthood* Di Desa Tungkul Rejo

Menyatakan bahwa naskah skripsi/tesis telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya, saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo dan dapat diakses di [ethesis.iainponorogo.ac.id](https://ethesis.iainponorogo.ac.id). Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggung jawab dari penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, 9 Desember 2024  
Penulis,



Sendhanu Wisnu Maharja  
NIM. 303200057

#### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sendhanu Wisnu Maharja  
NIM : 303200057  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam  
Judul : Makna *Spiritualitas* dan *Self Acceptance* Jamaah Ratib Al  
Hadad *Early Adulthood* di Desa Tungkul Rejo

Menyatakan bahwa tugas akhir skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya, bukan merupakan pengambilan-pengambilan tulisan atau pemikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan saya sendiri, kecuali bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan dengan mengikuti tata cara dan penulisan karya ilmiah yang lazim.

Ponorogo, 30 Oktober 2024

Peneliti,



Sendhanu Wisnu Maharja

NIM. 303200057

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Masa dewasa awal merupakan masa pencarian kemantapan dan masa reproduksi yaitu suatu masa penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen, dan masa ketergantungan perubahan nilai-nilai, kreativitas, dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru.<sup>1</sup> Menurut Elizabeth B. Hurlock ada beberapa pembagian mengenai umur serta peran yang akan dilakukan pada rentang masa tersebut, pembagian pada masa dewasa untuk menunjukkan umur rata-rata laki-laki mulai menampakkan perubahan dalam pribadi, sosial, pekerjaan, dan keluarga.

Menurut Elizabeth B. Hurlock masa dewasa awal berkisar pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun, pada masa ini perubahan-perubahan fisik dan psikologis.<sup>2</sup> Usia tersebut merupakan periode komitmen membangun rumah tangga. Maka dengan tugas perkembangan dari rentang usia tersebut akan terjadi perkawinan, pada ikatan ini yang memiliki tanggung jawab penuh secara tradisional untuk menjadi pemimpin dan mencukupi kebutuhan finansial pada keluarga adalah laki-laki.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, terj. Istiwidayanti, Soedjarwo (Jakarta: Erlangga, 1991), 245.

<sup>2</sup> Hurlock, 272.

<sup>3</sup> Hurlock, 313.



Peneliti melakukan observasi awal pada laki-laki sudah menikah di Desa Tungkul Rejo dimana pencukupan kebutuhan finansial secara tradisional ditanggung penuh oleh laki-laki, sedangkan peran perempuan berada di rumah mengurus keperluan rumah tangga dan anak. Peran sosial laki-laki di Desa Tungkul Rejo pada usia menikah secara tradisional yaitu menjaga keamanan lingkungan dengan mengadakan ronda selain itu juga bertanggung jawab pada kerukunan dan pendidikan moral masyarakat, hal tersebut dilakukan melalui kegiatan keagamaan yang diselenggarakan bertempat disekitar mushola maupun masjid lingkungan.

Di Desa Tungkul Rejo terdapat majelis dzikir, yaitu Jamaah Ratib Al Hadad sebagian warga Desa Tungkul Rejo bergabung dalam jamaah dzikir tersebut. Penghasilan mereka yang tergabung dalam Jamaah Dzikir Ratib Al Hadad bersikar Rp 1,3 juta perbulan. Penghasilan tersebut untuk kebutuhan keluarga terbilang menengah kebawah.<sup>4</sup>

Dengan penghasilan sekian masih ditambah harga kebutuhan pokok keluarga mengalami kenaikan diakibatkan oleh dampak inflasi yang melambung tinggi, serta tambahan biaya pendidikan anak, maka rentang sekali keluarga mengalami kesulitan dalam mencukupi pemenuhan kebutuhan hidup.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Hasil wawancara dengan Narasumber.

<sup>5</sup> Rezki Amaliah K., "Pengaruh pendapatan per kapita pada empat sektor unit usaha dan inflasi terhadap pengeluaran konsumsi rumah tangga Di Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan." (makassar, Uni[versitas Hasanudin Makassar, 2021), 6.

Terpenuhinya kebutuhan ekonomi adalah salah satu faktor dasar yang amat penting pada pernikahan. Dimana merupakan hal penting yang harus segera tercukupi, dikarenakan pemenuhan kebutuhan tersebut sangat berdampak pada kelangsungan kehidupan masa depan keluarga. Kurang tercukupinya dapat menyebabkan munculnya konflik maupun pertikaian pada pasangan suami dan istri.<sup>6</sup>

Terjadinya konflik berupa berkurangnya rasa sayang dan saling menyalahkan pada anggota keluarga terutama istri terhadap suami merupakan salah satu dampak dari kurangnya pemenuhan kebutuhan pada aspek ekonomi, hal itu bisa terjadi dikarenakan rasa tidak puas yang timbul dan terdesak oleh kebutuhan finansial disebabkan dari penghasilan kurang sebanding dengan harga kebutuhan pokok yang terlampaui tinggi. Hal ini sangatlah rawan dapat menimbulkan pertengkaran dan renggangnya hubungan antara suami dan istri dimana bisa mengganggu ketenangan dan kestabilan dalam kehidupan berumah tangga.<sup>7</sup>

Kondisi tersebut sesuai dengan apa yang dialami sebagian kepala keluarga di Desa Tungkul Rejo, yaitu merasakan tekanan akan pemenuhan kebutuhan keluarga sandang, pangan dan papan yang kurang.<sup>8</sup> Akibat kurangnya pemenuhan kebutuhan mengakibatkan perseteruan antar suami

---

<sup>6</sup> Dagun, Save M, *psikologi keluarga: Peranana Ayah Dalam Keluarga* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), 141.

<sup>7</sup> Machrus Adib, *Fondasi Keluarga Sakinah: Bacaan Mandiri Calon Pengantin* (Jakarta: Subdit Bina Keluarga Sakinah Direktorat Bina KUA & Keluarga Sakinah Ditjen Bimas Islam Kemenag RI, 2017), 172.

<sup>8</sup> Hasil wawancara dengan narasumber.

dan istri, serta menimbulkan beban pikiran yang ditanggung sebagian kepala keluarga.

Tekanan pikiran berasal dari kebutuhan keluarga yang kurang salah satu kepala keluarga di Desa Tungkul Rejo mencari ketenangan dengan mencoba bergabung dengan jamaah Dzikir Ratib Al Hadad Di dalam prosesi dzikir tersebut terdapat kajian diampu oleh pemuka agama, dilakukan secara rutin setiap minggu, serta pemberian amalan dzikir harian diberikan untuk individu.

Selang beberapa bulan setelah mengikuti kegiatan jamaah dzikir tersebut terjadi beberapa perubahan mengenai pemaknaan hidup berkaitan dengan jalan rejeki. Pemaknaan tersebut timbul dibarengi dengan adanya rasa penerimaan diri dan kepercayaan mengenai hasil pekerjaan akan cukup untuk mencukupi kebutuhan keluarga. Hal tersebut menambah sikap positif dalam melaksanakan pekerjaan dengan maksimal.

Dengan bertambahnya rasa penerimaan diri pada kepala keluarga yang mengikuti jamaah dzikir tersebut, maka dengan itu bisa dijelaskan kepada anggota keluarga terutama pada istri bahwa suami sudah berusaha secara maksimal dalam bekerja, tinggal istri menyakini dan memiliki rasa penerimaan diri rezeki akan cukup untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

Menangani rasa kurang puas dalam memenuhi kebutuhan finansial keluarga dengan mempunyai rasa penerimaan diri mengenai keadaan yang sedang dialami, barulah memberikan pemahaman kepada istri mengenai rasa penerimaan diri terhadap keadaan yang sedang dialami. Dengan rasa

penerimaan diri dapat bersepakat bersama mengenai permasalahan kondisi finansial keluarga.<sup>9</sup>

Jamaah menemukan rasa penerimaan diri akan keadaan tersebut melalui jalan spiritual yaitu dengan mengamalkan kumpulan doa dan dzikir yang disebut dengan Ratib Al Hadad Mereka mengetahui lebih dalam bahwa *spiritualitas* diri dapat memunculkan pemahaman mengenai proses kehidupan, terutama mengenai jalan rezeki yang akan terus ada.<sup>10</sup>

Dengan memahami *spiritualitas* jamaah menemukan rasa penerimaan diri dan meyakini bahwa bisa mewujudkan ketenangan dalam proses pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga, dimana hal itu bisa terwujud dikarenakan adanya pemahaman jamaah terhadap kekuasaan ketuhanan yang bisa dipahami serta dirasakan dengan begitu akan memupuk rasa penerimaan diri dan ketenangan pada penghasilan dari profesi yang pas-pasan dapat mencukupi kebutuhan finansial hidup keluarga.<sup>11</sup>

Penerimaan diri yang berlandaskan keyakinan kepada Allah akan mengungkap kenikmatan serta rasa syukur, hal itu bisa memunculkan sudut pandang lain perihal bukan hanya kebutuhan ekonomi yang penting namun keharmonisan serta kesehatan anggota keluarga juga menjadi salah satu nikmat utama dan patut disyukuri.<sup>12</sup>

---

<sup>9</sup> Machrus Adib, 154.

<sup>10</sup> Sholeh Darat, *Syara Al-Hikam*, terj. M. Ulum, A. Mufarohah (Depok: Sahifa, 2022), 5.

<sup>11</sup> Darat, 9.

<sup>12</sup> Darat, 25.

Pengertian individu mengenai takdir serta ketenangan yang diperoleh melalui doa dan dzikir yang telah dimaknainya, oleh karena itu terbentuklah rasa penerimaan diri bahwa yang terjadi merupakan bagian dari takdir hidup yang harus dijalani.<sup>13</sup>

Hal di atas sesuai dengan yang terjadi pada Jamaah Ratib Al Hadad dalam mencukupi kebutuhan finansial tidak terlalu terpaut oleh kisaran besar penghasilan yang didapat namun mereka percaya walaupun sedikit akan tetap cukup, karena selain menggunakan aspek jasmani para jamaah juga menggunakan aspek batiniah untuk mendapat ketenangan dalam pemenuhan kebutuhan fisiologis.<sup>14</sup>

Adapun fenomena yang terjadi pada kepala keluarga Desa Tungkul Rejo yang ikut dalam Jamaah Ratib Al Hadad, dimana dalam mencukupi kebutuhan sandang, pangan dan papan mempunyai rasa optimisme berapapun hasilnya yakin akan cukup untuk keluarga. Berdasarkan fenomena yang ditemukan peneliti tertarik untuk mengetahui *spiritualitas* dan rasa penerimaan diri untuk mencegah stress Jamaah Ratib Al Hadad dalam menghadapi kehidupan, dengan mengambil judul penelitian “Makna *Spiritualitas* dan *self acceptance* Jamaah Ratib Al Hadad *early adulthood* di Desa Tungkul Rejo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi.”

---

<sup>13</sup> Abdul Mustaqim, *Akhlak Tasawuf: Lelaku Suci Menuju Revolusi Hati* (Yogyakarta: Kaukaba Dipantara, 2013), 76.

<sup>14</sup> Meta Malihatul Maslahat, “Manusia Holistik dalam Perspektif Psikologi dan Tasawuf,” *Syifa Al-Qulub*, 1, 4 (2019): 19–27, <https://doi.org/10.15575/saq.v%vi%i.5242>.

## B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi *Spiritualitas* dan *self acceptance* jamaah *early adulthood* sebelum mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad ?
2. Bagaimana proses *self acceptance* jamaah *early adulthood* setelah mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad ?
3. Bagaimana bentuk pemaknaan *self acceptance* yang terjadi sesudah mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad ?

## C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi *spiritualitas* dan *self acceptance* jamaah *early adulthood* sebelum mengetahui Ratib Al Hadad
2. Untuk mengetahui proses pemaknaan *spiritualitas dan self acceptance* Jamaah Ratib Al Hadad *early adulthood*.
3. Untuk mengetahui bentuk perubahan yang dirasakan Jamaah Ratib Al Hadad *early adulthood* terhadap *Spiritualitas* dan *self acceptance*.

## D. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang akan diperoleh, maka peneliti berharap bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dapat memberikan manfaat baik dari segi kegunaan teoritik maupun kegunaan praktis. Kegunaan dari penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu;

1. Secara teoritik
  - a. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangsiah kajian di bidang pada ranah *Spiritualitas* dan *self acceptance* yang

dirasakan oleh jamaah Ratib Al Hadad Menjadi referensi mahasiswa serta peneliti untuk memahami dan mengkaji atau melakukan penelitian yang berkaitan dengan pemaknaan *Spiritualitas dan Self acceptance* jamaah *early adulthood* terhadap Ratib Al Hadad.

b. Bagi pengembangan ilmu pengetahuan

Diharap penelitian ini dapat menambah khasanah keilmuan mengenai *spriritualitas* dan *self acceptance* kepada kepala keluarga dalam menghadapi konflik dalam kehidupan berumah tangga.

2. Secara praktis

a. Kepala keluarga

Secara praktis penelitian ini diharapkan mampu memberikan banyak manfaat bagi kepala keluarga, dan diharapkan menjadi salah satu sumber informasi dalam menghadapi tantangan berkaitan dengan ekonomi serta konflik dalam keluarga.

b. Terhadap Pembaca

Dengan adanya penelitian ini, pembaca dapat memahami kondisi serta peran kepala keluarga dalam mengelola konflik berkaitan ekonomi serta emosional dalam keluarga.

c. Terhadap jamaah Ratib Al Hadad

Untuk bisa meningkatkan dan menyebarkan kebaikan serta manfaat yang dirasakan dalam dzikir Ratib Al Hadad kepada lingkungan sekitar serta dapat mencakup masyarakat yang lebih luas lagi.



## E. Telaah Pustaka

Pertama, Penelitian yang dilakukan oleh Niskaromah dalam jurnal penelitian berjudul “Memaknai *self healing* Dengan Dzikir.” Didalam penelitian tersebut menyimpulkan bahwa, (1) metode healing yang digunakan sebagai self healing bila dikaitkan dengan religiusitas dapat dipahami bahwa *forgiveness, gratitude, self compassion, mind fullness, positive talk, self acceptance* maupun relaksasi merupakan penerapan nilai akhlak terpuji kepada diri khususnya dan kepada orang lain juga kepada Tuhan, (2) Dzikir sebagai wujud keimanan seorang hamba kepada sang pencipta, Allah Swt dalam bentuk pujian, kalimat-kalimat *thayyibah*, secara lisan dengan hati, maupun dalam bentuk perbuatan, (3) Dzikir sebenarnya bukanlah penyembuh, namun dikarenakan ada *side effect* didalamnya maka menjadikan sebuah titik balik berkaitan dengan *mental health*. Metode yang digunakan untuk menangani permasalahan pada penelitian ini menggunakan *library research*.<sup>15</sup>

Persamaan yang terdapat pada jurnal penelitian ini terdapat pada pembahasan yaitu *spritualitas* dimana di aplikasikan melalui metode dzikir yang di padukan untuk *self healing*, perbedaan pada peneletian ini adalah metode dan fokus penelitian yang dimanakan dituju peneliti adalah *self acceptence* bukan *self healing*.

---

<sup>15</sup> Niskaromah Niskaromah, “Memaknai SELF Healing Dengan Dzikir,” *Journal of Innovation Research and Knowledge* 3 (2023): 149–64.



Kedua, penelitian yang dilakukan Alif Kemal Pratama, Hartati, Ahmad Faqih Hasyim dalam jurnal penelitian yang berjudul “Pengaruh dzikir Ratib al- hadad terhadap kecerdasan *spiritual* dan emosional (*living hadis* di Desa Nanggela Kab. Kuningan)”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *living hadis* serta bagaimana pengaruh dzikir ratib al-Haddad terhadap kecerdasan dan emosional di Desa Nanggela, didalam penelitian tersebut menyimpulkan bahwa, (1) adanya manfaat yang didapat pada kecerdasan mental dan emosional dengan membaca dzikir kepada Allah SWT, (2) menambah sikap disiplin dan tanggung jawab masyarakat dalam ranah menurunkan krisis moral dan akhlak, (3) merasakan kedekatan emosional terhadap keberada’an Allah SWT.

Metode yang dipakai dalam jurnal penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Persamaan dari pembahasan dalam jurnal ini dengan masalah peneliti adalah sama berfokus mengenai makna spiritual dari bacaan Dzikir Ratib Al Hadad dan sama pada bagian metode penelitian, perbedaan dari jurnal dan penelitian yaitu berbeda pada letak tujuan dimana peneliti ingin mengetahui sikap penerimaan diri dari jamaah serta teori yang dipakai.<sup>16</sup>

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Ainun Hidayatullah dalam skripsi berjudul “Pengaruh Dzikir Ratib Al- Hadad

---

<sup>16</sup> Hartati Alif Kemal Pratama Dan Hasyim, Ahmad Faqih, “Pengaruh Dzikir Ratib Al-Haddad Terhadap Kecerdasan SPIRITual Dan Emosional (Living Hadis Di Desa Nanggela Kab. Kuningan),” *Studi Hadis Nusantara* 4 (2022): 115–24.

Terhadap Ketenangan Hati Santri Pondok Pesantren Mambaus Sholihin Suci Manyar Gresik”, dalam penelitian tersebut membahas mengenai Pengaruh Zikir Ratib Al-Haddad bagi Ketenangan Hati Santri Pondok Pesantren Mambaus Sholihin. Untuk mengetahui bagaimana konsep zikir Ratib al-Haddad dan bagaimana pengaruh Dzikir Ratib al-Haddad terhadap ketenangan hati santri. Dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa, (1) adanya urutan dan metode tersendiri dalam pengamalan Zikir Ratib Al-Haddad, (2) terdapat pengaruh pada ketenangan hati santri bila melakukan zikir dengan istiqomah dan tata cara yang telah ditentukan oleh pengasuh pondok.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan tehnik pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi. Persamaan dalam skripsi tersebut dengan penelitian adalah sama pembahasan mengenai zikir Ratib al-Haddad serta metode penelitian, sedangkan dalam perbedaan terletak pada objek penelitian yang dimana perbedaan umur yang signifikan.<sup>17</sup>

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Ach Subairi dalam skripsi berjudul “Dzikir Ratib Al Hadad Dalam Menguatkan Regulasi Diri Santri lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Darul Aitam Kebonsari Jember”, dalam penelitian ini membahas mengenai Bagaimana Dzikir Ratib Al Haddad dalam menguatkan regulasi diri santri di Lembaga

---

<sup>17</sup> Muhammad Ainun Hidayatullah, “Pengaruh Dzikir Ratib Al-Haddad Terhadap Ketenangan Hati Santri Pondok Pesantren Mambaus Sholihin Suci Manyar Gresik” (Surabaya, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022), 1–76.

Kesejahteraan Sosial Anak Darul Aitam Kebonsari Jember, apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri santri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Darul Aitam Kebonsari Jember. Dalam hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa, (1) dzikir Ratib Al Haddad mampu menguatkan regulasi diri santri yang ada di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Darul Aitam seperti mandiri, mampu mengontrol emosi, pikiran dan perilaku, (2) Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri santri yaitu: Observasi pada diri sendiri, tujuan individu yang ingin di capai, dan pembiasaan baik mau pun buruk pada lingkungan.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan metode deskriptif sedangkan metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Persamaan dalam skripsi tersebut dengan penelitian adalah sama dalam pembahasan mengenai dzikir Ratib al-Haddad serta metode penelitian, sedangkan perbedaan terletak pada umur narasumber yang akan diteliti dan tugas perkembanganya.<sup>18</sup>

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh M Khoirul Masduki Zakariya, Moch Farel Danendra, Kharolina Rahmawati dalam jurnal penelitian berjudul "*Living Quran* dalam Tradisi Pembacaan Ratib Al-Haddad Di Pondok Pesantren Sunan Kalijogo Kalangan Surabaya", dalam jurnal penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui praktik

---

<sup>18</sup> Ach Subairi, "Dzikir Ratib Al Haddad Dalam Menguatkan Regulasi Diri Santri Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Darul Aitam Kebonsari Jember" (Jember, Institut Agama Islam Negeri Jember, 2020), 1-68.

*living qur'an* yang terjadi di Pondok Pesantren Sunan Kalijogo Surabaya yang sudah menjadi rutinitas. Dan bagaimana pengaruh pembacaan Ratib al-Hadad dalam kehidupan para santri pada pondok pesantren. Dalam jurnal penelitian ini diketahui bahwa, (1) tujuan pembacaan Ratib Al-Haddad di Pondok Pesantren Sunan Kalijogo adalah untuk membentengi para santri dari gangguan yang sifatnya metafisika dan non medis serta untuk mengamankan dari hal yang bersifat kriminal, (2) Keutamaan membaca Ratib Al-Haddad antara lain: diberi rezeki yang berlimpah, diberikan umur yang panjang, mendapatkan husnul khatimah,, hajatnya dikabulkan, menyembuhkan penyakit hati.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan tehnik mengumpulkan data melalui metode wawancara dalam menggali data utama dari informan, dari wawancara tersebut data di analisis dengan teori deskriptif analitis yang menjelaskan secara jelas bagaimana praktik *living qur'an* berupa pembacaan Ratib Al Hadad dalam keseharian mereka. Persamaan yang ada dalam penelitian terletak pada pembahasan mengenai Dzikir Ratib alHadad serta metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif deskriptif, perbedaan penelitian terletak pada tempat, umur jamaah pelaku dzikir, kegunaan bacaan, serta tugas perkembangannya.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> M Khoirul Masduki Zakariya, Moch Farel Danendra, Kharolina Rahmawati, "Living Quran dalam Tradisi Pembacaan Ratib Al-Haddad Di Pondok Pesantren Sunan Kalijogo Kalangan Surabaya," *FIRDAUS: Jurnal Keislaman, Pemikiran Islam dan Living Qur'an* 1 (1 Desember 2022): 65–87.

Terdapat perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian terdahulu, perbedaan tersebut pertama terletak pada tempat dilakukannya penelitian bertempat pada Desa Tungkul Rejo, kedua subjek dalam penelitian yaitu kepala keluarga yang berusia delapan belas sampai empat puluh tahun, ketiga hal yang diteliti mencakup *spiritualitas* dan *self acceptance*.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian deskriptif adalah pendekatan penelitian yang digunakan untuk mengetahui gejala, fakta atau kejadian secara sistematis dan akurat, mengenai sifat populasi atau daerah tertentu.<sup>20</sup>

Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk memahami suatu fenomena sosial dengan lebih benar dan objektif, dengan cara mendapatkan gambaran yang lengkap tentang fenomena yang diteliti. Penelitian kualitatif tidak untuk mencari hubungan atau pengaruh antar variabel-variabel, tetapi untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai bagaimana seseorang merasakan proses dalam kehidupannya, memberikan makna, serta menginterpretasikan pengalamannya.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Hardani, Nur Hikmatul Auliya, *Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif* (Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu, 2020), 54.

<sup>21</sup> Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Jakarta: PT Mitra Wacana Media, 2012), 52.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kualitatif deskriptif . Pendekatan kualitatif deskriptif merupakan sebuah bentuk penelitian yang mendeskripsikan gejala peristiwa atau kejadian yang saat itu sedang terjadi. Disini peneliti mendeskripsikan Makna *spiritualitas* dan *self acceptance* kepala keluarga yang mengikuti rutinan dzikir jamaah Ratib Al Hadad <sup>22</sup>

## 2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian merupakan tempat dimana sebuah penelitian akan dilakukan. Lokasi penelitian digunakan sebagai tempat untuk memperoleh informasi atau data terkait fokus penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti.<sup>23</sup>

Pada observasi yang dilakukan peneliti menemukan bahwa penyebaran pertama kali Ratib Al Hadad di Kabupaten Ngawi khususnya wilayah bagian timur yaitu Kecamatan Padas dan sekitarnya diawali dari Desa Tungkul Rejo terlebih dahulu, kemudian menyebar ke wilayah disekitar desa tersebut. Bisa dikatakan bahwa yang mengawali rutinan dzikir Ratib Al Hadad tersebut dimulai dari jamaah dzikir Ratib Al Hadad yang berada pada Desa Tungkul Rejo.

---

<sup>22</sup> Prof. Dr. Sugiyono, “Metode Penelitian Kualitatif,” dalam *Alfabeta*, ed. oleh Sofia Yustiyani Suryandari, 3 ed. (Bandung: Alfabeta, 2018), 391–92.

<sup>23</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: ALFABETA CV, 2020).

Penemuan berikutnya bahwa keadaan penduduk dan perekonomian pada wilayah desa tersebut masih terbelah menengah kebawah dan sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Hal tersebut lah yang mendasari dipilihnya Desa Tungkul Rejo untuk menjadi tempat penelitian untuk memperoleh data penelitian mengenai *Spiritualitas* dan *self acceptance* kepala keluarga yang mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad terletak di Desa Tungkul Rejo, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi.

### 3. Data dan Sumber Data

Data adalah sebuah fakta empiris yang dikumpulkan untuk menjadi jawaban dari pertanyaan penelitian. Data merupakan suatu catatan maupun deskripsi yang didapat pada saat penelitian berlangsung. Data dapat berbentuk beragam seperti catatan-catatan yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dalam bentuk file, buku, laporan, dan dokumentasi.<sup>24</sup>

Penelitian mengenai Makna *Spiritualitas* dan *self acceptance* kepala keluarga yang mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad mengambil sumber data sebagai berikut:

#### 1. Data *Primer*

Data *Primer* adalah data yang didapat secara langsung oleh peneliti dari sumber datanya melalui cara yaitu observasi,

---

<sup>24</sup> Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 67.



wawancara, diskusi terfokus yang dilakukan pada lokasi penelitian.<sup>25</sup> Sumber data primer, yang dimaksud adalah hasil observasi dan wawancara sementara yang dilakukan pada kepala keluarga yang mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad, dimana ada beberapa temuan awal bahwa :

- 1) Banyak dari masyarakat mengetahui adanya Jamaah Ratib Al Hadad melalui pembicaraan di lingkungan, sehingga menjadi penasaran dan tertarik untuk masuk dalam jamaah Ratib Al Hadad
- 2) Kepala keluarga yang sudah mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad banyak yang mengungkapkan dengan *Spiritualitas* yang meningkat serta rasa menerima terhadap keadaan diri sendiri dan keluarga.
- 3) Jamaah Ratib Al Hadad mulai mengerti arti dari penerimaan diri serta mendapat semangat baru untuk bekerja.

## 2. Data Sekunder

Data *Sekunder* adalah segala bentuk dokumen, baik dalam bentuk tulis maupun foto. Atau sumber data kedua sesudah sumber data primer.<sup>26</sup> Dalam penelitian ini peneliti

---

<sup>25</sup> Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, 68.

<sup>26</sup> Ibrahim, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2018), 70.



mendapatkan data sekunder dari buku, jurnal ilmiah, narasumber pendukung, dan skripsi terdahulu.

#### **4. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data adalah proses yang dilakukan untuk mengumpulkan data yang sesuai dengan tema penelitian yang akan dilakukan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan wawancara dan observasi. Dalam penelitian kualitatif sering dilakukan penggabungan antara wawancara mendalam dan observasi partisipatif.<sup>27</sup>

Menurut Estenberg (2002) wawancara merupakan pertemuan antara dua orang atau lebih yang bertujuan untuk bertukar informasi melalui proses tanya jawab. Wawancara dilakukan apabila peneliti ingin mengetahui informasi yang lebih mendalam dari subjek penelitian. Estenberg (2002) menyatakan bahwa terdapat beberapa macam wawancara, diantaranya yaitu sebagai berikut:

- a. Wawancara terstruktur merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan apabila peneliti telah mengetahui pasti mengenai apa saja informasi yang akan diperoleh. Dalam wawancara terstruktur, peneliti terlebih dulu telah menyiapkan pertanyaan-pertanyaan yang nantinya akan ditanyakan kepada narasumber atau subjek penelitian.

---

<sup>27</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 339.

- b. Wawancara semistruktur merupakan jenis wawancara yang telah masuk dalam kategori *in-depth interview* yang dalam pelaksanaannya lebih bebas daripada wawancara terstruktur. Wawancara semistruktur bertujuan untuk menemukan permasalahan yang lebih terbuka.
- c. Wawancara tidak terstruktur merupakan jenis wawancara yang dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah terstruktur, namun pedoman wawancara yang digunakan cukup dengan garis besar permasalahan yang ditanyakan.<sup>28</sup>

Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan peneliti terhadap tiga kepala keluarga yang mengikuti Dzikir Ratib Al Hadad. Kriteria yang mendasari dipilihnya narasumber yang sesuai dengan kajian teori yang digunakan. Pertama beragama Islam karena penelitian ini meneliti bagaimana dampak dzikir terhadap penerimaan diri, kedua sudah menjadi kepala keluarga dikarenakan hal yang akan diteliti meliputi dalam tugas perkembangan laki laki yaitu menikah dan menjadi kepala keluarga, ketiga faktor usia yang sesuai dengan masa dewasa awal yaitu delapan belas sampai empat puluh tahun dimana rentan usia tersebut merupakan usia dewasa awal.

---

<sup>28</sup> Sugiyono, 328.

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan wawancara terstruktur karena peneliti ingin mengetahui lebih mendalam tentang subjek yang diteliti.

Pengumpulan data selanjutnya dilakukan melalui observasi. Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan melakukan pengamatan baik secara langsung maupun tidak langsung. Sanafiah Faisal (1990) mengelompokkan observasi menjadi tiga, diantaranya yaitu :

- a. Observasi partisipatif merupakan pengamatan yang mengharuskan peneliti untuk terlibat dengan kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh subjek penelitian. Peneliti melakukan pengamatan sekaligus ikut melakukan kegiatan yang dilakukan oleh subjek penelitian, serta merasakan apa saja yang dirasakan oleh subjek. Dengan menggunakan observasi partisipatif ini, informasi yang diperoleh peneliti akan lebih lengkap dan mendalam.
- b. Observasi terus terang atau tersamar ini, peneliti menyatakan dengan terus terang terhadap subjek penelitian bahwa peneliti sedang melakukan penelitian. Jadi subjek penelitian mengetahui sejak awal bahwa peneliti sedang melakukan aktivitas mengamati. Kemudian dapat menjadi tersamar untuk menghindari apabila data tersebut merupakan data yang bersifat rahasia.

- c. Observasi tidak terstruktur dilakukan apabila fokus penelitian belum diketahui secara jelas. Observasi tidak terstruktur ini merupakan observasi yang sebelumnya tidak dipersiapkan secara sistematis mengenai apa saja yang akan di observasi. Dalam observasi ini peneliti melakukan observasi bebas dan mencatat apa saja yang dirasa menarik dan dibutuhkan dalam penelitian yang dilakukan.

Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan peneliti terhadap narasumber yang mengikuti Dzikir Ratib Al Hadad menggunakan teknik observasi partisipatif dengan mengikuti jalannya prosesi pembacaan Dzikir Ratib Al Hadad

## **5. Teknik Pengolahan Data**

Teknik pengolahan data dalam sebuah penelitian kualitatif dimulai dengan mengumpulkan semua data dari hasil penelitian yang telah dilakukan, selanjutnya dilakukan pengkajian dari hubungan berbagai data yang didapatkan sehingga menghasilkan sebuah kesimpulan. Setelah semua data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi terkumpul kemudian dapat dikaji secara lebih detail dan lengkap hingga menghasilkan sebuah kesimpulan.

Selanjutnya dilakukan proses edit data sehingga data yang telah dikumpulkan sebelumnya dapat diolah dan disempurnakan melalui narasi. Kemudian data tersebut dilakukan dengan koding,

yaitu data dikelompokkan sesuai dengan kategori dari data masing-masing. Data juga dapat ditampilkan dalam bentuk narasi yang berisi mengenai gambaran keadaan yang sebenarnya terjadi di lapangan. Fakta yang diperoleh berdasarkan data yang telah dinarasikan sebelumnya, selanjutnya akan diolah untuk menjelaskan makna dari pemaparan data tersebut.<sup>29</sup>

## 6. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data adalah proses mencari dan menyusun data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi secara sistematis dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan pada unit unit, melakukan sintesa, menyusun pada pola, memilih data yang penting dan harus dipelajari, dan membuat kesimpulan agar mudah dipahami oleh peneliti maupun pembaca. Dalam penelitian ini, teknik analisis yang dilakukan peneliti menurut teknik analisis data yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman terdiri dari empat tahap, yaitu sebagai berikut :

### 1. Pengumpulan data ( *Data Collection* )

Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dilakukan melalui proses observasi, wawancara, dokumentasi, dan triangulasi. Sedangkan dalam penelitian

---

<sup>29</sup> Ahmad dan Muslimah, "Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif," *Proceedings* 1, no. 1 (2021): 173–86.

ini, peneliti hanya menggunakan teknik wawancara dan observasi.

## 2. Reduksi data (*Data Reduction*)

Dalam penelitian kualitatif reduksi data dilakukan dengan cara merangkum dan memilih data-data pokok sehingga penelitian lebih memfokuskan pada hal-hal penting yang sesuai dengan tema penelitian yang akan dilakukan.

## 3. Penyajian data (*Display Data*)

Dalam penelitian kualitatif penyajian data dapat dilakukan dengan menguraikan secara singkat, maupun dengan bagian dan sejenisnya. Penyajian data dapat memudahkan untuk memahami kejadian yang terjadi dan merencanakan langkah selanjutnya.

## 4. Penarikan kesimpulan (*Conclusion Drawing*)

Dalam penelitian kualitatif penarikan kesimpulan merupakan temuan baru yang belum pernah ada sebelumnya. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif dapat berubah apabila tidak ditemukan bukti pendukung yang kuat pada tahap pengumpulan data selanjutnya. Namun, apabila kesimpulan telah didukung oleh bukti

yang valid maka kesimpulan yang telah dipaparkan merupakan kesimpulan yang kredibel.<sup>30</sup>

## 7. Pengecekan Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam sebuah penelitian sering ditekankan pada uji validitas dan uji reliabilitas. Susan Stainback: 1988 mengatakan bahwa penelitian kuantitatif lebih menekankan pada uji reliabilitas, sedangkan penelitian kualitatif lebih menekankan pada uji validitas. Dalam penelitian kualitatif, data dapat dikatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan oleh peneliti dengan apa yang sebenarnya terjadi pada obyek yang diteliti.

Dalam penelitian ini, untuk menguji keabsahan data yang telah diperoleh, peneliti menggunakan uji kredibilitas data dengan teknik triangulasi. Beberapa teknik triangulasi yang digunakan oleh peneliti terhadap penelitian yang akan dilakukan diantaranya yaitu:

### 1. Triangulasi Sumber Data

Yaitu uji kredibilitas data yang dilakukan dengan mengecek data yang diperoleh dari beberapa sumber. Triangulasi sumber data dilakukan dengan memperoleh data utama melalui data primer yaitu jamaah Ratib Al Hadad, dan data pendukung yang diperoleh dari data

---

<sup>30</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 325.

sekunder yaitu keluarga terdekat dari jamaah Ratib Al Hadad

## 2. Triangulasi Teknik

Yaitu pengumpulan data yang dilakukan dengan mengecek data kepada sumber yang sama dengan beberapa teknik pengumpulan data yang berbeda. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara dan observasi.

## 3. Triangulasi Waktu

Yaitu uji kredibilitas yang dilakukan dengan cara melakukan pengecekan data yang sebelumnya telah diperoleh melalui proses wawancara dan observasi pada waktu dan situasi yang berbeda.<sup>31</sup>

## 8. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian merupakan penjelasan secara singkat dari keseluruhan isi penelitian mulai dari bab satu hingga bab lima. Sistematika pembahasan dalam penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

Bab pertama, merupakan pendahuluan yang berisi mengenai gambaran terkait pola pemikiran peneliti terhadap penelitian yang akan dilakukan meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah,

---

<sup>31</sup> Sugiyono, 372.



tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka, metode penelitian, serta sistematika pembahasan.

Bab kedua, merupakan kajian teori yang berisi uraian mengenai teori-teori yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti serta teori yang digunakan sebagai landasan teori pada penelitian yang akan dilakukan peneliti.

Bab ketiga, merupakan paparan data yang berisi mengenai pemaparan data yang diperoleh dari subjek berdasarkan rumusan masalah. Data yang dipaparkan yaitu terkait dengan *Spiritualitas* dan *self acceptance* kepala keluarga yang mengiuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad

Bab keempat, merupakan pembahasan yang berisi mengenai analisis data berdasarkan paparan data dari penelitian yang akan dilakukan peneliti.

Bab kelima, merupakan penutup yang berisi mengenai kesimpulan atau ringkasan dari hasil keseluruhan penelitian yang berhubungan dengan masalah penelitian, saran atau langkah yang perlu diambil oleh pihak-pihak terkait dengan hasil penelitian, dan juga rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.

## BAB II

### KONSEP *SPIRITUALITAS* DAN *SELF ACCEPTANCE* JAMAAH DZIKIR

#### RATIB AL HADAD *EARLY ADULT HOOD*

Kajian teori berisi mengenai teori-teori yang digunakan dalam sebuah penelitian agar mempunyai dasar yang kokoh. Dalam penelitian ini, teori yang digunakan oleh peneliti berkaitan dengan *Spiritualitas* dan *self acceptance* kepala keluarga yang mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad

#### A. *Spiritualitas*

##### 1. Pengertian *Spiritualitas*

*Spiritualitas* dan *spiritualisme* berasal dari kata latin *Spirit* atau *Spiritus* yang berarti napas.<sup>32</sup> *Spirit* merupakan ruh atau jiwa seseorang yang memiliki unsur transenden sehingga mampu mempengaruhi kualitas hidup, menyelami makna, tujuan dan harapan hidup.<sup>33</sup>

Sedangkan menurut tokoh cendekiawan Islam bernama Al Ghozali *Spiritualitas* diartikan sebagai pembinaan jiwa-jiwa dalam diri manusia untuk mengenali dan mengerti hakikat hubungan kedekatan dengan Allah. Karena adanya jiwa lah yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya, manusia bisa merasa, berfikir, berkemauan, dan berbuat lebih banyak.<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), 330.

<sup>33</sup> Nur Maulany Din El Fath, "Hubungan Antara *SPIRIT*ualitas dengan Penerimaan Orangtua yang Memiliki Anak Autis" (Makassar, universitas negeri makasar, 2015), 9.

<sup>34</sup> Badawi tabanah, *Sharah Ihya' 'Ulum al-Din*, juz III, (Kairo: Dar al-Ulum, 1980), 7.

*Spiritualitas* adalah bentuk kedekatan *HabluminAllah* (hubungan antara manusia dengan Tuhannya) yang ditempuh dengan cara sholat, puasa, zakat, haji, doa, dzikir, dan segala bentuk ibadah lainnya. Secara garis besar *Spiritualitas* merupakan kehidupan rohani dan terwujud dalam cara berpikir, merasa, berdo'a dan berkarya.<sup>35</sup> Dengan melakukann usaha pendekatan diri pada tuhan akan memperoleh pencerahan jiwa dalam mencapai tujuan dan makna hidup serta merupakan bagian pokok dari keseluruhan kesehatan dan kesejahteraan manusia.<sup>36</sup>

Dalam tasawuf pengertian *Spiritualitas* yaitu berarti “jiwa atau *ruh*”. Menurut sebagian ahli tasawuf, setelah bersatu dengan jasad, penyatuan ruh dengan jasad melahirkan pengaruh yang dapat dirasakan oleh jasad. Oleh karena itu, jiwa atau ruh merupakan aspek pokok dari kegiatan “*spiritualitas*”. Penyatuan jiwa dan ruh itulah yang menjadi cikal bakal mencapai rasa transendensi akan keberadaan tuhan. Dalam rangka untuk mencapai transendensi kepada tuhan dibutuhkan kebersihan jiwa dan menjauhi keburukan duniawi yang akan mengotori kebersihan jiwa.<sup>37</sup>

Dari penjabaran mengenai *Spiritualitas* diatas disimpulkan bahwa, *Spiritualitas* merupakan sebuah usaha yang dilakukan manusia untuk mendambakan akan kehadiran Tuhan atau bersatu dengan-Nya serta

---

<sup>35</sup> Aliah B Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami* (Jakarta: Rajawali Pers, 2006), 288.

<sup>36</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, 331.

<sup>37</sup> Sa'id Hawa, *Jalan Ruhaniah*, trans. oleh Khairul Rafi'e dan Ibnu Ali (Bandung: mizan, 1995), 63.

*Spiritualitas* yang dimiliki oleh setiap manusia maka akan membuat manusia merasa sejahtera dan mengerti akan tujuan akan makna dari hidup.

## 2. Pembagian jiwa *Spiritualitas*

Menurut cendekiawan Islam Al Ghozali dalam *Ihya Ulumudin* jiwa dibagi menjadi empat bagian yaitu<sup>38</sup> :

### a. *Al Qalb* (Hati)

*Al Qalb* yaitu organ khusus yang berbentuk seperti jantung pisang yang terletak di dalam dada sebelah kiri (jantung). dalam pengertian ini erat hubungannya dengan keadaan fisik manusia dan tidak menyangkut maksud rohaniah, dalam penjabaran anggota badan maupun organ tubuh yang membuat manusia hidup dan bersifat menerima, berkemauan, berfikir, mengenal, dan beramal serta menjadi sarana perintah, hukuman, dan tuntutan Tuhan.

Dalam pengertian kedua yang ditafsirkan secara hakikat rohaniah *al qalb* diartikan sebagai hati nurani dalam artian secara rohaniah yaitu perasaan indra manusia yang mempunyai keterhubungan dengan Allah dan mempunyai sifat halus (*al-lathiiifah*), ketuhanan (*rabbaniyah*), dan kerohanian (*rohaniah*). Dalam hati ada empat komponen yang memiliki potensi tersendiri yaitu:

1. Kemurnian hati, yang dimaksud kemurnian ini adalah sifat alami dari hati nurani yaitu jujur tanpa kebohongan dan dusta yang

---

<sup>38</sup> Badawi tabanah, *Sharah Ihya' 'Ulum al-Din*, 3–5.

selalu mendorong tindakan serta keputusan pada kebenaran rohaniyah.

2. Perasaan hati, perasaan hati bila diartikan adalah daya perasaan hati yang dapat merasakan keadaan emosional seperti marah, benci, cinta, keindahan, ketenangan. Selain dapat merasakan keadaan emosional juga memiliki fungsi lain diantaranya dapat menyimpan keinginan, niat kebenaran dan keberanian.
3. Keinginan hati, maksud dari keinginan hati adalah hasrat atau desakan untuk memiliki hal yang diinginkan. Keinginan hati ini memiliki sifat menggoda, merayut, memikat, dan menyesatkan sehingga didalamnya terdapat ambisi akan keinginan dunia. Keinginan ini cenderung tertuju pada ambisi ingin memiliki kehidupan duniawi yang fana sehingga berpotensi merusak dan membinasakan hati.
4. Perilaku hati, perilaku hati merupakan muara yang menampung kemurnian, perasaan dan keinginan dimana pada komponen hati terakhir inilah yang akan mengambil keputusan serta memunculkan kebaikan dan sifat manusia, namun perilaku hati ini harus bisa mengendalikan keinginan hati dari sifat duniawi untuk bisa mencapai keterhubungan dengan Allah.

#### *b. Al Ruh (Roh)*

*Al-ruh* adalah dalam pengertian secara jasmaniah yaitu benda halus yang bersumber dari darah di dalam rongga hati yang berupa

daging yang berbentuk seperti pohon cemara. Benda halus ini tersebar melalui nadi dan pembuluh balik pada seluruh bagian tubuh. Ruh jasmaniah ini mampu menjadikan manusia hidup dan bergerak serta merasakan berbagai rasa.

Dalam artian kedua rohaniah Al Ruh adalah sumber kehidupan yang menggerakkan badan jasmaniah atau fisik manusia. ruhani merupakan cahaya dalam diri manusia yang terpancar dari sinar Allah, yang memiliki daya rasa, kehendak, dan pikir, Dapat artikan sebagai sumber kehidupan yang memancar ke seluruh tubuh melalui urat nadi manusia. Pancaran cahayanya membawa kehidupan kepada sehingga tubuh dan organ dalam manusia bisa hidup dan digerakan.

Menurut Al-Ghazali dalam Misykah Al-Anwar, manusia memiliki tingkatan-tingkatan ruh antara lain<sup>39</sup> :

- 1) *Ruh inderawi*, yaitu ruh yang menerima sesuatu yang dikirim oleh panca indera. Ruh ini adalah asal dan awal ruh makhluk hidup. Dengannya semua makhluk hidup menjadi hidup.
- 2) *Ruh Khayali* (Imajinatif) yaitu yang merekam keterangan dan menyimpannya untuk kemudian menyampaikannya kepada.

---

<sup>39</sup> Al-Ghozali, *Misykat cahaya - cahaya*, trans. oleh M. Bagir (Bandung: mizan, 1993).

- 3) *Ruh Aqli* (Akal,) yaitu yang mampu menyerap makna-makna di luar indera.
- 4) *Ruh Pemikir*, yaitu yang mengambil ilmu-ilmu aqli yang murni. Kemudian disatukan dalam bentuk rangkaian dan duplikasi menjadi pengetahuan- pengetahuan yang berharga lalu dikembangkan.
- 5) *Ruh* suci kenabian (kudus), yaitu ruh yang tersingkap selubung- selubung lauh-lauh ghaib dan hukum- hukum akhirat serta pengetahuan tentang kerajaan langit dan bumi.

c. *Al-Nafs* (Nafsu)

*Al-nafs* adalah dorongan keinginan yang ada dalam diri manusia yang memiliki sifat baik (*al-nafs al-Mutma'innah*) serta buruk (*al-nafs al-Ammarah*). Dapat diartikan setiap dorongan maupun hasrat yang timbul dalam diri manusia untuk melakukan sebuah tindakan bertujuan baik maupun buruk.

*Al-nafs* atau dorongan dalam diri manusia dibedakan menjadi menjadi tiga yaitu:

1) *Al nafs al ammarah*

Nafsu ini cenderung kepada karakter-karakter biologis, cenderung pada kenikmatan-kenikmatan hawa nafsu yang sebenarnya dilarang agama karena menarik hati kepada derajat yang hina. Contoh dari nafsu ini yaitu kikir, iri,



dengki, tamak, kurang bersyukur, marah, benci, dendam, dan tinggi hati.

2) *Al nafs al lawwamah*

Nafsu pada diri manusia yang belum memiliki kestabilan. Al-nafs al-lawwamah bisa juga memiliki keinginan pada kebaikan namun bisa juga memiliki kecenderungan pada keburukan nafsu duniawi. Contoh dari nafsu ini adalah melaksanakan ibadah sholat, puasa, dan zakat dibarengi juga dengan sifat tinggi hati, kurang bersyukur, sombong, iri, kikir, marah, dan dendam.

3) *Al nafs al Muthmainah*

Nafsu yang terakhir merupakan titik tertinggi dari nafsu lainnya dikarenakan sudah terbebas dari sifat-sifat duniawi dan penuh dengan cahaya ilahiyyah. Contoh dalam kehidupan dalam nafsu ini yaitu melaksanakan ibadah sholat, puasa, dan zakat dan dibarengi dengan sikap sabar, rendah hati, bersyukur, qanaah, tawakal.

d. *Al Aql* Akal Pikiran)

Akal dapat diibaratkan sebagai sifat ilmu yang bertempat di jiwa (*al qalb*). Jadi, pengertian akal dimaksud adalah anggota organ manusia yang digunakan untuk mengambil pikiran, tindakan, maupun pertimbangan yang terletak pada otak. Pada pengertian kedua *Al aql* adalah akal yang tertransendensi pada ruhani yang memperoleh ilmu



pengetahuan (*al-mudrik li al-'ulum*). Dalam pengertian secara mendalam akal diartikan sebagai tempat dari pusat pusat dan sifat-sifat ilmu, yang bersumber dari ilmu pengetahuan dari luar dan ilmu pengetahuan bersumber dari hati. Secara jasmani manusia yang memiliki akal pastinya mempunyai perilaku menahan (*al-imsak*), mengikat (*al-ribath*), melarang (*al-nahy*), dan mencegah (*al-man'u*).

Dalam penjabaran Al Ghazali akal terbagi menjadi dua, yaitu:

(a) Akal Praktis, yang memiliki fungsi otomatis untuk mempertahankan keberlangsungan hidup jasmani manusia seperti contoh makan, minum, dan meneruskan keturunan, (b) Akal teoritis, akal yang memiliki penelaah mengenai makna dan arti secara filosofis mengenai kebenaran hidup. Akal teoritis dikelompokkan menjadi tiga tingkatan yaitu:

- 1) Akal material, potensi dasar daya pikir manusia yang dimiliki sejak lahir walaupun belum dilatih.
- 2) Daya fikir akal yang sudah mulai dilatih untuk menelaah hal-hal bersifat makna filosofis dalam hidup.
- 3) Akal yang sudah terlatih dan memiliki daya paham mencari makna filosofis dalam kebenaran hidup.

Dengan keterangan tersebut dimana pada jiwa manusia yang suci terdapat potensi yang besar baik kebaikan maupun dalam hal keburukan maka dari itu penting untuk melatih jiwa dalam diri manusia agar terhindar dari hawa nafsu duniawi yang menjerumuskan pada

kejelekan dan kebinasaan. Salah satu usaha dalam melatih jiwa yaitu dengan mematahkan nafsu perut dan kemaluan dikarenakan segala dosa dan keburukan berawal dari kedua nafsu tersebut, seperti contoh Adam as dikeluarkan dari surga dikarenakan nafsu kemaluan serta nafsu berada dalam perut.<sup>40</sup>

Penyebab pasti dari munculnya kedua nafsu tersebut selain dari diri manusia juga berasal dari kejelekan tipu daya setan, dengan membisikan kebenaran yang diinginkan oleh nafsu manusia, mereka menyangka bahwa perbuatan yang dilakukan merupakan sebuah kebaikan namun dibalik itu semua merupakan kemungkaran dibalut dengan keindahan duniawi serta hawa nafsu binatang semata yang menjerumuskan kepada kebinasaan.<sup>41</sup>

Selain usaha dalam ranah menahan nafsu secara jasmaniah manusia juga harus mendekatkan hati kepada Allah salah satu jalan paling mudah untuk mendekatkan hati dalam kehidupan sehari-hari adalah melalui jalan berdzikir agar terhindar dari nafsu dalam diri manusia serta kejelekan bisikan setan.

---

<sup>40</sup> Al-Ghozali, *Mukhtazhar Ihya Ulumuddin*, trans. oleh ZeidnHusein Al-Hamid (Jakarta: Pustaka Amani, 2007), 351.

<sup>41</sup> Al-Ghozali, 337.

### 3. Dzikir

#### a. Pengertian Dzikir

Secara etimologi dzikir berasal dari kata *dzakara-yadzakuru-dzikram*, yang berarti mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran. Dengan artian dzikir bermakna penyebutan secara lisan maupun dengan perbuatan nama Allah atau ingatan menyangkut sifat-sifat Allah.<sup>42</sup>

Menurut Al-Ghazali, pengertian zikir secara bahasa adalah mengingat, sedangkan secara istilah yaitu ikhtiar sungguh-sungguh untuk mengalihkan gagasan, pikiran dan perhatian manusia menuju Tuhan dan akhirat. Zikir ini bertujuan untuk membalikkan keseluruhan karakter manusia dan mengalihkan perhatian utama seseorang dari dunia yang sudah sangat dicintai menuju akhirat yang sejauh ini belum dikenali sama sekali.<sup>43</sup>

Menurut Al-Ghazali, perhatian manusia tertuju pada dunia, sehingga dengan mudah manusia itu lupa kepada Tuhannya dan setan menggoda manusia tanpa henti selama keseluruhan proses ini. Pada aspek lainnya, selama manusia itu mencurahkan semua perhatian pada zikir kepada Tuhan, maka hanya akan tersisa sedikit ruang untuk godaan setan. Zikir mempunyai awal dan akhir. Pada awalnya, zikir

---

<sup>42</sup> Totok Jumantoro, Samsul Munir, *Kamus Ilmu Tasawuf* (Jakarta: Amzah, 2012), 34.

<sup>43</sup> Kajiro Nakamura dan Uzair Fauzan, *Metode zikir dan Doa Al-Ghozali* (Bandung: Arasy Mizan, 2018), 79.

menimbulkan perasaan keintiman, keakraban dan kehangatan hubungan) serta cinta.<sup>44</sup>

Berdasarkan pemaparan dzikir diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa zikir merupakan suatu amalan ataupun usaha seorang hamba untuk menggapai jalan menuju Allah ataupun bisa diartikan juga upaya untuk selalu mendekat dengan Allah. Zikir juga bisa dimaknai dengan upaya untuk seelalu mengingat Allah.

#### **b. Pembagian Dzikir**

Ada dua macam zikir pertama, zikir bil lisan, yaitu mengucap sejumlah lafal yang dapat menggerakkan hati untuk mengingat kepada Allah. Zikir dengan pola ini dapat dilakukan pada saat-saat tertentu dan tempat tertentu pula. misalnya, berdzikir di masjid sehabis shalat wajib.

Kedua, zikir *bil qalb*, yaitu keterjagaan hati untuk selalu mengingat Allah. Zikir ini dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja, tidak ada batasan ruang dan waktu. Pelaku sufi lebih mengistimewakan dzikir *bil qalb* ini karena pengaplikasiannya yang hakiki. Meskipun demikian, sang dzakir (orang yang berdzikir) dapat mencapai kesempurnaan apabila ia mampu berdzikir dengan lisan sekaligus dengan hatinya.<sup>45</sup>

Al-Ghazali membagi zikir menjadi dua macam, pertama, zikir murni (zikir *al-khalish*), yaitu zikir yang disertai kecocokan hati saat

---

<sup>44</sup> Kajiro Nakamura dan Uzair Fauzan, 81.

<sup>45</sup> KH. Aqil Said Siroj, *Tasawuf Sebagai Kritik Sosial, Mengedepankan Islam Sebagai Inspirasi Bukan Aspirasi* (SURABAYA: SAS Foundation, 2006), 74.

berhenti memandang kepada selain Allah. Kedua, zikir jernih (zikir *shaf*), yang terjadi saat pupusnya keinginan berzikir.<sup>46</sup>

Menurut Al-Ghazali, zikir itu memiliki tiga kerja sepiritual (*wazhifah*), yaitu, pertama, zikir lahir dengan gerakan lidah. Ini dianjurkan di dalam bacaan beberapa bentuk ibadah. Kedua zikir sir (rahasia), yang memiliki kedudukan paling tinggi di antara berbagai ibadah dan sedekah. Ketiga yaitu zikir *qalb*, zikir ini muncul atas mengesampingkan terhadap duniawi dan sibukan dengan mengingat Allah.<sup>47</sup>

Dapat ditarik sebuah kesimpulan, pada dasarnya dzikir mempunyai dua macam dalam penerapannya yaitu dengan cara mengucap dengan lisan atau zikir bil lisan dan mengucap dengan hati atau zikir bil qalb. Namun diantara kedua penerapan dzikir tersebut ada keutamaan seseorang yang melakukan zikir atau dzikir untuk dapat mencapai kesempurnaan dalam berdzikir yaitu apabila ia mampu untuk melakukan zikir dengan lisan sekaligus hatinya.

### c. Manfaat Dzikir

Al Ghazali, dalam kitab *Ihya Ulum Ad-Din*, menjelaskan bahwa hati manusia tak ubahnya seperti kolam yang dialiri bermacam-macam air dari sungai sungai yang mengalir ke kolam tersebut. Masuknya berbagai pengaruh pada hati adakalanya dari luar, yaitu pancaindra, dan

<sup>46</sup> KH. Aqil Said Siroj, 88.

<sup>47</sup> Badawi tabanah, *Sharah Ihya' 'Ulum al-Din*, 70.

adakalanya dari dalam, yaitu khayal, syahwat, amarah dan akhlak atau tabiat manusia<sup>48</sup>

Karena adanya pengaruh yang datang ke dalam hati, hati tidak dapat lepas dari perasaan waswas. Waswas itu merupakan pintu masuknya setan, dan setan selalu menghembuskan waswas itu kedalam hati manusia. Hal ini biasanya dibarengi dengan berbagai khayalan dalam hati. Hanya dzikirilah yang menutup pintu masuk setan karena zikir merupakan lawan dari semua godaan setan dan waswas dapat terputus dengan berzikir kepada Allah.<sup>49</sup>

Tentunya suatu amalan yang bertujuan mendekatkan diri pada Allah memiliki manfaat salah satu manfaat dzikir ialah untuk membersihkan hati, kondisi hati yang bersih ini akan membuat terangnya hati dalam memandang, di kalangan kaum sufi bahwa zikir merupakan pembuka alam gaib, penarik kebaikan, penjinak waswas, dan pembuka kewalian.<sup>50</sup>

Al-Ghazali menjelaskan bahwa terangnya hati dalam memandang adalah hasil zikir kepada Allah yang tidak mungkin terjadi selain orang-orang yang bertakwa. Jadi, takwa adalah pintu gerbang zikir, dan zikir adalah pintu gerbang *kasyaf* (terbuka hijab), sedangkan

---

<sup>48</sup> Kajiro Nakamura dan Uzair Fauzan, *Metode zikir dan Doa Al-Ghozali*, 86.

<sup>49</sup> Kajiro Nakamura dan Uzair Fauzan, 93.

<sup>50</sup> M. Sholihin, *Terapi Sufistik, Penyembuhan Penyakit Kejaan dalam prespektif tasawuf* (Jakarta: Cv Pustaka Setia, 2004), 93.

kasyaf itu adalah pintu gerbang kemenangan yang besar. dan zikir adalah pintu gerbang *kasyaf* (terbuka hijab).<sup>51</sup>

Berdasarkan pemaparan manfaat dzikir diatas, dapat menyimpulkan bahwa zikir bermanfaat untuk membersihkan hati, dengan kondisi hati yang bersih ini dapat memudahkan kita untuk selalu dekat ataupun bertakwa kepada Allah. Hal ini sejalan dengan pandangan Al Ghazali mengenai zikir, menurut beliau zikir merupakan metode untuk menghilangkan was was dan untuk mendatangkan ilham pada hati manusia. Karena ruang gerak setan jadi terhalang pada saat melakukan zikir kepada Allah, sehingga seram pergi dan menjauh dari hati manusia dan disaat itulah malaikat memberikan ilham didalam hati manusia, dengan ini manusia akan mudah untuk selalu dekat dengan Allah.

## **B. Early Adulthood**

### **1. Pengertian Early Adulthood**

Istilah dewasa (*adult*) berasal dari bahasa latin, bentuk lampau partisipel dari kata kerja *adultus* yang berarti telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna (*grown to full size and strength*). Dalam hal ini dapat diartikan bahwa arti dari masa dewasa dini yaitu perubahan yang beriringan terjadi seiring bertambahnya rentang hidup manusia dengan berbagai perubahan dan peran yang akan dialami mulai dari keadaan fisik maupun psikologis.<sup>52</sup>

<sup>51</sup> Badawi tabanah, *Sharah Ihya' 'Ulum al-Din*, 110.

<sup>52</sup> Elizabeth B Hurlock, dalam *Elizabeth B Hurlock, Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1991), 246.



Masa dewasa awal adalah masa pencarian kemandirian dan masa reproduksi yaitu suatu masa penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen, dan masa ketergantungan perubahan nilai-nilai, kreativitas, dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru. Menurut Elizabeth B. Hurlock ada beberapa pembagian mengenai umur serta peran yang akan dilakukan pada rentang masa tersebut, pembagian pada masa dewasa untuk menunjukkan umur rata-rata pria dan wanita ketika mulai menampakkan perubahan dalam pribadi, sosial, pekerjaan, dan keluarga.<sup>53</sup>

Sesuai penjabaran di atas disimpulkan bahwa Masa dewasa awal merupakan bertambahnya usia manusia yang mencapai kematangan sebagai individu dewasa disertai dengan berkembangnya pemikiran dan tanggung jawab dalam pribadi, sosial, pekerjaan, dan keluarga.

## **2. Pembagian Usia *Early Adulthood***

Selanjutnya Elizabeth B. Hurlock membagi masa dewasa dibagi menjadi 3 rentang masa tahapan yaitu:

- a. Masa dewasa awal (dewasa dini). Berkisar pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun, pada masa ini perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduksi.

---

<sup>53</sup> Elizabeth B Hurlock, 272.

- b. Masa dewasa tengah berkisar antara 40 tahun sampai umur 60 tahun. Yakni hal yang akan dialami pada rentang umur tersebut adalah menurunnya kemampuan fisik dan psikologis yang jelas nampak terlihat pada setiap individu dewasa.
- c. Masa lanjut usia berkisar antara umur 60 sampai akhir hayat. Pada rentang usia ini penurunan kemampuan fisik maupun psikologis terjadi penurunan begitu cepat.<sup>54</sup>

Pada rentang waktu perkembangan terdapat fase pelengkap dalam proses perkembangan usia dewasa dini berkisar umur delapan belas tahun sampai empat puluh tahun, namun tidak serta merta bisa ditetapkan bahwa rentang usia tersebut bisa dikatakan dewasa dikarenakan pendefinisian dewasa tidaklah sama. Salah satu fase yang akan dialami mengikuti rentang usia tersebut meliputi:

#### 1) Kemampuan Fisik

Pada masa dewasa kemampuan fisik berada pada masa puncaknya, dan sekaligus mengalami penurunan selama periode ini terutama pada kesehatan badan, bagi pria penuaan pada masa dewasa tidaklah begitu terlihat namun hal itu bisa dirasakan dimana pada rentang usia ini mengalami kemunduran fisik seperti tidak bisa lagi berlari dengan cepat, mengangkat benda yang berat,

---

<sup>54</sup> Elizabeth B Hurlock, 246.

pengelihatannya dan pendengarannya mulai berkurang ketajamannya, daya ingat dan daya pikir melemah.

## 2) Kemampuan Sosial

Psikososial pada masa rentang usia 18-40 tahun, pada masa ini individu memasuki peran kehidupan yang lebih luas dikarenakan terlibat dalam hal karir, pernikahan, dan hidup didalam lingkungan tempat tinggal. Perkembangan psikososial pada masa dewasa ditandai dengan keintiman pembentukan hubungan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan akan hal berbagi ide, perasaan, dan masalah. Dengan terpenuhinya rasa berbagai memberikan rasa lebih bahagia kepada individu.

## 3) Memilih pasangan hidup

Mencari pasangan untuk bisa menyalurkan kebutuhan biologis, serta berupaya mencari calon teman hidup untuk membentuk kehidupan rumah tangga dalam membesarkan anak dan mengelola rumah tangga. Meskipun dalam kurun waktu berbeda dalam menemukan pasangan hidup untuk membangun keluarga.

## 3. Ciri-Ciri Early Adulthood

Dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola pola kehidupan yang baru, dan harapan-harapan sosial yang baru, sehingga memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Usia reproduktif (*Reproductive Age*)

Masa dewasa adalah masa usia reproduktif. Masa ini ditandai dengan membentuk rumah tangga serta memiliki anak yang bertujuan untuk melanjutkan keturunan. Tetapi masa ini bisa ditunda dengan beberapa alasan. Ada beberapa orang dewasa belum membentuk keluarga serta menunda memiliki keturunan sampai mereka menyelesaikan masalah mengenai karir.

b. Usia pemantapan (*Consolidation Age*)

Dalam dibidang pekerjaan dan bidang kehidupan keluarga Ini adalah masa dimana seseorang mengatur hidup dan bertanggungjawab dengan kehidupannya. Pria mulai menekuni bidang pekerjaan yang akan ditangani sebagai karirnya, sedangkan wanita muda diharapkan mulai menerima tanggungjawab sebagai ibu.

c. Usia banyak masalah (*Problem age*)

Masa ini adalah masa yang penuh dengan masalah. Jika seseorang tidak siap memasuki tahap ini, dia akan kesulitan dalam menyelesaikan tahap perkembangannya.

d. Usia tegang dalam hal emosi (*Emotional Tension*)

Banyak orang dewasa muda mengalami kegagalan emosi yang berhubungan dengan persoalan-persoalan yang dialaminya seperti persoalan jabatan, perkawinan, keuangan dan sebagainya. Ketegangan emosional seringkali

dinampakkan dalam ketakutan-ketakutan atau kekhawatiran-kekhawatiran.

e. Masa keterasingan sosial (*Social Alienation*)

Dengan berakhirnya pendidikan formal dan terjunnya seseorang ke dalam pola kehidupan orang dewasa, yaitu karir, perkawinan dan rumah tangga, hubungan dengan teman-teman kelompok sebaya semakin menjadi renggang, dan berbarengan dengan itu keterlibatan dalam kegiatan kelompok diluar rumah akan terus berkurang.

f. Masa perubahan nilai (*Change Value*)

Beberapa alasan terjadinya perubahan nilai pada orang dewasa adalah karena ingin diterima pada kelompok orang dewasa, kelompok sosial dan ekonomi orang dewasa.<sup>55</sup>

#### 4. Tugas Perkembangan *Early Adulthood*

Segi emosional, pada masa dewasa awal adalah masa dimana motivasi untuk meraih sesuatu sangat besar yang didukung oleh kekuatan fisik yang prima. Sehingga, ada stereotipe yang mengatakan bahwa masa remaja dan masa dewasa awal adalah masa dimana lebih mengutamakan kekuatan fisik daripada kekuatan rasio pikiran dalam menyelesaikan suatu masalah.<sup>56</sup>

---

<sup>55</sup> Syamsunuwiyati Marat, , *Perkembangan Usia Dewasa* (Bandung: Diktat mata kuliah Psikologi Perkembangan, Univ. Padjadjaran, 2000).

<sup>56</sup> Natris, *Psikologi Perkembangan Tinjauan Psikologi Barat dan Islam*, (Jakarta: UIN Jakarta Press, 2006), 119.

Pada usia perkembangan ini manusia memiliki tugas berkembang sebagai berikut<sup>57</sup> :

a. Memiliki pekerjaan

Mulai bekerja dalam suatu jabatan, usai menyelesaikan pendidikan formal setingkat SMU, akademi atau universitas, umumnya dewasa muda memasuki dunia kerja, guna menerapkan ilmu dan keahliannya. Mereka berupaya menekuni karier sesuai dengan minat dan bakat yang dimiliki, serta memberi jaminan masa depan keuangan yang baik.

b. Penyesuaian Keluarga

Didalam ikatan keluarga terdapat berbagai keintiman meliputi tugas sebagai orang tua. Maka dari itu akan berusaha membentuk, membina, dan mengembangkan kehidupan rumah tangga dengan sebaik-baiknya agar dapat mencapai kebahagiaan hidup.<sup>58</sup>

c. Memikul tanggung jawab Sosial.

warga negara yang baik adalah dambaan bagi setiap orang yang ingin hidup tenang dan bahagia di tengah-tengah masyarakat. Warga negara yang baik adalah warga negara

---

<sup>57</sup> Santrock, John W, *Life - Span Development (Perkembangan Sepanjang Hidup)*, vol. 1 (Jakarta: Erlangga, 2002).

<sup>58</sup> Dra. Desmita, M.Si, , *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: PT Remaja Rosdakarya, 2017), 233–240.

yang taat dan patuh pada tata aturan perundang-undangan yang ber-laku.

### C. Penerimaan Diri ( *self acceptance* )

#### 1. Pengertian *Self Acceptance*

Penerimaan diri (*Self Acceptance*) ialah suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap kenyataan dalam hidupnya dari mulai pengalaman yang baik maupun pengalaman yang buruk. Penerimaan ditandai dengan adanya sikap yang positif, adanya pengakuan atau penghargaan terhadap nilai-nilai individual tetapi menyertakan pengakuan terhadap tingkah lakunya.<sup>59</sup>

Menurut Hurlock (dalam Fatihul Mufidatu Z dan Yulia Sholichatun) Penerimaan diri merupakan kondisi ketika seseorang mampu menerima segala aspek tentang dirinya tanpa membenci dirinya sendiri. Hal ini berarti, individu tersebut memiliki pengetahuan tentang dirinya sehingga menerima dan kekurangan diri haruslah seimbang dan diusahakan untuk saling melengkapi satu sama lain, sehingga dapat menumbuhkan kepribadian yang sehat.<sup>60</sup>

Sesuai uraian diatas maka penerimaan diri adalah sikap yang mencerminkan perasaan yang selaras dengan kenyataan yang

---

<sup>59</sup> Kubler Ross, *On Death and Dying (Kematian Sebagai Bagian Dari Kehidupan)*, trans. oleh wanti anugrahani (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1998).

<sup>60</sup> Fatihul Mufidatu Z, Yulia Sholichatundari, “Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri,” *Jurnal Psikoislamika*, 2016, 29.



ada pada dirinya, sehingga seseorang yang dapat menerima dirinya dengan baik akan mampu menerima kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya.<sup>61</sup>

## 2. Tahap - Tahap *Self Acceptance*

Menurut Kubler Ross penerimaan diri bisa terjadi jika manusia melewati beberapa tahap, tahapan tahapan itu disebut dengan lima tahap kesedihan ( *The Five Stages of Grief* ). Lima tahapan tersebut sebagai berikut<sup>62</sup> :

### a. Menyangkal ( *Denial* )

Menyangkal merupakan tahapan awal dalam penerimaan, reaksi penyangkalan merupakan hal yang wajar terjadi pada manusia normal yang sedang mengalami kesedihan. Penyangkalan ini berfungsi sebagai reaksi pertahanan setelah mengalami situasi tak terduga, bersama penyangkalan tersebut dibarengi dengan proses penelaah mengenai kondisi yang sedang dialami. Kondisi ketidak percayaan mengenai situasi tersebut akan mengakibatkan manusia merasakan berbagai perasaan emosional.

---

<sup>61</sup> Chaplin, Kartini Kartono, penerj., *kamus lengkap psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006), 451.

<sup>62</sup> Kubler Ross, *On Death and Dying (Kematian Sebagai Bagian Dari Kehidupan)*, 48–137.

b. Marah (*Anger*)

Tahap Marah dimulai dengan manusia mulai merasakan berbagai perasaan emosional, perasaan tersebut dapat muncul secara tiba-tiba sesudah maupun saat mengetahui kondisi yang sedang dialami. Manusia akan mengespresikan kekesalannya dengan kemarahan atau dengan tangisan menyalahkan keadaan maupun mengeluh dengan emosi yang meluap-luap. Pelonjakan emosional tersebut membuat manusia kurang dapat berpikir secara rasional namun setelah perasaan emosional mereda akan menimbulkan pemikiran yang lebih rasional dan merasakan emosi lain yang selama ini tertutupi oleh amarah.

c. Tawar menawar (*Bargaining*)

Tawar menawar merupakan kondisi mulainya mereda perasaan emosional serta kondisi manusia berusaha untuk menghibur kesedihan yang sedang dialami dengan berandai apabila mengetahui lebih awal penyebab terjadinya kondisi kesedihan akan melakukan segala upaya agar dapat menghindari kondisi tersebut.

d. Depresi (*Depression*)

Depresi merupakan kondisi penyesalan setelah melihat kenyataan bahwa semua telah terjadi, dalam

keadaan depresi manusia terpaksa menghadapi kesedihan dan kebingungan yang mendalam dan cenderung akan mengasingkan diri dari lingkungan untuk dapat mengatasi duka tersebut.

e. *Penerimaan diri ( self acceptance )*

Tahap penerimaan ini manusia benar-benar merasakan kebahagiaan, akhirnya bisa berdamai dengan kedukaan serta dapat menerima kenyataan yang telah terjadi. Rasa sakit seolah-olah telah benar menghilang dan pada proses ini manusia mulai belajar dari kenyataan terdahulu untuk memulai melangkah pada kehidupan yang baru.

### 3. **Faktor Pendukung *Self Acceptance***

Dalam hal penerimaan diri terdapat faktor pendukung untuk proses penerimaan diri dalam melewati fase kesedihan yaitu antara lain.<sup>63</sup> :

a. Terbuka dan mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi

Membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain, pertama-tama harus melihat diri kita tidak seperti apa yang

---

<sup>63</sup> Nurul Fadhillah Chaidir, "Proses Penerimaan Diri Remaja Akibat Perceraian Orangtua" (medan, universitas medan area, 2018), 21.

dibayangkan, dan pembukaan diri yang akan kita lakukan tersebut diterima atau tidak oleh orang lain. Kalau kita sendiri menolak diri (self-rejecting), maka pembukaan diri akan sebatas dengan pemahaman yang kita punya saja.

Penerimaan diri individu, terciptanya suatu penerimaan diri yang baik terhadap kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, dapat dilihat dari bagaimana ia mampu untuk menghargai dan menyayangi dirinya sendiri, serta terbuka pada orang lain.

b. Kesehatan psikologis

Orang yang sehat secara psikologis memandang dirinya disenangi, mampu, berharga, dan diterima oleh orang lain. Orang yang menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membangun serta melestarikan hubungan baik dengan orang lain. Maka, agar tumbuh dan berkembang secara psikologis, kita harus memiliki rasa penerima diri.

c. Penerimaan terhadap orang lain

Orang yang menerima diri biasanya lebih bisa menerima orang lain. Bila kita berpikiran positif tentang diri kita, maka kita pun akan berfikir positif tentang

orang lain. Sebaliknya bila kita menolak diri kita, maka kita pun akan menolak orang lain.

#### 4. Ciri-Ciri *Self Acceptance*

Jika faktor pendukung telah terpenuhi maka individu dapat mencapai rasa puas kepada dirinya sendiri dengan timbulnya penerimaan diri tersebut salah satu ciri-ciri individu yang sudah menerima dirinya sendiri adalah.<sup>64</sup> :

- a. Memiliki keyakinan untuk menghadapi kehidupan. Seseorang yang yakin akan kemampuan memiliki sikap optimis dalam menghadapi masa depan, kesulitan-kesulitan yang ada pasti akan dapat diatasi dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan-tantangan kehidupan serta berpikir positif.
- b. Menganggap dirinya berharga sebagai seseorang manusia yang sederajat dengan orang lain. Seseorang yang menerima diri memiliki kepercayaan serta rasa aman dalam dirinya, sadar dan memaklumi bahwa setiap orang adalah unik sehingga sangatlah mungkin seseorang berbeda pandangan dengan dirinya dapat bergaul dengan setiap orang tanpa rasa curiga dan bebas serta menerima orang lain dengan sikap yang tulus.

---

<sup>64</sup> Naqiyaningrum, "Penerimaan Diri Pada Remaja Berasal Dari Orang Tua yang Bercerai", (Semarang, Universitas Katolik Soegijapranata, 2007), 10–12.

- c. Memiliki sikap percaya diri. Penerimaan diri akan membuat seseorang mempunyai keyakinan terhadap setiap perilaku dan perbuatannya. Tidak merasa canggung dalam pergaulan, bebas menyampaikan pendapat-pendapat yang dipikirkanya dan tidak takut pendapatnya salah.
- d. Mempertanggung jawabkan terhadap perbuatannya. Penerimaan diri akan membuat seseorang akan menguasai pikiran, perkataan, dan perbuatannya sebaik mungkin dan berani memikul tanggungjawab terhadap perilakunya.
- e. Menerima dengan lapang dada kritik dan saran. Seseorang dengan penerimaan diri yang baik tidak akan merasa malu dengan kritikan dan tidak lekas marah, sebaliknya akan membuat evaluasi terhadap diri sendiri tentang sikap yang harus dimiliki terhadap kritikan atau saran.
- f. Tidak akan menyalahkan dirinya akan ketergantungan yang dimiliki ataupun mengingkari kelebihan. Seseorang yang menerima diri sadar akan keterbatasan tanpa menjadi rendah diri, sebaliknya berusaha aktif dan mengembangkan kelebihan yang dimilikinya secara maksimal.

## BAB III

### *SPIRITUALITAS DAN SELF ACCEPTANCE JAMAAH DZIKIR RATIB*

#### *AL HADAD EARLY ADULT HOOD*

#### **A. Deskripsi Data Umum**

##### **1. Sejarah dan Profil Desa Tungkul Rejo**

Menurut penuturan kepala desa Sriyono. SE. Desa Tungkulrejo yang berkode 632830 dan berkode wilayah 35.21.08.2004. Dahulu kala Desa Tungkul Rejo merupakan daerah belum berpenghuni yang lingkungannya banyak ditumbuhi pepohonan yang lebat dan besar serta memiliki suhu udara yang dingin. Dari sinilah para pengungsi peperangan kerajaan Mataram yang saat itu melawan penjajah Belanda membuka lahan untuk dijadikan tempat persembunyian yang akhirnya berkembang menjadi tempat pemukiman dan lahan pertanian, seiring dengan berjalannya waktu menjadi suatu kumpulan masyarakat.

Daerah pemukiman ini banyak ditumbuhi pohon tungkul yang akhirnya menjadi sumber mata pencaharian masyarakat. Tanaman ini kemudian dikembangkan menjadi tanaman produktif dan populasinya menjadi semakin banyak. Oleh karena itu nama tungkul diabadikan menjadi penanda untuk menjadi nama desa yaitu Desa Tungkul Rejo.<sup>65</sup>

Sebelah utara perbatasan dengan Desa Tambakromo, sebelah selatan perbatasan dengan Desa Bintoyo, sedangkan sebelah timur

---

<sup>65</sup> Web resmi Desa Tungkul Rejo <https://www.tungkulrejo.desa.id/>.



berbatasan dengan Desa Sukowiyono, dan sebelah selatan berbatasan dengan Desa Pangkur.

## **2. Kependudukan Di Desa Tungkul Rejo**

Dengan luas wilayah sekitar 257,5 Ha desa ini memilikipenduduk sejumlah laki-laki sekitar 968, Jumlah perempuan 1005, bila ditotal keseluruhan laki laki dan perempuan menjadi 1973, dan jumlah kepala keluarga berkisar 3098.<sup>66</sup> Mata pencarian sebagian besar dari penduduk desa tersebut ialah dalam sektor pertanian padi, jagung, tembakau dan usaha mikro.

## **3. Sejarah Ratib Al Hadad Di Desa Tungkul Rejo**

Awal mula rutinan Dzikir Ratib Al Hadad bisa terbentuk di Desa Tungkul rejo yaitu berawal dari Ustad Salim. Pada tahun 1900 ada ulama yang bernama Syech Maulana Abi Iqrom yang berasal dari Ambon beliau memulai dakwahnya dengan berpindah pindah dari satu wilayah ke wilayah lainnya, dimulai dari daerah Ambon, Yogyakarta, Jakarta, Solo, Sragen, dan akhirnya pada tahun 1998 sampailah di Ngawi.

Di kota ini beliau menetap di suatu wilayah yang bernama Desa Dempel kebetulan desa ini merupakan tempat kelahiran dari Ustad Salim dimulai dari sekolah menengah atas Ustad Salim sudah memperlihatkan ketertarikannya untuk mendalami ilmu agama,

---

<sup>66</sup> Web resmi Desa Tungkul Rejo [www.tungkulrejo.desa.id](http://www.tungkulrejo.desa.id).

kemudian bertemulah beliau dengan Syech Maulana Abi Iqrom pada saat sedang berdakwah di sebuah mushola di dekat kediaman Ustad Salim dari situlah beliau mulai mengikuti kemana pun dakwah dari Syech Maulana Abi Iqrom.

Selang beberapa tahun sesudah Ustad Salim menikah dengan perempuan yang berasal dari Desa Tungkul Rejo beliau mendapatkan mandat untuk meneruskan dakwah dengan metode dzikir yaitu Dzikir Ratib Al Hadad yang sampai sekarang masih berjalan setiap malamnya, yang bertempat di kediaman beliau Ustad Salim. Dalam awal perintisan sekitar dua tahun banyak tantangan yang menghadang dimulai dari caci maki, dituduh aliran yang tidak jelas namun karena keteguhan perjuangan Ustad Salim maka rutinan dzikir tersebut bertahan sampai sekarang.<sup>67</sup>

#### **4. Observasi Prosesi Dzikir Ratib Al Hadad**

Prosesi rutinan Jamaah Dzikir Ratib Al Hadad dimulai pada waktu 19.30-21.00 WIB. Setiap rutinan yang dilakukan para jamaah menggunakan pakaian muslim yang sopan dan rapi. Setelah lengkapnya anggota jamaah maka prosesi Dzikir Ratib Al Hadad dimulai dengan prosesi pertama yaitu pembukaan (*mukodimah*) yang dilakukan oleh pengasuh jamaah dzikir yaitu Ustad Salim.

Prosesi kedua dilanjutkan dengan pembacaan surat Al Fatihah yang ditujukan kepada Nabi Muhammad SAW serta semua alim ulama

---

<sup>67</sup> Wawancara pengasuh jamaah dzikir Ustad Salim

yang bersanad dari bacaan Dzikir Ratib Al Hadad prosesi ini dipimpin oleh Pak Jali.

Prosesi ketiga dimulailah pembacaan surat Al Fatihah dilanjutkan dengan membaca surat An Nas, Al Falaq, Al Ikhlas, Al Qadr, dan ditutup dengan ayat kursi barulah pembacaan Dzikir Ratib Al Hadad dimulai dibaca bersama sama dengan suara yang keras.

Pembacaan Dzikir Ratib Al Hadad membutuhkan durasi waktu lima puluh menit. Prosesi keempat disambung dengan berdoa yang dipimpin oleh Ustad Salim durasi waktu berdoa ini membutuhkan durasi waktu tiga menit setelah berdoa selesai disambung, prosesi kelima dengan pengisian kajian seputar pengetahuan mengenai agama Islam yaitu fikih dan tasawuf yang dipimpin Ustad Salim dengan durasi 20 menit. Prosesi kelima barulah sajian makanan dihidangkan oleh tuan rumah yang mendapat bagian jadwal rutin Dzikir Ratib Al Hadad, semua prosesi selesai barulah jamaah berpulang kediaman masing-masing.<sup>68</sup>

## 5. Data Narasumber

Narasumber dalam penelitian ini berjumlah tiga orang yang berkisaran usia tiga enam dan empat puluh tahun. Semua merupakan anggota aktif jamaah dzikir serta juga menjadi kepala keluarga. Alasan mengapa yang digunakan untuk sumber data yang digunakan hanya

---

<sup>68</sup> Observasi dengan mengikuti prosesi dzikir *ratib al hadad* dengan Ustad Salim

anggota aktif jamaah dzikir dan juga memiliki peran sebagai anggota keluarga karena untuk mengetahui kondisi *spiritualitas* dan *self acceptance* dari kepala keluarga pada jamaah dzikir Ratib Al Hadad dalam menangani setiap masalah keluarga.

a. Narasumber 1

Nama subjek : US

Umur : 36 Tahun

Pekerjaan : Tenaga pengajar MIN 10 Ngawi

Narasumber US merupakan seseorang yang bekerja sebagai guru tetap di salah satu madrasah Ibtidaiyah di Kabupaten Ngawi lebih tepatnya bertempat di sekolahan MIN 10 Ngawi, jarak tempuh kediaman narasumber dengan tempatnya mengajar sekitar 45 menit ditempuh dengan menggunakan kendaraan sepeda motor setiap harinya. Beliau sudah mengajar selama empat belas tahun pada madrasah Ibtidaiyah tersebut. Berangkat bekerja pada jam 07.00 sampai 15.00 WIB, narasumber US tersebut memiliki jadwal masuk hari Senin sampai Sabtu dimana lima hari kerja yaitu Senin sampai Jumat dan dihari Sabtu beliau mengisi ekstra pramuka yang dilaksanakan pukul 08.00 sampai 10.00 WIB sedangkan ekstra silat yang dilaksanakan pukul 14.00 sampai 15.00 WIB.

Narasumber US memiliki keluarga yaitu istri dan dua anak, anak pertama perempuan sekarang bersekolah di pondok pesantren bertempat di Kota Madiun dan anak kedua laki-laki masih bersekolah

di Sekolah Dasar Tungkul Rejo. Kegiatan narasumber US sesudah mengajar ialah pada waktu malam memimpin rutinan Jamaah Dzikir Ratib Al Hadad yang dilaksanakan pukul 19.30 sampai 21.00 WIB, kepribadian narasumber US dalam lingkup desa membuatnya ditokohkan oleh sebagian masyarakat.

b. Narasumber 2

Nama subjek : PJ

Umur : 40 tahun

Pekerjaan : Buruh pertanian

Narasumber PJ merupakan seorang yang bekerja pada sektor pertanian di desa tersebut keseharian PJ memulai berangkat bekerja sekitar pukul 07.30 sampai 15.00 beliau bekerja pada sektor tersebut sudah lama semenjak pulang dari pendidikan mondoknya. Selain sektor tersebut narasumber PJ juga memiliki usaha dirumah yaitu mendirikan warung kopi yang buka mulai dari 08.00 sampai 21.00 WIB beliau hanya bekerja pada sektor pertanian saja sementara warung kopi yang terletak di rumah merupakan usaha yang didirikan oleh istrinya.

PJ memiliki anggota keluarga yaitu tiga anak laki-laki dan satu istri anak nomer tiga dari. PJ masih bersekolah tepatnya kelas tiga SMK, anak kedua PJ sudah bekerja di pabrik terdekat di jalan raya Padas Caruban, dan anak terakhir PJ bekerja di kalimantan dan berstatus sudah menikah. Di dalam kehidupan sehari hari beliau

setelah pulang dari bekerja hanya di rumah menunggu sembari waktu sholat datang dan melakukan sholat berjamaah yang di lakukan di musola yang berada tepat didepan rumah beliau, setelah melaksanakan sholat isya beliau berjalan menuju rumah dari narasumber pertama yaitu US untuk mengikuti rutinan dzikir yang dilakukan setiap harinya.

c. Narasumber 3

Nama subjek : PS

Umur : 40 tahun

Pekerjaan : Buruh pembuatan mebel kayu

Narasumber PS merupakan seorang yang bekerja sebagai tukang kayu rumah namun sekarang lebih sering bekerja harian di rumah produksi mebel kayu. Keseharian PS yaitu berangkat bekerja jam 07.00 sampai 15.00 WIB. Beliau dulunya adalah tukang kayu di rumah cukup lama, di karenakan sepiunya orderan dari jasa tukang kayu rumah maka beralih bekerja di produksi mebel kayu yang terletak dekat dari kediaman PS.

PS memiliki anggota keluarga dua orang anak perempuan yang pertama masih bersekolah di SMP terdekat dan nomer dua masih bersekolah di taman kanak-kanak. Didalam keseharian PS setelah pulang bekerja beliau hanya menikmati waktu di rumah sembari menunggu istrinya pulang bekerja bila ada yang menyuruh untuk merawat tanaman padi di sawah. Malam setelah isya PS

memiliki kebiasaan sama seperti PJ yaitu menuju kediaman US untuk melaksanakan rutinan dzikir bersama PJ dan jamaah lainnya.

Untuk dapat mengetahui aspek *spiritualitas* dan *self acceptance* narasumber, maka terdapat kriteria yang akan diteliti. Kriteria tersebut dibagi menjadi dua *spiritualitas* dan *self acceptance*. Kriteria pertama *spiritualitas* meliputi :

1. Narasumber mampu menjalankan ibadah sholat lima waktu dengan tertib dan tepat waktu.
2. Narasumber menjalankan ibadah dzikir pada waktu ibadah sholat maupun diluar waktu ibadah.
3. Narasumber memiliki ketenangan hati dan fikiran dalam menghadapi setiap konflik hidup yang dialami.

Kriteria kedua yaitu *self acceptance* meliputi :

1. Narasumber dapat mengelola keadaan emosi dalam dirinya dengan baik.
2. Narasumber dapat menerima berbagai peristiwa yang terjadi, buruk maupun peristiwa yang baik.
3. Narasumber dapat mengambil pelajaran untuk menjadikan dirinya lebih baik lagi.
4. Narasumber dapat mengatasi konflik dan memimpin keluarga dengan baik.



## B. *Spiritualitas* Jamaah Ratib Al Hadad

### 1. Pengertian *Spiritualitas*

Menurut penjelasan dari ketiga informan bahwa mereka merasakan kedekatan sesudah melaksanakan rangkaian ibadah, sebagai berikut penuturannya.

Karena apa *hati iki sebenere kudu disirami mas nek ga disiram bakale alom nah siraman sing dimaksud yo iku dzikir* ( US.Spirit.14).<sup>69</sup>

Keyakinan bahwa kita itu tetap akan baik-baik saja *amargo awak dewe yakin Allah ki ga bakal ngecolne* ( US.Early.26)<sup>70</sup>

Ngaji ibadah dzikir *lakoni ae karo pengarep ngarep petulunge pengeran lak ketoto awamu dewe keluargamu* (US.Self.37).<sup>71</sup>

Penuturan dari US mengenai arti dzikir lebih mengarah kepada ketenangan hati yang diartikan sebagai kedekatan terhadap Allah karena dengan adanya kedekatan dengan Allah maka hati akan senantiasa tenang.

---

<sup>69</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/14

<sup>70</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/26

<sup>71</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/37

*Nek niku nopo wonten to ati bakdo di nggeh dzikir kok maleh gelisah **niki mesti ayem adem** ( PJ.Spirit.14).<sup>72</sup>*

*Boten sah ditangklet ne niku jelas nggeh **jawabane mas pasti niku** ( PJ.Spirit.15).<sup>73</sup>*

***Dzikir niku keluargane anak e urip ebakale ditoto kaleh pengeran** ( PJ.Self.37).<sup>74</sup>*

Pernyataan yang sama juga diungkapkan oleh narasumber PJ bahwa keterkaitan dan kedekatan kita dengan Allah melalui praktek ibadah dzikir dapat memberikan perasaan tenang dan tentram serta perasaan yakin bahwa semuanya sudah menjadi tanggung jawab Allah dimulai dari keluarga dan rejeki. Hal tersebut sesuai dengan yang di ungkapkan oleh US dan PS.

***Sak niki mundak ayem** nglakoni saben dino iku rasane enteng mas lancar jarene mas Salim ngoten niku namine barokah (PS.Spirit.14).<sup>75</sup>*

*Leres mas semenjak e melu rutinan dzikir iki perasaan niku **rasane cedek ning pengeran** (PS.Spirit.15).<sup>76</sup>*

---

<sup>72</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/14

<sup>73</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/15

<sup>74</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/37

<sup>75</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/14

<sup>76</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/15

*Dzikir niku katah mas niku manfaate kerjo maleh semangat pikirane tenang gak kemrungsung (PS.Self.37).<sup>77</sup>*

## 2. Pembagian Jiwa *Spiritualists*

*Spiritualitas* setidaknya terdapat tiga bagian yang bisa dipahami secara nyata yaitu *Al Qalb* ( Hati ), *Al Nafs* ( Nafsu ), *Al Aql* ( Akal ).

### a. *Al Qalb* ( Hati )

*Al Qalb* dapat di artikan sebagai hati nurani manusia atau indra perasa pada manusia yang dapat merasakan keterhubungan dengan Allah hal tersebut sesuai seperti penuturan narasumber.

*Isine mung ayem mas awamu kan yo wes ngrasakno dewe rasa ayeme ning ati sak uwese berdzikir ( US.Spirit.5 ).<sup>78</sup>*

Keadaan dimana ini **hati dan pikiran kita terhubung kepada Allah** dengan jalan penempuhan syariat menyebut kalimat-kalimat **thoyibah atau mengingat Allah** pada setiap nafas hidup itu dzikir (US.Spirit.13).<sup>79</sup>

*Rasane saget ayem ning manah mundak yakin mundak eling marang pengeran (PJ.Spirit.5).<sup>80</sup>*

<sup>77</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/37

<sup>78</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US.SPIRIT/5

<sup>79</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US.SPIRIT/13

<sup>80</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ.SPIRIT/5

*Boten sah ditangklet nek niku jelas nggeh jawabane mas pasti niku ( PJ.Spirit.15).<sup>81</sup>*

*Sak niki mundak ayem nglakoni saben dino iku rasane enteng mas lancar jarene mas Salim ngoten niku namine barokah (PS.Spirit.14).<sup>82</sup>*

*Leres mas semenjak e melu rutinan dzikir iki perasaan niku rasane cedek ning pengeran (PS.Spirit.15).<sup>83</sup>*

Semua pernyataan yang diungkapkan narasumber dapat diambil kesimpulan bahwa para narasumber merasakan keterhubungan secara rohanian dengan Allah dengan melaksanakan rangkaian ibadah melalui dzikir tersebut.

b. *Al Nafs ( Nafsu )*

*Al Nafs* dapat diartikan adalah sebuah dorongan dan keinginan pada diri manusia yang memiliki sifat baik dan buruk serta terbagi menjadi tiga yaitu *al nafs al ammaroh*, *al nafs lawwamah*, dan *al nafs al muthmainah*.

4. *Al nafs al ammaroh*

Nafsu yang mendorong pada keinginan keburukan seperti hal nya penuturan narasumber sebagai berikut.

<sup>81</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ.SPIRIT/15

<sup>82</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS.SPIRIT/14

<sup>83</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS.SPIRIT/15

Ketika baru membentuk rutinan jamaah dzikir ini, *akeh mas sing ngelek-ngelek pertamane saya juga marah* (US.Self.31).<sup>84</sup>

Sempet ada **pikiran untuk menyudahi rutinan ini** mas ( Terjemah Peneliti : keinginan untuk menyerah dalam berdakwah ). (US.Self.32).<sup>85</sup>

Nanti **jatuh nya sombong** ( Terjemah Peneliti : munculnya perasaan sombong karena ditokohkan). (US.Self.38).<sup>86</sup>

Dalam pernyataan yang diungkapkan oleh narasumber US bahwasanya beliau merasakan banyak perasaan nafsu yang menuju keburukan seperti halnya berprasangka buruk terhadap takdir, perasaan marah karena cacian dan hinaan dari orang sekitar, perasaan akan menyerah terhadap perjuangan jamaah dzikir, dan perasaan sombong.

*Sempet enek pikiran mas ko iso ngeneki padahal ibadah yo taat ngamal yo apik tapi ko **ngene men blass ra duwe beso sing oga taat ibadahe ga karukaruan menak sugheh*** ( Terjemah Peneliti : meragukan takdir ). ( PJ.Self.29).<sup>87</sup>

---

<sup>84</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/31

<sup>85</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/32

<sup>86</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/38

<sup>87</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/29

*Mondok mas limo las tahun dadi mung fokus belajar teng pondok mas besanu ngadepi dunia kerja sing butuh ijasah jane radi getun mas rumiyen* ( Terjemah Peneliti : meragukan takdir ). (PJ.Self.30).<sup>88</sup>

*Krungu kabar boten enak tetep enten roso nesu* ( PJ.Spirit.31).<sup>89</sup>

Perasaan yang sama juga diungkapkan oleh narasumber PJ yaitu berburuk sangka terhadap takdir lebih tepatnya mengenai rejeki, dan perasaan nafsu marah.

*Jarang malah meh gak tau blas mas soale yo mergawe kesel wes ga kelingan nopo nopo mung fokus teng gaeon* ( Terjemah Peneliti : tidak pernah berdzikir ). (PS.Spirit.1).<sup>90</sup>

*Enek roso pegel kadang enek roso sedih* (PS.Self.30).<sup>91</sup>

Berbeda dengan yang diungkapkan oleh PS bahwasanya beliau lebih banyak meninggalkan ibadah dikarenakan lebih fokus terhadap pekerjaan, penyesalan terhadap masa lalu, dan perasaan marah serta sedih.

---

<sup>88</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/30

<sup>89</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/31

<sup>90</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/1

<sup>91</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/30

## 5. *Al nafs lawwamah*

Nafsu yang memiliki dua keinginan yaitu kebaikan dan keburukan nafsu ini terkadang menuju kebaikan namun juga kadang menuju keburukan. Seperti halnya penuturan narasumber sebagai berikut.

*Sak bare sholat maupun di luar sholat nggeh **tetep kudu dzikir mas** ( Sifat baik ). (US.Spirit.1).<sup>92</sup>*

*Sedoyo waktu lan tumindak niki wiwit isuk tekan mapan turu neh harus **tetap mengingat Allah** (US.Spirit.2)<sup>93</sup>*

Ketika saya mau ngelamar ditolak dua kali karena keadaan ekonomi pada saat itu *sempet muncul pikiran opo gara gara faktor ekonomi ditolak lamarane begitu terbesit pikiran iku mas langsung **teringat lagi mas bahwa memang kalo ditolak berarti dudu jodoku** (US.Self.29).<sup>94</sup>*

Ketika baru membentuk rutinan jamaah dzikir ini, *akeh mas sing ngelek-ngelek pertamane **saya juga marah** ( Sifat buruk ). (US.Self.31).<sup>95</sup>*

---

<sup>92</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/1

<sup>93</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/2

<sup>94</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/29

<sup>95</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/31



Dalam pengungkapan yang dituturkan oleh US bahwasanya beliau masih melakukan perbuatan buruk dan baik, kebaikan yang dilakukan oleh beliau adalah selalu melakukan dzikir di dalam dan di luar waktu ibadah dan perilaku buruk yang masih dilakukan adalah marah serta berburuk sangka terhadap takdir.

*Bendinten niku boten pernah ketinggalan nek boten dzikir niku rasane wonten sing kirang boten menak rasane ( Sifat baik). (PJ.Spirit.1).*<sup>96</sup>

*Perjalanan sing mesti niku perjalanan kan niteh montor timbangane ga ewoh popo nggeh sitik okeh dzikiran. (PJ.Spirit.2).*<sup>97</sup>

*Nggeh wonten nesune wonten sedihe wonten kesele pikiran lan ati ( Sifat buruk). (PJ.Self.28).*<sup>98</sup>

*Biyen jarang malah meh gak tau blas mas soale yo mergawe kesel wes ga kelingan nopo nopo ( Sifat buruk ). (PS.Spirit.1).*<sup>99</sup>

*Sak jok ke melu rutinan dzikir iki dadi sering mas pas wektu mergawe ( Sifat baik ). (PS.Spirit.1).*<sup>100</sup>

---

<sup>96</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/1)

<sup>97</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/2)

<sup>98</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/28)

<sup>99</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/1)

<sup>100</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/1)

*Sak iki dirubah mas mulai ditotoneh meneh lah ngibadah ben ga patio adoh (PS.Spirit.6).*<sup>101</sup>

6. *Al nafs al muthmainah*

Nafsu yang mendorong manusia untuk memiliki keinginan berbuat baik hal tersebut sesuai dengan penuturan narasumber sebagai berikut.

*Ayem mas awamu kan yo wes ngrasakno dewe rasa ayeme ning ati sak uwese berdzikir (US.Spirit.5).*<sup>102</sup>

*Aku cilik teko umor sak mene ibadah iku tetep utama mas (US.Spirit.6).*<sup>103</sup>

Mencontohkan yang baik **menjaga sikap emosi lan tutur kata** (US.Early.20).<sup>104</sup>

Dalam penuturan US dapat disimpulkan bahwa sudah menjaga perbuatan baiknya melalui ibadah dan sikap kepada masyarakat hal serupa juga dituturkan oleh narasumber PJ.

*Kulino dzikir niku atine alus boten betah nesu ( PJ.Spirit.7).*<sup>105</sup>

---

<sup>101</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/6).

<sup>102</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/5

<sup>103</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/6

<sup>104</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/20

<sup>105</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/7

Kepala keluarga niku **diakehi sabare** karo ngalah soale  
nggeh niku nek jenengan sabar bojone nesu mesti iso lerem  
(PJ.Early.23).<sup>106</sup>

Dalam penuturan PJ dorongan kebaikan yang sudah dilakukan adalah menjaga ibadah, sikap sabar dalam menghadapi situasi yang tidak mengenakan serta sabar dalam menghadapi sikap istri.

Peran iki palingo **memimpin keluarga** membiayai sekolah anak kaleh blonjo saben dino (PS.Early.22).<sup>107</sup>

**Sikape sabar** mas setidak e nek sabar masalahe ga tambah gede (PS.Early.25).<sup>108</sup>

Hal serupa juga diungkapkan oleh PS dimana sikap sabar dan tanggung jawab yang dilakukan dalam sebagai kepala keluarga.

c. *Al Aql* ( Akal )

*Al aql* adalah anggota organ tubuh manusia yang berfungsi untuk berfikir, mengambil tindakan, dan pertimbangan. Akal dibedakan menjadi dua yaitu akal praktis ada pula akal teoritis.

Akal Praktis ini memiliki fungsi otomatis untuk mempertahankan hidup manusia seperti makan, minum, meneruskan

---

<sup>106</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/23

<sup>107</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/22

<sup>108</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/25

keturunan, dan bekerja. Seperti halnya penuturan dari narasumber perihal akal praktis sebagai berikut.

**Sudah mampu bekerja lah** (US.Early.18).<sup>109</sup>

**Masio merdamel** (PJ.Spirit.1 ).<sup>110</sup>

**Kegiatane nopo pas merdamel** (PJ.Spirit.2).<sup>111</sup>

**Soale yo mergawe** (PS.Spirit.1).<sup>112</sup>

**Pas mergawe mas** (PS.Spirit.2).<sup>113</sup>

Sesuai dengan pemaparan tiga narasumber tersebut semuanya mengutarakan perihal pekerjaan sebagai salah satu kebutuhan untuk mencukupi sarana untuk menyambung hidup.

1) Akal material potensi daya fikir manusia sejak lahir

Dulu ya **perlu dijelaskan** mas ( Terjemah Peneliti : potensi berfikir ). (US.Spirit.10).<sup>114</sup>

**Maknani kasar** ( Terjemah Peneliti : potensi berfikir ). ( PJ.Spirit.10 ).<sup>115</sup>

**Kudu dijelaske** ( Terjemah Peneliti : potensi berfikir ). (PS.Spirit.10).<sup>116</sup>

2) Akal yang sudah mulai dilatih berfikir

<sup>109</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/18

<sup>110</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/1

<sup>111</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/2

<sup>112</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/1

<sup>113</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/2

<sup>114</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/10

<sup>115</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/10

<sup>116</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/10

Maka *tak selami* mas ( Terjemah Peneliti : berlatih berfikir ). (US.Spirit.10).<sup>117</sup>

*Makna sing dalam nggeh dijelasne kaleh mas Salim* ( Terjemah Peneliti : berlatih berfikir ). (PJ.Spirit.11).<sup>118</sup>

*Artine maknane nopo ben iso paham tenan* ( Terjemah Peneliti : berlatih berfikir ). ( PS.Spirit.11 ).<sup>119</sup>

3) Akal yang sudah terlatih dan memiliki daya paham

Maka *tak selami mas dipelajari lama sui-sui mulai diduduhne oalah ini to yang dimaksud* (US.Spirit.10).<sup>120</sup>

*Sampun seringe niku teng jagongan santai bakdo rutinan dzikir niku dadine sue sue paham maknane zikir* ( Terjemah Peneliti : bertukar pengetahuan selesai rutinan ). (PJ.Spirit.12).<sup>121</sup>

*Uwes mas kan niku yo enek artiane ning bahasa indonesia sitik sitik ta woco karo di eling eling penjelasane* (PS.Spirit.12).<sup>122</sup>

<sup>117</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/10

<sup>118</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/11

<sup>119</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/11

<sup>120</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/10

<sup>121</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/12

<sup>122</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/12

Sesuai dengan pemaparan tersebut disimpulkan bahwa ketiga narasumber mengalami proses pemahaman mengenai arti dan makna dari bacaan dzikir tersebut dengan dijelaskan terlebih dahulu kemudian menganalisa arti dari penjelasan yang sudah diberikan. Hal tersebut mencontohkan bahwa terdapat akal teoritis yang para narasumber gunakan.

## C. Dzikir Jamaah Ratib Al Hadad

### 1. Pengertian Dzikir

Dalam artian dzikir memiliki arti mengingat Allah dengan cara menyebut secara lisan maupun mengingat sifat-sifat nya dalam kehidupan sehari sehari. Hal tersebut dijelaskan melalui penuturan narasumber sebagai berikut.

*Dzikir iku mas keadaan dimana ini hati dan pikiran kita terhubung kepada Allah dengan jalan penempuhan syariat menyebut kalimat-kalimat thoyibah atau mengingat Allah pada setiap nafas hidup itu dzikir (US.Spirit.13).<sup>123</sup>*

*Ngeling ngeling pengarep ngarep pengeran mas dadi ajeng nopo mawon jenengan eling pengeran niku sampun termasuk dzikir (PJ.Spirit.13).<sup>124</sup>*

<sup>123</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/13

<sup>124</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/13).

*Sak ngertiku to mas dzikir kui yo wiridan biasa pas bar sholat (PS.Spirit.13).*<sup>125</sup>

Pada temuan dari narasumber tersebut para narasumber mengungkapkan bahwa dzikir mengingat Allah melalui ucapan maupun perbuatan yang dilakukan dalam aktivitas keseharian.

## 2. Pembagian Dzikir

Dzikir dibagi menjadi dua macam yaitu dzikir dengan mengucapkan kalimat-kalimat Allah dengan lisan ( *Dzikir bil lisan* ) serta dzikir dengan mengingat Allah dalam setiap kegiatan sehari-hari ( *Dzikir bil qalb* ). Seperti halnya penuturan dari narasumber sebagai berikut.

### a. *Dzikir bil lisan*

**Menyebut nama Allah** ( Terjemah Peneliti : berzikir setelah sholat ). (US.Spirit.1).<sup>126</sup>

*Boten dzikir niku rasane wonten sing kirang boten menak rasane* ( Terjemah Peneliti : dzikir sehabis sholat ). ( PJ.Spirit.1).<sup>127</sup>

*Yo mas iku tak kulinakne sak iki yo perubahan mas biyen jarang sak iki dikulinakne ben mundak cedek ning pengeran* ( Terjemah Peneliti : dzikir sehabis sholat ). ( PS.Spirit.3).<sup>128</sup>

<sup>125</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/13).

<sup>126</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/1).

<sup>127</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/1)

<sup>128</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: ( PS.SPIRIT.3).



b. *Dzikir Bil Qalb*

*Ngeling ning ati lan pikiran bahwasanya kegiatan sing kita lakukan niki karena ama maaruf nahi munkar dan **dinggo golek ridane pengeran** (US.Spirit.2).<sup>129</sup>*

*Kegiatane nopo pas merdamel nggeh pas perjalanan sing mesti niku (PJ.Spirit.2).<sup>130</sup>*

*Pas mergawe mas paling (PS.Spirit.1).<sup>131</sup>*

*Pas wektu mergawe kadang eling (PS.Spirit.2).<sup>132</sup>*

Sesuai dengan penuturan tersebut dapat disimpulkan bahwa narasumber melakukan dzikir secara lisan sesudah melakukan ibadah sholat lima waktu. Sedangkan para narasumber dalam menjalankan aktivitas keseharian meskipun tidak mengucapkan dzikir secara lisan namun juga tetap mengingat Allah dalam pekerjaannya itu juga sudah termasuk dzikir

### 3. Manfaat Dzikir

Dan tentunya mengingat Allah memiliki manfaat salah satu manfaat dzikir yaitu hilangnya rasa was was dalam hati serta mendatangkan kebaikan dalam hidup, menurut penuturan narasumber sebagai berikut.

<sup>129</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/2).

<sup>130</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/2).

<sup>131</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/1).

<sup>132</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/2).

*Isine mung ayam mas awamu kan yo wes ngrasakno dewe rasa ayeme ning ati sak uwese berdzikir mas (US.Spirit.5).*<sup>133</sup>

*Rasane saget ayam ning manah mundak yakin mundak eling marang pengeran (PJ.Spirit.5).*<sup>134</sup>

*Sitik sitik mulai ketoto mas bojo mulai nerimo hal rejeki anak mulai manut (PS.Spirit.5).*<sup>135</sup>

Manfaat dzikir yang narasumber rasakan ialah timbulnya rasa ketenangan hati dalam menghadapi setiap situasi yang ada dan timbulnya keharmonisan keluarga.

#### **D. Early Adulthood**

##### **1. Pengertian Early Adulthood**

Masa dewasa awal merupakan masa dimasa manusia menginjak usia kematangan untuk mengambil peran dalam pernikahan, bekerja dan meneruskan keturunan.<sup>136</sup> Masa ini dimulai dari umur 18- 40 tahun sesuai dengan penuturan dari narasumber US, PJ, dan PS sebagai berikut.

**Umur 25 tahun** ( Terjemah Peneliti : Usia kematangan nikah ). (US.Early.16).<sup>137</sup>

<sup>133</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/5).

<sup>134</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/5).

<sup>135</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/5).

<sup>136</sup> Syamsunuwiyati Marat, , *Perkembangan Usia Dewasa*.

<sup>137</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/16).

Begitu **lulus** SMA *opo* ketika *awamu* sudah mampu bekerja lah ( Terjemah Peneliti : Usia kematangan kerja ). (US.Early.18).<sup>138</sup>

Sekitar **umur 18** *sampek selangkung* ( Terjemah Peneliti : Usia kematangan nikah ). (PJ.Early.16).<sup>139</sup>

SMP **wes podo mergawe** *nek sak niki kan boten paleng katah niku* lulus SMA *lagi podo mergawe* ( Terjemah Peneliti : Usia kematangan kerja ). (PJ.Early.18).<sup>140</sup>

Sekitar **umur 25** ( Terjemah Peneliti : Usia kematangan nikah ). (PS.Early.16).<sup>141</sup>

*Nek biyen* **umur las lasan wes kudu mergawe** ( Terjemah Peneliti : Usia kematangan kerja ). (PS.Early.18).<sup>142</sup>

Dalam pengungkapan narasumber tersebut diketahui bahwa rata usia kematangan masa dewasa untuk menikah dan bekerja pada usia delapan belas sampai dua puluh lima tahun.

## 2. Pembagian Usia *Early Adulthood*

Dalam pembagain usia tersebut terdapat tiga usia namun yang dipakai oleh peneliti untuk mengetahui masa dewasa awal narasumber adalah delapan belas sampai empat puluh tahun sebagai berikut penuturannya.

<sup>138</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/18).

<sup>139</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/16).

<sup>140</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/18).

<sup>141</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/16).

<sup>142</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/18).

Kita sebagai **kepala keluarga** ( Terjemah Peneliti : Usia narasumber 25 tahun ). (US.Early.25).<sup>143</sup>

*Utamane teng keluarga* ( Terjemah Peneliti : Usia narasumber 40 tahun ). (PJ.Self.38).<sup>144</sup>

**Memimpin keluarga** ( Terjemah Peneliti : Usia narasumber 40 tahun ). (PS.Early.25).<sup>145</sup>

Pada rentang waktu terdapat beberapa fase yang akan terjadi pada diri manusia. Fase tersebut adalah meningkat atau menurunnya kemampuan fisik, penyesuaian sosial, dan keluarga.

a. Kemampuan fisik

Penurunan fisik *ya jelas* mas tapi **penurunan yang dirasakan tidak begitu banyak** paling kerasa ya dipandangan yang sudah mulai *rodo* kabur (US.Early.19).<sup>146</sup>

*Loro palingo mung biasa mas adem panas goro goro kesel opo watok pilek ngoten niku* (PJ.Early.19).<sup>147</sup>

*Tambah umur mestine fisik soyo menurun* (PS.Early.19).<sup>148</sup>

<sup>143</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/25).

<sup>144</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/38).

<sup>145</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/25).

<sup>146</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/19).

<sup>147</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/19).

<sup>148</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/19).

Pada kemampuan fisik tersebut terbukti bahwa narasumber mengalami penerunan yang ringan berupa turunnya tenaga tubuh mudah lelahnya dalam bekerja serta berkurangnya daya pandang mata.

b. Kemampuan sosial

**Tentu mas yang baik kita terima kita pakai yang buruk biarlah berlalu diterima lapang dada.** ( Terjemah Peneliti : dapat menerima kritik dan saran ). (US.Self.42).<sup>149</sup>

***Awet rumiyen sampun saget mas nerimo omongan saking wong lio*** ( Terjemah Peneliti : dapat menerima kritik dan saran ). (PJ.Self.42).<sup>150</sup>

***Mulai belajar kanggo nerimo usulan orang sekitar toh iku juga iso ngetokne perilaku elek endi sing kudu awak dewe toto meneh.*** ( Terjemah Peneliti : dapat menerima kritik dan saran ). (PS.Self.42).<sup>151</sup>

Kemampuan sosial yang dimiliki oleh US, PJ, dan PS ialah keterbukaan diri dalam menerima kritik dan saran dari lingkungan sekitar agar dapat diterima pada lingkungan maka harus memiliki keterbukaan diri dalam hal menerima kritik dan saran.

---

<sup>149</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/42).

<sup>150</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/42).

<sup>151</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/42).

c. Memilih pasangan hidup

Hal iku variatif mas *nanging* saya pribadi **dulu nikah itu umur dua puluh lima tahun** (US.Early.16).<sup>152</sup>

Jaman ku rumiyen **simah niku sekitar umur delapan belas** (PJ.Early.16).<sup>153</sup>

Biyen aku kae **sekitar dua puluh lima tahun mas waktu nikah** niku (PS.Early.16).<sup>154</sup>

Pada penuturan narasumber diketahui bahwa umur pernikahan para narasumber berkisar sekitar umur dua lima tahun dan delapan belas tahun.

### 3. Ciri - Ciri *Early Adulthood*

Telah masuknya manusia pada rentang usia dewasa awal tersebut dapat dilihat melalui berbagai ciri ciri yang ada, ciri ciri itu ialah sebagai berikut.

a. Usia reproduktif ( *Reproduktif Age* )

**Nomer tiga anak** ( Memiliki keturunan dan mendidiknya ).  
(US.Early.17).<sup>155</sup>

*Ngarahne anak didik anak ben supoyo bener tumindak e boten salah* (PJ.Early.17).<sup>156</sup>

<sup>152</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/16).

<sup>153</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/16).

<sup>154</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/16).

<sup>155</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/17).

<sup>156</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/17).

Memimpin keluarga **membayai sekolah anak kaleh blonjo saben dino liane iku yo didik anak karo bojo mas.** (PS.Early.22).<sup>157</sup>

Pada masa ini dapat disimpulkan bahwa narasumber berada pada masa usia produktif yaitu memiliki anak dalam pernikahan yang bertujuan untuk meneruskan keturunan serta melengkapi oerannya menjadi orang tua.

b. Usia pemantapan ( *Consolidation Age* )

Nggeh sama seperti penjelasan tadi ***sedoyo waktu lan tumindak niki wiwit isuk tekan mapan turu neh*** harus tetap mengingat Allah ( Terjemah Peneliti : melakukan kegiatan pekerjaan ). (US.Spirit.2).<sup>158</sup>

***Pas merdamel nggeh pas perjalanan sing mesti niku perjalanan kan niteh montor timbangane ga ewoh popo*** ( Terjemah Peneliti : melakukan kegiatan pekerjaan ). (PJ.Spirit.2).<sup>159</sup>

***Pas mergawe mas paling okeh laine kui jarang serek pas wektu mergawe iku soale iku mandate*** ( Terjemah Peneliti : melakukan kegiatan pekerjaan ). (PS.Spirit.2).<sup>160</sup>

<sup>157</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/22).

<sup>158</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SPIRIT/2).

<sup>159</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SPIRIT/2).

<sup>160</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SPIRIT/2).



Usia pemantapan adalah usia dimana pria mulai bertanggung jawab pada dirinya sendiri dan keluarga serta menekuni suatu bidang pekerjaan yang akan dipilih sebagai karirnya.

c. Usia banyak masalah ( *Problem Age* )

**Kesabaran memimpin dalam terang maupun redup ning masalah *opo ae* ekonomi amarah ego kesetiaan mas. (US.Early.24).<sup>161</sup>**

***Rumiyen ekonomi sak niki nggeh ditambah ngarahne anak didik anak ben supoyo bener tumindak e boten salah jalan katah ting anak e mas timbang ning bojo nek umur sak menten niki. (PJ.Early.24).<sup>162</sup>***

***Tantangane songko ekonomi nek kadang anak wayah bayar sekolah ngepasi pendapat lagi sitik mergo dinggo keperluan liane durung nesune bojo kadang bojo yo enek nesune mas tapi yo belajar sabar ae mas ngko lak bar dewe. (PS.Early.24).<sup>163</sup>***

Dalam penuturan dari narasumber ditemukan bahwa US, PJ, dan PS mengalami *Problem Age* dalam kasus yang beragam dimulai dari ekonomi menghadapi sikap istri serta mendidik anak.

<sup>161</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/24).

<sup>162</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/24).

<sup>163</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: ( PS.Early.24).

d. Usia tegang dalam hal emosi ( *Emotional tension* )

**Sebagai kepala keluarga harus sabar lan kuat margo napo mas istri itu tergantung ketenangan suami (US.Early.25).**<sup>164</sup>

**Kuncine niku sabar kaleh ngalah pokok e nek garwone mureng dadi wong lanang kudu sabar gelem ngalah ne (PJ.Early.25).**<sup>165</sup>

**Sikape sabar mas setidak e nek sabar masalahe ga tambah gede masio durung temu solusine paling ora ogak merembet ning lian liane ngoten mas. (PS.Early.25).**<sup>166</sup>

Dalam ketegangan perihal emosional ketiga narasumber US, PJ, dan PS terpaut dalam ketegangan emosional dalam menghadapi naik dan turunnya emosional istri dalam kehidup sehari hari.

e. Masa keterasingan sosial ( *Social Tension* )

**Mengayomi menyayangi melindungi dan tanggung jawab hal iku penting mas soale wes dadi fitrah dari laki-laki ( Terjemah Peneliti : memfokuskan dalam menjalankan peran kepala keluarga ). (US.Early.22).**<sup>167</sup>

**Bojo iku tugase ngayomi ngopeni nuturi nglurusne kaleh sabar ngadepi nek wayah lagek nesu nek ning anak didik**

<sup>164</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/25).

<sup>165</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/25).

<sup>166</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/25).

<sup>167</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/22).

*nragati ngajari benerke nek kelakuane salah* ( Terjemah Peneliti : memfokuskan dalam menjalankan peran kepala keluarga ). (PJ.Early.22).<sup>168</sup>

**Memimpin keluarga membiayai sekolah anak** *kaleh blonjo saben dino liane iku yo didik anak karo bojo* ( Terjemah Peneliti : memfokuskan dalam menjalankan peran kepala keluarga ). (PS.Early.22).<sup>169</sup>

Pada masa keterasingan sosial ini nrasumber US, PJ, dan PS lebih memilih untuk memfokuskan dirinya terlebih dahulu untuk menjalankan peran serta tanggung jawab sebagai kepala keluarga maka dari itu terjadi kesenjangan di lingkungan sosial secara tidak langsung.

f. Masa perubahan nilai ( *Change Value* )

Untuk **perilaku seseorang itu harus mempunyai sikap tanggung jawab** karena hal itu juga merupakan bentuk pengamalan ibadah. (US.Self.41).<sup>170</sup>

**Kudu tanggung jawab ne boten ngono pripun lah dipercoyo tonggo tonggo saking pewelingi kito piambak.** (PJ.Self.41).<sup>171</sup>

<sup>168</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/22).

<sup>169</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/22).

<sup>170</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/41).

<sup>171</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/41).

**Tanggung jawab mas ning perkataan kaleh prilaku kudu iku nek ga ngono dipandang elek karo lingkungan (PS.Self.41).**<sup>172</sup>

Dari ketiga narasumber mengemukakan bahwa bertanggung jawab dalam perkataan dan perbuatan juga termasuk salah satu kemampuan sosial, hal itu dilakukan agar mendapat kepercayaan dari lingkungan sekitar tempat tinggal.

#### 4. Tugas Perkembangan *Early Adulthood*

Pada masa dewasa memiliki berbagai tugas perkembangan tugas perkembangan tersebut meliputi memiliki pekerjaan untuk bisa bertahan hidup dan mencukupi kebutuhan, memiliki pasangan hidup serta menjalankan peran untuk membina, mengembangkan melanjutkan keturunan, dan memikul tanggung jawab sosial dimana dilakukan untuk dapat memenuhi kehidupan bermasyarakat.

##### a. Memiliki pekerjaan

Begitu lulus SMA *opo* ketika *awamu* sudah **mampu bekerja lah** karena apa selain tanggung jawab laki-laki itu juga termasuk *wibawane* (US.Early.18).<sup>173</sup>

Narasumber US mengungkapkan bahwa bila memungkinkan setelah lulus pendidi menengah ke atas harus mempunyai pekerjaan menurut penuturan dari US bahwasanya selain tanggung jawab

<sup>172</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/41).

<sup>173</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/18).

pekerjaan juga merupakan harga diri seorang laki laki dewasa. Berbeda dari penuturan yang diutarakan oleh PJ bahwa bekerja pada zaman PJ dimulai dari setelah lulus sd, berikut penuturannya.

*Manut jaman ku biyen paling yo sekitar SD lulus wes di kon mergawe karo wong tuwone mbuh ning sawah dagang opo ngleboni pegawe pemerintahan* (PJ.Early.18).<sup>174</sup>

*Jaman biyen lulus SD iku wes mergawe mas palingo nek biyen umur las lasan wes kudu mergawe nek sak iki kan minimal lulus SMA* (PS.Early.18).<sup>175</sup>

Dapat ditarik kesimpulan bahwa narasumber US itu berbeda pandangan serta berbeda zaman dimana PJ dan PS memiliki pekerjaan pada sesudah tamat dari sekolah dasar namun narasumber US mengatakan bahwa usia normal mendapat pekerjaan adalah setelah tamat sekolah menengah atas.

b. Penyesuaian keluarga

**Ekonomi mas pertama kedua menghadapi istri ketika gak stabil nomer tiga anak berikute ya menjaga kerukunan antar keluarga besar** (US.Early.17).<sup>176</sup>

<sup>174</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/18).

<sup>175</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/18).

<sup>176</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/17).

**Nomer siji ekonomi saget nyukupi boten kebutuhan keluarga nomer kaleh nggeh niku saget nopo botene mengelola keluarga pas wonten masalah.** (PJ.Early.17).<sup>177</sup>

**Memimpin keluarga membiayai sekolah anak kaleh blonjo saben dino liane iku yo didik anak** (PS.Early.17).<sup>178</sup>

Pada penyesuaian keluarga dapat dilihat bahwa para narasumber berada pada fase penyesuaian tanggung jawab terhadap keluarga untuk mencukupi kebutuhan ekonomi serta memimpin, mendidik anak dan istri dalam keluarga.

c. Memiliki tanggung jawab sosial

Jadi tokoh masyarakat harus bisa **mencontohkan yang baik menjaga sikap emosi lan tutur kata** (US.Early.20).<sup>179</sup>

**Jogo keamanan desa srawung ning tonggo nggeh namung niku masyarakat mriki menak mas boten kakean omongan nek karo tonggo** (PJ.Early.20).<sup>180</sup>

**Jogo keamanan lingkungan mas kaleh srawung ning tonggo tonggo sekitar** (PS.Early.20).<sup>181</sup>

Dalam tanggung jawab sosial para narasumber memiliki hak dan kewajiban untuk mentaati dan menjaga keamanan lingkungan serta

<sup>177</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/17).

<sup>178</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/17).

<sup>179</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/EARLY/20).

<sup>180</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/Early/20).

<sup>181</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/EARLY/20).

untuk menjaga hubungan sosial bertetangga para narasumber juga perlu mentaati norma sopan santun yang berlaku.

## E. *Self Acceptance*

### 1. *Pengertian Self Acceptance*

Self Acceptance ialah suatu kemampuan manusia untuk menerima pengalaman baik dan buruk dalam hidupnya serta mengambil nilai dan pelajaran untuk menjadi lebih baik dalam menjalani hidup.<sup>182</sup> Pernyataan tersebut sesuai dengan penuturan narasumber sebagai berikut.

*Nerimo sing dimaksud yaiku awamu pribadimu ga **menyesali** semua bentuk fisik keadaan susah seneng (US.Self.27).*<sup>183</sup>

*Nerimo kui iso **ikhlas nglakoni piye keadaane susah seneng awake dewe** (PJ.Self.27).*<sup>184</sup>

*Nerimo niku artine kondisi awak dewe ben **ati lan pikiran iki iso tatak pas ngadepi masalah** lan pengalaman rumiyen sing boten enak (PS.Self.27).*<sup>185</sup>

Dalam penuturan dari tiga narasumber tersebut terdapat kesamaan pendapat mengenai arti penerimaan diri yang diungkapkan

---

<sup>182</sup> Fatihul Mufidatu Z, Yulia Sholichatundari, ““Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri.”

<sup>183</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/27).

<sup>184</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/27).

<sup>185</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/27).



oleh US, PJ, dan PS dalam hal ini terdapat makna sama yaitu menerima diri adalah merelakan atau berdamai dengan masa lalu yang kelam kemudian menjadikan pengalaman tersebut sebagai pelajaran akan masa yang datang.

## 2. Tahap tahap *Self Acceptance*

Dalam mencapai rasa penerimaan diri tentunya harus melewati proses yang dilalui dalam proses tersebut terdapat lima tahapan tahapan tersebut ialah sebagai berikut.

### a. Penyangkalan (*Denial*)

Ngelamar ditolak dua kali karena keadaan ekonomi pada **saat itu sempet muncul pikiran opo gara gara faktor ekonomi** ditolak *lamarane* ( Terjemah Peneliti : menyangkal keadaan perihal ekonomi ). (US.Self.29).<sup>186</sup>

*Enek* pikiran mas **ko iso ngeneki padahal ibadah yo taat ngamal yo apik tapi ko ngene men** ( Terjemah Peneliti : menyangkal keadaan perihal takdir rejeki ). (PJ.Self.29).<sup>187</sup>

**Umur semene iki durung iso moco quran kudune umur sak mene iki wes wayahe noto ibadah** ( Terjemah Peneliti : menyangkal kemampuan belum bisa mengaji ). (PS.Self.29).<sup>188</sup>

---

<sup>186</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/29).

<sup>187</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/29).

<sup>188</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/29).

Penyangkalan yang dimaksud adalah para narasumber US, PJ, dan PS tidak mengakui keadaan yang sedang terjadi sehingga mereka merasa tidak terima dengan keadaan yang sedang dialaminya.

b. Marah (*Anger*)

**Rasa kemarahan itu terjadi dulu** mas ketika baru membentuk rutinan jamaah dzikir ini, *akeh mas sing ngelek-ngelek pertamane saya juga marah* namun silih bergantinya waktu akhire paham (US.Self.31).<sup>189</sup>

Mestine *krungu kabar boten enak tetep enten roso nesu kaleh sedih niku wajar mawon. Rumiye nger tos anakku sing nomer telu tibo goro goro numpak montor* (PJ.Self.31).<sup>190</sup>

**Garek situasine kadang ki enek roso pegel** kadang enek roso sedih mestine nek nesu biyen pernah ngalami mas sak iki rodo ditoto sabare (PS.Self.31).<sup>191</sup>

Lonjakan emosional yang dialami narasumber terjadi dalam situasi yang kurang mengenakan hal tersebut disebabkan oleh respon emosional saat mendapat kabar yang dirasa kurang menguntungkan bagi pribadi narasumber, sehingga perasaan marah muncul.

c. Tawar menawar (*Bargaining*)

<sup>189</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/31).

<sup>190</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/31).

<sup>191</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/31).

**Andai kala itu tak terke ning pasar belonjo mungkin ga terjadi hal iku (US.Self.30).<sup>192</sup>**

**Besanu ngadepi dunia kerja sing butuh ijasah jane radi getun (PJ.Self.30).<sup>193</sup>**

**Jatokne biyen aku gak patio nakal karo alesan ae dikon ngaji paling wes iso moco quran lancar (PS.Self.30).<sup>194</sup>**

Tawar menawar merupakan kondisi dimana ketiga narasumber berusaha memperbaiki keadaan sesuai angan angannya namun keadaan tersebut sudah telanjur terjadi sehingga terjadilah tawar menawar yang diartikan berandai andai sebelu kejadian itu terjadi maka narasumber akan berusaha untuk mencegahnya.

d. Depresi ( *Depression* )

**Sempet ada pikiran untuk menyudahi rutinan ini (US.Self.32).<sup>195</sup>**

**kesel mas ning pikiran (PJ.Self.32).<sup>196</sup>**

**Arep belajar ki rodo isin ( Terjemah Peneliti : rasa malu terlanjur sudah lanjut usia ). (PS.Self.32).<sup>197</sup>**

<sup>192</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/30).

<sup>193</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/30).

<sup>194</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/30).

<sup>195</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/32).

<sup>196</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/32).

<sup>197</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/32).

Depresi merupakan keadaan dimana para narasumber mengalami perasaan pasrah dan menyerah dalam menghadapi keadaan yang dialaminya, al tersebut dapat menyebabkan jatuh dalam kesedihan yang berlarut larut.

**e. Penerimaan diri ( *Self acceptance* )**

*Nerimo iku mesti nemoni mas tapi proses sing pok lalui itu bervariasi ada sing cepet ada sing agak lama (US.Self.33).<sup>198</sup>*

*Manungso nuku nggeh butuh wektu dinggo menerima ketidakenak an dalam hidup semua ki wonten masane (PJ.Self.33).<sup>199</sup>*

Alami pertama enek nesune terus reda besanu tak fikir di olah neh apik buruk e sue sue iso nerimo (PS.Self.32).<sup>200</sup>

Para narasumber US, PJ, dan PS mengungkapkan bahwa dalam mencapai penerimaan diri dibutuhkan proses terlebih dahulu, proses tersebut terdiri dari lima tahap yaitu penyangkalan, marah, tawar menawar, depresi, dan penerimaan diri pada akhirnya.

**3. Faktor pendukung *self acceptance***

Dalam lima proses tersebut tentunya juga ada faktor pendukung untuk mempercepat terjadinya penerimaan diri antara Terbuka dalam

<sup>198</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/33).

<sup>199</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/33).

<sup>200</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/32).

mengungkapkan pikiran dan perasaan, Memiliki kesehatan mental, dan dapat menerima kritik dan saran dari orang lain. Seperti sebagai berikut

- a. Terbuka dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan

Bisa jadi namun *sambat sing paling penak iku ning pengeran mas ya manusiawi lah bercerita ning wong sekitar kita* (US.Self.34).<sup>201</sup>

Nggeh leres *jagongan niku termasuk e saget di ngge meringankan beban* soal pikiran (PJ.Self.34).<sup>202</sup>

*Lagek kemrungsung cerito ning dulur dulur utowo rutinan terus takon apike piye masalah ngneki cara ne nyelesekn ampheh podo - podo saene* (PS.Self.34).<sup>203</sup>

Penuturan yang diungkapkan oleh US mengakui bahwa bercerita kepada orang lain dapat mempercepat proses penerimaan diri namun US lebih condong dengan penuturan yang dilakukan melalui praktek ibadah. Berbeda dengan penuturan dari kedua narasumber yaitu PJ dan PS yang cenderung bercerita dengan kawan sejawat maupun kerabat dekat hal tersebut sesuai dengan penuturan. Terdapat perbedaan yang mencolok dalam penuturan ketiga narasumber tersebut dalam keterbukaan mengungkapkan pikiran dan perasaan.

<sup>201</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/34).

<sup>202</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/34).

<sup>203</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/34).

b. Memiliki kesehatan Psikologis

*Iyo to mas lanek pikirane ga sehat piye lah arep nerimo*  
(US.Self.35).<sup>204</sup>

*Mestine nggeh ngoten lanek pikirane boten sehat pripun*  
*lah ajeng mengolah keadaan* (PJ.Self.35).<sup>205</sup>

Kesehatan pikiran *kui normal to mas mestine yo kudu*  
*normal pikirane supoyo iso ngolah bener salahe karo cara*  
terbaik *ben dang entok solusi* (PS.Self.35).<sup>206</sup>

Ungkapan yang dituturkan oleh ketiga narasumber tersebut memiliki maksud yang sama yaitu manusia harus memiliki kesehatan psikologis terlebih dahulu supaya dapat menemukan penerimaan diri terhadap keadaan yang terjadi.

c. Penerimaan terhadap Orngng Lain

Betul mas *ngrungokne saran wong lio itu penting amargo*  
ibarat kaca sing menunjukan kusut opo ndak baju yag kita  
pakai ( Terjemah Peneliti : dapat menerima pendapat orang  
lain ). (US.Self.36).<sup>207</sup>

---

<sup>204</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/35).

<sup>205</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/35).

<sup>206</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/35).

<sup>207</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/36).

***Justru wonten kritik saran niku sing membangun kita saget tambah sae*** ( Terjemah Peneliti : dapat menerima pendapat orang lain ). (PJ.Self.36).<sup>208</sup>

***Niku ambil sing baik mawon nek kirane kritike elek yo gak popo*** ( Terjemah Peneliti : dapat menerima pendapat orang lain ). (PS.Self.36).<sup>209</sup>

Ungkapan dari ketiga narasumber menunjukkan kesamaan pendapat akan menerima kritik dan saran dari orang lain, bahwa kritik dan saran tersebut bila ditanggapi dengan positif dapat menunjukkan kekurangan serta digunakan untuk memperbaiki perilaku diri sendiri.

#### 4. Ciri - Ciri *Self Acceptance*

Sesudah melewati proses tersebut tentunya para narasumber dapat mengungkapkan bagaimana ciri orang yang telah mendapat rasa penerimaan diri ciri yang pertama yaitu

- a. Memiliki keyakinan untuk menghadapi kehidupan

***Ngarep petulunge pengeran lak ketoto awamu dewe keluargamu jamaah wes akeh sing bilang mas sak uwise melu rutinan Ratib ini keluargane mulai ayem anak e mulai ketoto.*** (US.Self.37).<sup>210</sup>

<sup>208</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/36).

<sup>209</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/36).

<sup>210</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/37).



*Pastine ngoten kulo niki tiang pondok dangu teng pondok dadi kulo nggeh ngertos manfaat nopo mawon teng dzikir niku keluargane anak e urip ebakale ditoto kaleh pengeran. (PJ.Self.37).<sup>211</sup>*

*Nggeh kulo ngrasakne dewe mas **manfaate melu rutinan dzikir niku katah mas niku manfaate kerjo maleh semangat pikirane tenang** gak kemrungsung (PS.Self.37)<sup>212</sup>*

Para narasumber US, PJ, dan PS mengungkapkan adanya keyakinan dengan mempercayai bahwa akan di beri yang terbaik oleh Allah mengenai keluarga rejeki akan selalu lancar. Dalam penuturan para narasumber ketiganya memberikan pendapat positif dalam artian mengiyakan bahwa ratib dapat menambah keyakinan akan diri sendiri untuk menghadapi kehidupan.

b. Menganggap diri pribadi berharga

*Nek merasa ndak mas nanti jatuh nya sombong **nanging masyarakat sekitar sing merasakan dampak positif** ( Terjemah Peneliti : masyarakat meraskan dampak positif dari keberadaan US ). (US.Self.38).<sup>213</sup>*

Dalam penuturan US dikatakan bahwa masyarakat sekitar mulai merasakan dampak positif dengan kehadiran beliau dalam peran sosial

<sup>211</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/37).

<sup>212</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/37)

<sup>213</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/38).

masyarakat yang dijalankan, penuturan lain yang hampir sama juga diutarakan oleh PS dan PS sebagai berikut.

Dibutuhkan **lebih utamane teng keluarga**  
(PJ.Self.38).<sup>214</sup>

**Pokok e biasa ae srawung ning tonggo sumeh awehan**  
**nek repot diewangi nggeh ngoten niku** (PS.Self.38).<sup>215</sup>

Penuturan yang diungkapkan dua narasumber tersebut dapat ditarik arti bahwa kehadirannya dibutuhkan masyarakat namun lebih mendalam didalam keluarga.

c. Memiliki rasa percaya diri

**Harus to mas percaya diri itu harus dengan hal itu**  
**awamu akan dipandang layak** (US.Self.41).<sup>216</sup>

**Yakin amargi gadah keyakinan lan ilmu sing saget di**  
**ngge nek wonten wayahe ditangkleti** (PJ.Self.40).<sup>217</sup>

Menurut penuturan dari US beliau mengungkapkan bahwa sikap layak untuk dipandang dalam masyarakat itu meliputi percaya diri. Penuturan dari US tersebut sesuai dengan penuturan oleh PJ mengenai percaya diri. Ditambahi oleh PJ bahwa dipandang oleh masyarakat juga harus mempunyai keilmuan supaya dapat memberikan solusi untuk

<sup>214</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/38).

<sup>215</sup> (Lihat transkrip wawancara nomor:PS.SELF.38).

<sup>216</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/41).

<sup>217</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/40).

masalah yang ditanyakan. Penuturan serupa juga diutarakan oleh narasumber PS sebagai berikut.

**Percaya diri enten mas ning tonggo tonggo biasa nek ning keluarga enek koyok mundak ngerti ilmu ilmu agomo dadi misal ditangkleti dijak pertimbangan saget (PS.Self.40).<sup>218</sup>**

d. Bertanggung jawab pada perbuatan.

Perilaku seseorang itu **harus mempunyai sikap tanggung jawab** karena hal itu juga merupakan bentuk pengamalan ibadah (US.Self.41).<sup>219</sup>

**Kudu tanggung jawab ne boten ngono pripun lah dipercoyo tonggo** tonggo saking pewelingi kito piambak (PJ.Self.41).<sup>220</sup>

**Tanggung jawab mas ning perkataan kaleh prilaku kudu iku nek ga ngono dipandang elek** (PS.Self.41).<sup>221</sup>

Mampu bertanggung jawab dalam setiap perkataan dan perbuatan sehingga masyarakat dapat menaruh kepercayaan. Penuturan dari US tersebut sesuai dengan penuturan oleh PJ mengenai tanggung jawab, PS juga mengutarakan hal yang sama bahwa dengan bertanggung jawab pada perbuatan adalah bukti terjadinya penerimaan

<sup>218</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/40).

<sup>219</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/41).

<sup>220</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/41).

<sup>221</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/41).

diri serta memberikan dampak positif lain yaitu dipercaya oleh masyarakat sekitar.

- e. Menerima dengan lapang dada kritik dan saran.

**Yang baik kita terima kita pakai yang buruk biarlah berlalu diterima lapang dada (US.Self.42).<sup>222</sup>**

*Saget mas nerimo omongan saking wong lio (PJ.Self.42).<sup>223</sup>*

**Belajar kanggo nerimo usulan orang sekitar toh iku juga iso ngetokne perilaku elek endi sing kudu awak dewe toto meneh (PS.Self.42).<sup>224</sup>**

Ketiga narasumber US, PJ, dan PS menyadari bahwa menerima kritik dan saran dari orang lain dapat membangun pribadi diri menjadi lebih baik lagi hal itu menandakan bahwa ketiga narasumber memiliki penerimaan diri yang baik dari pendapat yang diutarakan dari orang lain.

- f. Tidak menyalahkan diri sendiri atas keterbatasannya

**Mengatasi rasa penyesalan ya dengan iman mas yakinlah bahwa hikmah dari setiap peristiwa niku ada mung pribadi dari masing masing sing durung iso nangkep pesan - pesan pengeran songko hal yang terjadi.**

<sup>222</sup>Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/42).

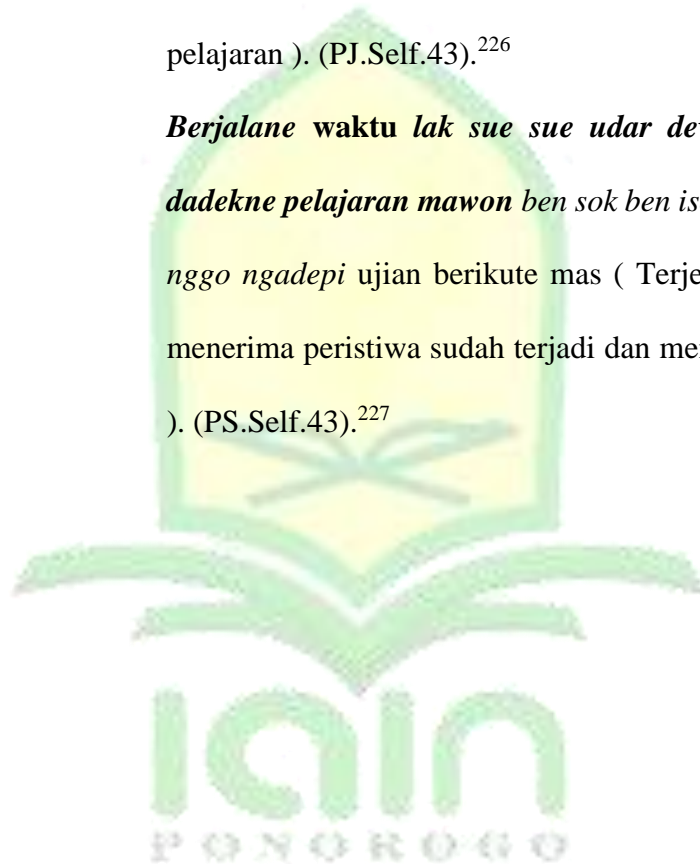
<sup>223</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/42).

<sup>224</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/42).

( Terjemah Peneliti : menerima peristiwa sudah terjadi dan menjadi pelajaran ). (US.Self.43).<sup>225</sup>

**Alhamdulillah mulai berangsur - angsur saget lan tambah yakin mantep teng pengeran.** ( Terjemah Peneliti : menerima peristiwa sudah terjadi dan menjadi pelajaran ). (PJ.Self.43).<sup>226</sup>

**Berjalane waktu lak sue sue udar dewe penting di dadekne pelajaran mawon ben sok ben iso dadi bekal di nggo ngadepi ujian berikute mas** ( Terjemah Peneliti : menerima peristiwa sudah terjadi dan menjadi pelajaran ). (PS.Self.43).<sup>227</sup>



---

<sup>225</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: US/SELF/43).

<sup>226</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PJ/SELF/43).

<sup>227</sup> Lihat transkrip wawancara nomor: PS/SELF/43).

## BAB IV

### PEMBAHASAN *SPIRITUALITAS* DAN *SELF ACCEPTANCE* JAMAAH

#### DZIKIR RATIB AL HADAD *EARLY ADULT HOOD*

Berdasarkan data wawancara dan observasi ditemukan bahwa terdapat peningkatan *Spiritualitas* yang dialami oleh narasumber sesudah mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad, peningkatan *Spiritualitas* tersebut juga mempengaruhi rasa penerimaan diri serta menimbulkan efek positif yang dirasakan oleh diri narasumber dan keluarga.

##### A. *Spiritualitas*

Pemaknaan *Spiritualitas* tentunya merupakan aspek yang utama bagi orang beragama, dengan memiliki keyakinan tersebut maka manusia akan merasakan keterhubungan dengan Allah serta memiliki keyakinan dan semangat dalam menjalankan kehidupan sehari-hari disisi lain dari hal itu juga terdapat pengaruh positif yang bisa dirasakan oleh individu maupun orang disekitarnya.<sup>228</sup> Usaha yang ditempuh untuk mendapatkan keterhubungan dengan Allah ialah dengan cara melakukan ibadah yang sudah diajarkan dalam tata cara beribadah menurut agama Islam seperti sholat dan dzikir.

Hal tersebut sama dengan penuturan dari para narasumber yang mengungkapkan akan kedekatan mereka dengan Allah dan banyak dampak positif yang mereka rasakan dimulai dari ketenangan

---

<sup>228</sup> Badawi tabanah, *Sharah Ihya' 'Ulum al-Din*.

hati dan pikiran serta ketentraman dalam lingkup keluarga. Dalam menjalani peran sebagai kepala keluarga yang menghadapi berbagai tantangan mulai ekonomi, peran sebagai kepala keluarga, dan peran dalam menjaga kestabilan emosional.

Seperti halnya yang diungkapkan oleh narasumber US dimana beliau merasakan adanya kedekatan dengan Allah pada saat melakukan praktek ibadah yaitu dzikir yang dilakukan sesudah sholat maupun saat dalam kegiatan sehari-hari, dampak positif yang dirasakan oleh US ialah keyakinan yang meningkat dan ketenangan untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik dan lancar, hal tersebut juga berdampak dengan keadaan dalam kehidupan berkeluarga US yang merasakan ketenangan dalam menghadapi setiap permasalahan yang datang. Dampak positif lainnya ialah karena merasakan kedekatan dengan Allah maka US lebih menjaga sikap tutur kata dan perilaku hal tersebut mencerminkan sikap sabar serta kontrol diri yang baik hal tersebut dapat terjadi karena US merasa bahwa setiap tutur kata dan perilakunya sedang diawasi oleh Allah.

Hal serupa juga dituturkan oleh PS bahwasanya dengan melaksanakan praktek ibadah khususnya dzikir beliau mulai merasakan perasaan kedekatan dengan Allah yang akhirnya berdampak positif dalam kehidupan sehari-hari, bertambahnya semangat dalam bekerja dan ketenangan yang dirasakan dalam hati. Pj juga menuturkan hasil yang sama bahwa dengan memiliki



kedekatan dengan Allah dapat menimbulkan perasaan tenang serta bersemangat dalam bekerja. Penuturan dari PJ juga sama dengan US bahwa dengan adanya jedejatan tersebut kondisi keluarga bertambah menjadi lebih tentram dari sebelumnya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti dapat dikatakan bahwa ketiga narasumber dapat merasakan kedekatan dengan Allah sesudah mereka melaksanakan praktek ibadah dzikir, kedekatan tersebut membawa dampak positif pada ketiganya yaitu mendapat ketenangan, semangat dalam bekerja, dan kententraman dalam keluarga. Spiritualitas tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.<sup>229</sup>

#### 1. *Al Qalb* ( Hati Nurani )

Hati nurani merupakan indra yang ada dalam diri manusia yang berfungsi merasakan kedekatan dengan Allah, didalam hati terdapat beberapa perincian sebagai berikut.

Kemurnian hati ialah perasaan dasar manusia yang selalu ingin menuju kebaikan, seperti yang di rasakan oleh ketiga narasumber. Dalam pengalaman yang dialami oleh US beliau selalu melaksanakan ibadah sholat dengan tepat waktu setelah itu disambung dengan dzikir bila US tidak melakukan rangkaian tersebut maka akan ada rasa kurang yang dirasakan didalam hatinya hal itu menunjukkan bahwa hati nuraninya mendorong US untuk selalu menuju perilaku kebaikan. Hal

---

<sup>229</sup> Al-Ghozali, *Mukhtazhar Ihya Ulumuddin*.

yang serupa juga dirasakan dan dilakukan oleh PJ dan PS dimana dengan rutinnya mereka melakukan rangkaian ibadah tersebut akan timbul perasaan gelisah bila meninggalkan maupun belum melaksanakannya tepat waktu.

Perasaan hati merupakan bagian dari manusia yang dapat merasakan keadaan emosional seperti hal dialami oleh US yang pernah merasakan perasaan marah ketika ada penduduk yang melontarkan cacian terhadap jamaah dzikir yang diampunya, di lain hal terdapat contoh sebagai kepala keluarga menjalankan peran yaitu sayang kepada keluarga dengan menjalankan perannya yaitu mengayomi dan menghidupi anak dan istri. Sedangkan yang terjadi pada PJ adalah merasakan perasaan sedih ketika mengetahui keadaan anaknya setelah mengalami kecelakaan, begitu pula juga dialami PS yang merasakan perasaan sedih dikarenakan belum bisanya membaca al quran. Menunjukkan bahwa manusia memiliki indra perasa untuk merasakan keadaan emosional berdasarkan keadaan yang sedang dialaminya.

Keinginan hati ini memiliki sifat untuk memiliki segala hal yang bersifat dunia contoh yang sedang terjadi pada PS yang bekerja sampai lupa waktu ibadah dimana hal itu menunjukkan keinginan akan kebutuhan ekonomi yang amat begitu besar, perilaku tersebut juga pernah dilakukan oleh US dan PJ dimana demi menyelesaikan pekerjaan terlebih dahulu menunda waktu ibadah hingga akhir waktu baru ditunaikan.

Perilaku hati dicerminkan melalui sikap dan perilaku dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar contohnya dari ketiga narasumber US, PJ, dan PS sama-sama mempertanggung jawabkan perkataan dan perbuatan mereka dikarenakan untuk menjaga kepercayaan warga sekitar.

## 2. *Al Nafs* ( Nafsu )

Nafsu ini merupakan dorongan dari dalam diri manusia untuk melakukan suatu perbuatan didalam nya terdapat bagian-bagiannya. Nafsu yang mendorong manusia pada perilaku keburukan, pada kasus narasumber US dimana beliau ini masih memiliki rasa amarah, kurang yakinnya terhadap takdir hal ini juga serupa dengan yang dialami PJ ketika melihat tetangganya yang lebih dalam hal ekonomi, sehingga Pj mulai khawatir dengan ekonominya hal tersebut merupakan contoh sikap kurangnya keyakinan terhadap takdir. Sedangkan PS sering meninggalkan ibadahnya dikarenakan pekerjaannya yang belum usia.

Nafsu yang mendorong dalam kebaikan dan keburukan, pada ranah ini terdapat dua perilaku yang dilakukan secara bersamaan yaitu baik dan buruk, narasumber US sering melakukan ibadah dengan tertib namun dia juga masih memiliki rasa kurang yakin terhadap takdirnya selain tersebut US juga masih memiliki rasa marah ketika ada tetangga yang melontarkan cacian, hal serupa mengkhawatirkan mengenai takdir juga pernah dirasakan oleh Pj yang mengkhawatirkan perihal ekonominya. Sedangkan hal yang diarsakan PS yaitu perilakunya yang

sering menunda dan meninggalkan waktu ibadah untuk menyelesaikan pekerjaan terlebih dahulu. Nafsu yang mendorong pada perbuatan baik, sama halnya seperti yang dialami narasumber bahwa ketiganya US, PJ, dan PS mulai berusaha untuk memperbaiki ibadahnya, menambah keyakinan, dan bersikap sabar. Hal tersebut merupakan cerminan dari nafsu yang mendorong dalam kebaikan mengenai perilaku diri.

### 3. *Al Aql* ( Akal Pikiran )

Akal pikiran ini mengacu pada kemampuan berfikir manusia, dalam akal ini terdapat dua akal sebagai berikut. Akal praktis yaitu akal yang memiliki fungsi otomatis untuk mempertahankan hidup, dalam mempertahankan hidup manusia cenderung mencukupi kebutuhannya dengan bekerja dan melakukan pernikahan tentunya itu adalah hal lumrah yang dilakukan. Sama halnya dengan narasumber US, PJ, dan PS yang bekerja sebagai tenaga mengajar di sekolah dasar, buruh pertanian, dan buruh produksi mebel.

Akal teoritis akal merupakan akal yang berfungsi untuk memproses suatu informasi dan mengambil keputusan serta tindakan. Akal tersebut memiliki empat bagian.

Potensi dasar manusia untuk berfikir tentunya ketiga narasumber US, PJ, dan PS sudah memiliki kemampuan berfikir sejak dilahirkan. Daya fikir akal yang mulai dilatih, sesuai dengan narasumber US, PJ, dan PS memahami makna bacaan dari Dzikir Ratib Al Hadad, mereka

tidak hanya membacanya secara rutin namun juga berusaha memahami arti yang terdandung didalamnya juga.

Akal yang sudah terbiasa dilatih, dalam hal ini karena rutinnnya melaksanakan Dzikir Ratib Al Hadad maka ketiga narasumber mulai memahami kandungan arti didalam dzikir tersebut.

Akal yang sudah memiliki daya paham, karena para narasumber US, PJ ,dan PS sudah memhamai kandungan arti dari dzikir tersebut maka pada setiap pertemuan mereka tidak perlu lagi menyakan artian dan kandungan dari dzikir tersebut.

## **B. Dzikir**

Dzikir merupakan suatu keadaan dimana manusia berusaha untuk selalu mengingat Allah.<sup>230</sup> Dalam hal ini dari ketiga narasumber mengutarakan bahwa selalu melaksanakan dzikir setiap harinya baik dalam rutinan secara bersama sama maupun secara individu. Narasumber US, PJ, dan PS biasa melakukan dzikir rutinan yang terletak pada kediaman US selain dzikir yang dilakukan rutinan tersebut ketiganya juga melakukan rangkaian dzikir dirumah maupun pada saat kegiatan sehari hari secara individual.

### **1. Bentuk Bentuk Dzikir**

Dzikir sendiri juga terbagi dalam dua macam sesuai dengan cara pengamalannya yaitu dzikir secara lisan dan dzikir dalam hati dan pikiran. Dzikir secara lisan tersebut dilaksanakan narasumber US, PJ,

---

<sup>230</sup> Niskaromah, "MEMAKNAI SELFHEALING DENGAN DZIKIR."

dan PS setiap hari pada waktu rutinan pembacaan Dzikir Ratib Al Hadad yang bertempat di kediaman US dan pada waktu setelah melaksanakan ibadah sholat, penambahannya dalam kehidupan sehari-hari PJ sering berdzikir sewaktu sedang dalam perjalanan mengendari sepeda motor, dan PS terkadang berdzikir secara lisan pada saat waktu bekerja hal serupa juga dilakukan oleh US yang berdzikir secara lisan pada saat melaksanakan kegiatan belajar mengajar.

Dzikir dalam hati dan pikiran, dzikir ini bertujuan untuk selalu mengingat Allah pada saat sedang melaksanakan kegiatan sehari-hari. Narasumber US selalu mengingat Allah pada saat menjalankan kegiatan hariannya beliau berpendapat bahwa apa yang dilakukan ini bertujuan untuk mendapat ridho dari Allah. Hal yang dilakukan oleh PJ dan PS juga serupa dimana kedua narasumber tersebut selalu mengingat Allah dalam bekerja bertujuan untuk mendapat berkah, kelancaran, dan kecukupan rejeki dari pekerjaannya.

## 2. Manfaat Dzikir

Setelah melakukan rangkaian ibadah dan mengingat Allah tentunya hal tersebut juga membawa suatu manfaat seperti halnya narasumber yang merasakan manfaat dari dzikir tersebut. US merasakan bertambah ketenangan pikirannya serta hilangnya kegelisahan hati dan juga terjaga nya emosional. Narasumber PJ merasakan manfaat dari dzikir dengan bertambahnya keyakinan serta kedekatannya dengan Allah, sedangkan PS mengaku bahwa dengan berdzikir beliau mulai

bisa menerima diri atas rejeki yang sudah didapat serta merasakan ketentraman dalam keluarganya.

### **C. *Early Adulthood* ( Dewasa Awal )**

Usia dewasa awal merupakan usia dimana manusia sudah menginjak dalam perubahan masa entah itu dari peran, tugas, dan juga kemampuan fisik.<sup>231</sup> Dalam taraf usia ini berkisar 18-40 tahun sesuai dengan usia ketiga narasumber yang berkisar antara US 36 tahun masa keemasan dalam hal kemampuan fisik, PJ 40 tahun masa dimana sudah menurunnya sebagian tenaga fisik namun disini PJ masih memiliki kemampuan fisik yang prima, dan PS 40 tahun sama dengan PJ masih memiliki kemampuan fisik yang baik.

#### **1. Pembagian Usia Dewasa Awal**

Pembagian masa dewasa dibagai menjadi tiga bagian namun karena ketiga narasumber berusia US 36 tahun, PJ dan PS 40 tahun maka rentang usia yang dipakai adalah masa dewasa awal umur 18-40 tahun. US mengemukakan bahwa usianya masih menginjak 36 tahun empat tahun lebih muda daripada dua narasumber lainnya, sedangkan PJ dan PS empat tahun lebih tua daripada US. Dalam rentang usia tersebut terdapat beberapa hal yang akan ditemui yaitu.

---

<sup>231</sup> Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, terj. Istiwidayanti, Soedjarwo.



Kemampuan fisik, US menuturkan jika mengenai tenaga fisik memang masih prima namun dalam hal penglihatan agak sedikit berkurang dikarenakan minus di matanya, bila pun sakit mungkin hanya sakit biasa flu dan demam. PJ menuturkan bahwa kemampuan fisiknya mungkin masih sehat tetapi beliau menjadi lebih mudah lelah saat bekerja namun kemampuan penglihatannya masih sangatlah bagus hal tersebut sama juga dengan keadaan PS kesehatan fisik bagus namun hanya sedikit mudah cepat lelah bila mengangkat beban berat kesehatan PJ dan PS sedikit berkurang pada ketahanan fisik, berbeda dengan US yang ketahanan fisik masih bagus namun kurang di penglihatan.

Kemampuan sosial, menurut ketiga narasumber bahwa didalam masyarakat memiliki peran dan sikap yang sama contoh US yang selalu menjaga tutur kata, perilaku, dan sikap kepada tetangga karena warga desa menokohnya, PJ juga mengutarakan bahwa dalam lingkungan juga harus tanggung jawab dalam perkataan perbuatan supaya mendapat kepercayaan masyarakat, PS pun sama mengungkapkan bahwa yang terpenting adalah saling menjaga kerukunan antar tetangga.

Penyesuaian keluarga, tentunya hal terakhir ini pasti tidak dapat dielakan pada rentang usia tersebut. Penyesuaian yang dilakukan oleh US yaitu menjadi kepala keluarga yang bertugas mengayomi, menyayangi, melindungi serta menghidupi seluruh anggota keluarga, hal tersebut sesuai dengan PJ dan PS lakukan dimana bekerja keras untuk menghidupi keluarga serta menjaga sikap sabar untuk

menyelesaikan masalah keluarga dan juga tugas untuk mendidik anak.<sup>232</sup>

## 2. Ciri-Ciri Masa Dewasa Awal

Masa dewasa awal ini terdapat banyak penyesuaian dan tugas perkembangan yang baru dalam hal ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut.

### a. Usia reproduktif

Dalam usia ini US, PJ, dan PS sudah melalui masa tersebut yaitu memiliki keluarga dan anak dimana US memiliki satu anak perempuan dan satu laki-laki, PJ memiliki tiga anak laki-laki, dan PS memiliki dua anak perempuan.

### b. Usia pemantapan

Rentang usia tersebut ketiga narasumber juga sudah melaluinya yaitu US yang sudah memiliki pekerjaan tetap serta sudah berkeluarga, begitu pula PJ yang sudah bekerja setiap harinya dan sudah berkeluarga, serta PS yang bekerja di produksi mebel dan juga sudah berkeluarga.

### c. Usia banyak masalah

Dalam usia ini tentunya para narasumber memiliki banyak tantangan dimana ketiganya US, PJ, dan PS sama memiliki tantangan mengenai bagaimana menyelesaikan pertikaian dalam

---

<sup>232</sup> Syamsunuwiwati Marat, , *Perkembangan Usia Dewasa*.

rumah tangga karena tugas sebagai kepala keluarga, tantangan dalam hal penghidupan ekonomi sebagai kepala keluarga tentunya mempunyai tanggung jawab untuk menghidupi keluarga, dan tantangan mendidik anak sebagai orang tua mendidik anak adalah hal yang sangat penting karena tanggung jawab generasi mendatang berada di tangan setiap keluarga.

d. Usia tegang dalam hal emosi

Dalam masa ini berhubung para narasumber sudah menjadi kepala keluarga maka ketegangan emosional terletak pada bagaimana ketiga narasumber US, PJ, dan PS mengelola keadaan emosional saat terjadi pertikaian dengan istri. US memilih untuk mengalah dan sabar dikarenakan menurut pandangannya bahwa bila suami tenang maka istrinya akan juga ikut tenang, sedangkan PJ membutuhkan waktu luang untuk sementara agar keadaan emosionalnya membaik, sedangkan PS sama dengan hal yang dilakukan US dengan mengambil sikap tenang dan sabar.

e. Usia keterasingan sosial

Yang ditemukan peneliti pada ketiga narasumber bahwa ketiganya lebih banyak menghabiskan waktu dirumah setelah habis bekerja, US yang memprioritaskan keluarga serta rutinan dzikir tersebut, PJ dan PS juga sama banyak menghabiskan waktu dirumah dan rutinan dzikir tersebut namun tetap bersosialisasi tetapi tidak terlalu juga sering.

f. Usia perubahan nilai

Perubahan yang nampak pada ketiga narasumber adalah penyesuaian tutur kata dan perilaku bila berada ditengah masyarakat khususnya US yang merupakan pendatang serta lebih muda usianya dari pada yang jamaah dzikir yang lain berbeda dengan PJ dan PS yang merupakan penduduk asli dari Desa tersebut tentunya tugas penyesuaiannya jauh lebih ringan.

### 3. Tugas perkembangan Dewasa Awal

Dalam usia dewasa awal terdapat tugas maupun peran yang paasti akan dilalui dan tidak bisa dihindari tugas tersebut ialah.

a. Memiliki pekerjaan

Tentunya hal ini merupakan sumber penghidupan yang pasti pada usia tersebut hal tersebut sesuai dengan ungkapan dari US bahwa beliau bekerja setelah dari tamat sekolah menengah atas, PJ mulai bekerja setelah menyelesaikan pendidikannya dipondok, dan PS sudah belajar bekerja mulai bekerja pada saat tamat sekolah dasar. Pada masa sekarang pekerjaan US adalah mengajar di madrasah ibtidaiyah, PJ bekerja sebagai buruh tani didesanya, dan PS bekerja sebagai tukang produksi mebel.

b. Memilih pasangan hidup

Dari ketiga narasumber status mereka sudah menikah semuanya jadi hal ini membuktikan bahwa ketiga narasumber sudah menjalankan tugas perkembangannya dengan baik.

c. Memikul tanggung jawab sosial

Tentunya dalam hidup bermasyarakat harus juga mematuhi aturan dan norma yang berlaku seperti US, PJ, dan PS yang menjaga perilaku serta sopan santun dalam berinteraksi dengan tetangga lingkungan agar dihormati dan dipercayai. Hal tersebut juga salah satu bentuk melaksanakan tanggung jawab sosial selain menjaga martabat diri sendiri di kalangan masyarakat juga salah satu keberhasilan menjadi warga negara yang baik.

**D. *Self Acceptance* ( Penerimaan diri )**

Penerimaan diri merupakan kemampuan diri untuk menerima segala peristiwa yang telah terjadi baik buruk maupun yang baik<sup>233</sup>. Hal tersebut diungkapkan narasumber US yang berpendangan bahwa menerima diri itu dimaksudkan adalah diri kita pribadi tidak menyesali semua bentuk keadaan yang sudah dialami termasuk keadaan baik dan buruk.

PJ mengutarakan bahwa menerima diri adalah dapat menjalani bagaimana pun susah dan senangnya peristiwa yang terjadi, sedangkan PS berpendapat bahwa menerima diri adalah memiliki tekad dan berani untuk menghadapi masalah dan pengalaman yang sudah terjadi. Dari ketiga narasumber tersebut dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah suatu kondisi manusia yang memiliki keberanian dan tidak menyesal dengan kejadian yang telah berlalu.

---

<sup>233</sup> Kubler Ross, *On Death and Dying (Kematian Sebagai Bagian Dari Kehidupan)*.

## 1. Tahap – Tahap Penerimaan Diri

Menurut Kubler Ross menerima diri dapat terjadi setelah manusia melewati lima tahapan, tahapan tersebut ialah.

### a. Penyangkalan

Penyangkalan merupakan kondisi manusia yang tidak bisa keadaan yang sedang terjadi. Sesuai dengan yang telah diutarakan narasumber US saat lamarannya ditolak karena faktor ekonomi US mengalami kondisi diaman terjadipenolakan akan fakta bahwa karena ekonomil lamarannya ditolak, sedangkan PJ mengungkapkan bahwa karena faktor ijazah namun PJ bersikukuh bahwa faktor ijazah tdk berpengaruh dalam pekerjaan, dan yang terakhir PS dimana merasakan rasa penyangkalan ketika dirinya ternyata belum bisa membaca al quran maka dari itu PS kemudian mengikuti rutinan Dzikir Ratib Al Hadad

### b. Marah

Dalam kondisi ini pemaparan dari narasumber US pernah merasakan kondisi emosional marah ketika mendapat cacian waktu pertama kali mengampu Jamaah Dzikir Ratib Al Hadad, berbeda dengan PJ yang merasakan keadaan emosional kesedihan ketika mengetahui anak nya mengalami kecelakaan, hal sama juga dialami oleh PS beliau merasakan keadaan

emosional kesedihan dikarenakan belum bisa membaca al quran pada rentang usia sekarang.

c. Tawar menawar

Kondisi ini pernah dialami oleh narasumber US yang diaman pada kejadian istrinya kecelakaan US menyadari bahwa andai saja kala itu istrinya dia antar mungkin tidak akan terjadi hal tersebut, berbeda yang dialami oleh PJ dimana beliau berandai jika dulu mengenyam pendidikan formal mungkin ijasahnya bisa dipakai untuk mendaftar kerja, PS juga mengalami hal yang serupa yaitu berandai jika dulu mengikuti pembelajaran baca tulis quran dengan benar mungkin sekarang sudah dapat membaca al quran dengan lancar.

d. Depresi

Fase ini juga dialami oleh ketiga narasumber dimana US yang merasa mau menyerah dalam meneruskan rutinan dzikir dikarenakan mendapat cacian dari tetangga sekitar, PJ juga merasakan fase dimana mengalami kecapean dalam hidupnya karena masalah ekonomi, dan PS juga merasakan perasaan malu karena mau belajar mengaji sudah terlanjur pada usia 40 tahunan.

e. Penerimaan diri

Dalam data yang diambil dari narasumber terbukti bahwa ketiga narasumber akhirnya dapat menerima peristiwa



maupun keadaan yang sudah terjadi itu dibuktikan dengan pengungkapan US yang menuturkan bahwa penerimaan pasti terjadi namun waktu yang dibutuhkan itu bervariasi, PJ juga menuturkan hal serupa bahwa butuh waktu untuk menerima semua keadaan yang terjadi, sedangkan PS dengan maka menemukanlah penerimaan diri.

## **2. Faktor Pendukung Penerimaan Diri**

Dalam penerimaan diri terdapat faktor pendukung untuk mempercepat dan mendapatkannya salah satunya yaitu.

### **a. Terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan pikiran**

Seperti dalam penuturan narasumber US menyetujui bahwa dengan mengungkapkan pikiran dan perasaan sangatlah membantu dalam mencapai penerimaan diri namun US menambahkan bahwa pengungkapan yang sebenarnya itu pada Allah mengenai kesulitan yang kita hadapi, hal sama diungkapkan oleh PJ sama dengan PS namun disini PS cenderung mengungkapkan dengan keluarga terdekatnya.

### **b. Mempunyai kesehatan mental**

Pada ketiga narasumber setuju bahwa dengan memiliki kesehatan psikologis menjadi salah satu faktor pendukung untuk mencapai penerimaan diri karena kesehatan psikologis adalah hal penting supaya manusia

dapat mengerti situasi yang sedang terjadi dan kemudian mencari solusi yang akan dilakukan.

c. Menerima terhadap kritik dan saran orang lain

Dalam hal ini US membenarkan bahwa menerima kritik dan saran dari orang lain dapat membangun diri dan memperbaiki diri dalam persikap, PJ juga menyetujui mengenai hal tersebut kemudian PS menambahkan bahwa tidak semua kritik dan saran dari orang lain bersifat positif jadi bila mendengar kritik yang negatif harus diterima dengan lapang dada.

### 3. Ciri-Ciri *Self acceptance*

Sesudah melewati proses tersebut tentunya para narasumber dapat mengungkapkan bagaimana ciri orang yang telah mendapat rasa penerimaan diri ciri yang pertama yaitu.

a. Mempunyai keyakinan akan kemampuan untuk menghadapi kehidupan.

Pada hal ini US merasakan bahwa dirinya mempunyai keyakinan bahwa kemampuan nya untuk menjalani kehidupan dengan baik sangatlah tinggi, PJ juga memaparkan hal serupa bahwa dengan rutusnya mengikuti Dzikir Ratib Al Hadad memunculkan rasa yakin untuk dapat menjalankan hidup dengan lebih baik, pemaparan serupa juga diutarakan oleh PS yaitu beliau merasakan

bertambahnya keyakinan diri untuk siap menjalankan kehidupan dengan lebih baik.

- b. Menganggap pribadinya berharga, dihormati dan dibutuhkan oleh lingkungan sekitar.

US menuturkan bahwa dirinya dianggap menjadi salah satu tokoh masyarakat hal tersebut dapat diketahui karena jika ada acara didesa maka US juga dimintai pertimbangan usntuk acara tersebut. Berbeda dengan PJ yang tugas nya dalam masyarakat sekedar menjaga keamanan lingkungan sama halnya juga dengan PS.

- c. Rasa penerimaan diri tentunya juga akan mempunyai sikap percaya diri serta memiliki tanggung jawab dalam perilaku dan perkataan.

Hal tersebut dilakukan oleh ketiga narasumber US berpendapat bahwa adanya tanggung jawab pada perkataan dan perbuatan dapat memunculkan percaya diri karena memperoleh kepercayaan dari lingkungan serta dianggap layak hidup dimasyarakat. PJ juga setuju akan hal itu namun beliau lebih menekankan rasa percaya diri pada masyarakat dengan banyaknya ilmu pengetahuan agama yang dimiliki, hal serupa juga diungkapkan oleh narasumber PS beliau berpendangan bahwa mempertanggung jawabkan perkataan

dan perbuatan berguna untuk menghindari pandangan jelek dari lingkungan sekitar.

- d. Menerima dengan lapang dada kritik, saran, dan peristiwa baik maupun buruk yang sudah berlalu.

Narasumber US menyadari bahwa menerima saran dan kritik dari orang lain itu perlu untuk membangun diri menjadi lebih baik serta menerima pengalaman baik dan buruk yang sudah terjadi juga berguna untuk memperoleh ketenangan pikiran, hal sama diungkapkan dari narasumber PJ beliau juga menerima kritik dan saran dari orang lain kritik tersebut berguna untuk menunjukkan kepada kita dimana letak kurangnya perilaku yang dimiliki, sedangkan dalam penerimaan masa lalu sudah melakukan hal itu terbukti dengan bertambahnya ketenangan dan keyakinan beliau. PS juga menuturkan hal yang sama dimana beliau menuturkan bahwa keritik dari orang lain merupakan bukti cerminan diri baik maupun buruk pada lingkungan dan menerima pengalaman masa lalu dijadikan bekal untuk masa depan.<sup>234</sup>

---

<sup>234</sup> Kubler Ross.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan tehnik wawancara dan observasi kepada ketiga narasumber Jamaah Ratib Al Hadad di Desa Tungkul Rejo, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Kondisi *spiritualitas* ketiga narasumber sebelum mengikuti Dzikir Ratib Al Hadad sangat berbeda. Narasumber pertama sebelum mengikuti dzikir tersebut menunjukkan kondisi *spiritualitas* yang sudah baik, dalam hal *self acceptance* narasumber pertama juga menunjukkan penurunan dalam hal penerimaan diri sewaktu belum mengikuti dzikir tersebut. Narasumber kedua menunjukkan sebelum mengikuti dzikir memiliki kondisi *Spiritualitas* yang sudah baik namun hal *self acceptance* narasumber kedua menunjukkan hal sama yaitu penurunan dalam hal penerimaan diri sewaktu belum mengikuti dzikir tersebut. Narasumber ketiga menunjukkan sebelum mengikuti dzikir memiliki kondisi *spiritualitas* yang masih kurang, sedangkan dalam hal *self acceptance* narasumber menunjukkan belum adanya rasa penerimaan diri atas peristiwa yang terjadi.

2. Proses pemaknaan *self acceptance* narasumber sesudah mengikuti Dzikir Ratib Al Hadad cenderung sama yaitu menemukan pemaknaan *self acceptance* dengan cara dijelaskan oleh guru ngajinya terlebih dahulu kemudian dipelajari secara pribadi.
3. Bentuk pemaknaan *Spiritualitas* yang ditemukan dari ketiga narasumber adalah meningkatnya rasa yakin dan keimanan kepada Allah dalam menghadapi peristiwa yang terjadi dalam keluarga. Bentuk *Self acceptance* yang terlihat dari narasumber ditemukan peningkatan bisa menerima peristiwa yang baik maupun peristiwa buruk serta menjadikan peristiwa tersebut sebagai pelajaran yang berharga.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi banyak pihak. Oleh karena itu peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan, antara lain:

1. Bagi kepala keluarga

Diharapkan bertanggung jawab serta dapat menyelesaikan setiap permasalahan keluarga dengan sabar dan tenang, praktek ibadah khususnya dzikir dapat digunakan sebagai salah satu sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah serta memiliki manfaat bagi pribadi kepala keluarga supaya mendapatkan ketenangan hati, sabar, dan rasa syukur hal

tersebut sangat bermanfaat untuk menghadapi setiap persoalan keluarga yang menerpa.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Untuk lebih memperluas subjek penelitian tidak hanya subjek saja tetapi diharapkan bisa mengkaji *spiritualitas* dan *self acceptance* lebih luas lagi. sebab dalam penelitian ini hanya berfokus pada pemaknaan *Spiritualitas* dan *self acceptance* yang dilakukan oleh kepala keluarga. Karena masih banyak konsep lain yang bisa dikaitkan dengan penerimaan diri sehingga penelitian akan menjadi lebih menarik.

3. Bagi jamaah Ratib Al Hadad

Untuk jamaah sendiri agar terus mengembangkan pengalaman dan pengetahuan mengenai dzikir serta penerimaan yang dimiliki serta diajarkan dilingkungan sekitar, maupun keluarga terdekat.



## DAFTAR PUSTAKA

- Mustaqim, Abdul. *Akhlak Tasawuf: Lelaku Suci Menuju Revolusi Hati*. Yogyakarta: Kaukaba Dipantara, 2013.
- Ahmad, Muslimah. “Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif.” *Proceedings 1*, no. 1 (2021): 173–86.
- Al-Ghozali. *Misykat cahaya - cahaya*. Diterjemahkan oleh M. Bagir. Bandung: mizan, 1993.
- . *Mukhtazhar Ihya Ulumuddin*. Diterjemahkan oleh ZeidnHusein Al-Hamid. Jakarta: Pustaka Amani, 2007.
- Hasan, Aliah Purwakania. *Psikologi Perkembangan Islami*. Jakarta: Rajawali Pers, 2006.
- Pratama, Alif Kemal, dkk. “Pengaruh Dzikir Ratib Al-Haddad Terhadap Kecerdasan Spiritual dan Emosional (Living Hadis di Desa Nanggela Kab. Kuningan).” *Studi Hadis Nusantara 4*, 2022: 115–24.
- Tabanah, Badawi. *Sharah Ihya' 'Ulum al-Din*. Kairo: Dar al-Ulum, 1980.
- Chaplin, Kartini Kartono, trans. oleh. *kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006.
- Dagun, save M. *psikologi keluarga: Peranana Ayah Dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Darat, Sholeh. *Syara Al-HIKam, terj. M. Ulum, A. Mufarohah*. Depok: Sahifa, 2022.
- Desmita, *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya, 2017.

- Elizabeth B Hurlock,. Dalam *Elizabeth B Hurlock, Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 1991.
- Mufidatu Z, Fatihul, Yulia Sholichatundari. “Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri.” *Jurnal Psikoislamika*, 2016.
- Hardani, Nur Hikmatul Auliya. *Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif*. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu, 2020.
- Hidayatullah, Muhammad Ainun. “Pengaruh Dzikir Ratib Al-Haddad Terhadap Ketenangan Hati Santri Pondok Pesantren Mambaus Sholihin Suci Manyar Gresik.” *Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, 2022.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, terj. Istiwidayanti, Soedjarwo. Jakarta: Erlangga, 1991.
- Ibrahim. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama*,. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Jusuf Soewadji. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Mitra Wacana Media, 2012.
- Nakamura, Kajiro dan Uzair Fauzan. *Metode zikir dan Doa Al-Ghozali*. Bandung: Arasy Mizan, 2018.
- Siroj, Aqil Said. *Tasawuf Sebagai Kritik Sosial, Mengedepankan Islam Sebagai Inspirasi Bukan Aspirasi*. Surabaya: SAS Foundation, 2006.
- Ross, Kubler. *On Death and Dying (Kematian Sebagai Bagian Dari Kehidupan)*. Diterjemahkan oleh wanti anugrahani. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1998.

- Zakariya, M Khoirul Masduki, Moch Farel Danendra, Kharolina Rahmawati. "Living Quran dalam Tradisi Pembacaan Ratib Al-Haddad Di Pondok Pesantren Sunan Kalijogo Kalangan Surabaya." *FIRDAUS: Jurnal Keislaman, Pemikiran Islam dan Living Qur'an* 1, 2022: 65–87.
- M. Sholihin. *Terapi Sufistik, Penyembuhan Penyakit Kejaan dalam prespektif tasawuf*. Jakarta: CV Pustaka Setia, 2004.
- Adib, Machrus. *Fondasi Keluarga Sakinah: Bacaan Mandiri Calon Pengantin*. Jakarta: Subdit Bina Keluarga Sakinah Direktorat Bina KUA & Keluarga Sakinah Ditjen Bimas Islam Kemenag RI, 2017.
- Maslahat, Meta Malihatul. "Manusia Holistik dalam Perspektif Psikologi dan Tasawuf." *Syifa Al-Qulub*, No. 3. Vol. 1, 2019: 19–27.
- Naqiyaningrum. *Penerimaan Diri Pada Remaja Berasal Dari Orang Tua yang Bercerai*. Universitas Katolik Soegijapranata, 2007.
- Natris. *Psikologi Perkembangan Tinjauan Psikologi Barat dan Islam*. Jakarta: UIN Jakarta Press, 2006.
- Niskaromah. "Memaknai Selfhealing Dengan Dzikir." *Journal of Innovation Research and Knowledge* No. 3, Vo. 1, 2023: 149–64.
- El Fath, Nur Maulany Din. "Hubungan Antara Spiritualitas dengan Penerimaan Orangtua yang Memiliki Anak Autis." *Universitas Negeri Makasar*, 2015.
- Chaidir, Nurul Fadhillah. "Proses Penerimaan Diri Remaja Akibat Perceraian Orangtua." universitas medan area, 2018.

- Amaliah K, Rezki. “Pengaruh pendapatan per kapita pada empat sektor unit usaha dan inflasi terhadap pengeluaran konsumsi rumah tangga Di Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan.” Universitas Hasanudin Makassar, 2021.
- Hawa, Sa'id. *Jalan Ruhaniah*. Diterjemahkan oleh Khairul Rafi'e dan Ibnu Ali. Bandung: Mizan, 1995.
- Siyoto, Sandu, dan M. Ali Sodik. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015.
- Santrock, John W. *Life - Span Development (Perkembangan Sepanjang Hidup)*. Vol. 1. Jakarta: Erlangga, 2002.
- Subairi, Ach. “Dzikir Ratib Al Haddad Dalam Menguatkan Regulasi Diri Santri Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Darul Aitam Kebonsari Jember.” Institut Agama Islam Negeri Jember, 2020.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA CV, 2020.
- Sugiyono. “Metode Penelitian Kualitatif.” dalam *Alfabeta*, disunting oleh Sofia Yustiyani Suryandari, 3 ed., 391–92. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Marat, Syamsunuwiyati. *Perkembangan Usia Dewasa*. Bandung: Diktat mata kuliah Psikologi Perkembangan, Univ. Padjadjaran, 2000.
- Jumantoro, Totok, Samsul Munir. *Kamus Ilmu Tasawuf*. Jakarta: Amzah, 2012.

## BIOGRAFI PENULIS

Sendhanu Wisnu Maharja adalah nama penulis skripsi ini. Penulis lahir dari pasangan Bapak Mujiono dan Ibu Jawi yang merupakan anak kedua dari 2 bersaudara. Penulis dilahirkan di Ngawi pada 29 Juli 2002. Penulis beralamat di Jalan Raya Kwadungan Desa Tirak, Kecamatan Kwadungan, Kabupaten Ngawi, Provinsi Jawa Timur. Pada tahun 2007 penulis memulai pendidikan formal di MIN 10 Ngawi (2007-2014), SMPN 1 Kwadungan Ngawi (2014-2017), MAN 1 Ngawi (2017-2020). Setelah selesai menempuh pendidikan menengah atas, penulis melanjutkan Pendidikan Strata (S1) Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo mulai dari tahun (2020-2024).

Selama menempuh pendidikan S1 di IAIN Ponorogo penulis juga aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial keagamaan serta organisasi baik di lingkungan kampus maupun luar kampus. Selama menempuh pendidikan tinggi penulis aktif dalam organisasi Himpunan Mahasiswa Jurusan BPI tahun akademik 2021/2022 dan juga aktif di kepengurusan Laboratorium BPI tahun 2022/2023.

**Alamat e-mail:** [Sendhanu2002@gmail.com](mailto:Sendhanu2002@gmail.com)