

**PERPEKTIF AMIN SYUKUR (1952-2021 M)  
TENTANG TERAPI ZIKIR DALAM PENGOBATAN  
PENYAKIT JIWA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam



Disusun Oleh:

**RISMA YANI**  
**NIM: 12030124330**

**Pembimbing I**

**Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh, M.Ag**

**Pembimbing II**

**Drs. H. Iskandar Arnel, M.A., Ph. D**

**FAKULTAS USHULUDDIN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
1446 H/2024 M**



Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh. M.Ag

DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

**NOTA DINAS**

Perihal : Skripsi Saudari

**Risma Yani**

Kepada

**Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin**

**UIN Sultan Syarif Kasim Riau**

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan terhadap isi

Skripsi saudara:

Nama : Risma Yani

NIM : 12030124330

Program Studi : Aqidah Dan Filsafat Islam

Judul : Perspektif Amin Syukur (1952-2021 M) Tentang Terapi Zikir Dalam

Pengobatan Penyakit Jiwa

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang

dan Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatian Bapak/Ibu Dekan diucapkan terima

kasih.

Pekanbaru, 23 Juli 2024.

Pembimbing I

**Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh. M.Ag**

NIP. 19580710 198512 1 002

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

c. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis atau membuat terjemahan, parafrase, atau ringkasan dari karya tulis tersebut tanpa mengutip sumber.

d. Ciptaan dilindungi undang-undang.

e. Hak cipta dilindungi undang-undang.





Lampiran Surat :  
 Nomor : Nomor 25/2021  
 Tanggal : 10 September 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Risma Yani  
 NIM : 12030124330  
 Tempat/Tgl. Lahir : Karawang, 08 Maret 2001  
 Fakultas/Pascasarjana : Ushmuuddin  
 Prodi : Aqidah Dan Filsafat Islam

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*:

Pengaruh Amin Syukur (1952 - 2021 M) Tantang Tarapi Zikir  
 Dalam Pengobatan Penyakit Jiwa

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)\* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 23 Juli 2021  
 Yang membuat pernyataan



*Risma Yani*  
 Risma Yani  
 NIM : 12030124330

\* pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
 1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## MOTTO

Ketahuilah dengan mengingat Allah, hati menjadi tenang  
(Q.S. *al-Ra'd* [13]: 28)



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Untuk yang mulia  
Ayah dan mamak tercinta



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Ushuluddin (S.Ag). Shalawat serta salam sanatiasa tercurahkan kepada teladan umat manusia yakni baginda Rasulullah, Nabi Muhammad s.a.w. yang kasih sayangnya tak pernah padam, bahkan sampai akhir hayatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dan dorongan, baik langsung maupun tidak langsung, dari berbagai pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu dalam lembaran yang terbatas ini. Namun demikian, untuk menyebutkan beberapa, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Rektor Prof. Dr. Khairunnas Rajab. M.Ag. beserta jajarannya. Yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, khususnya fakultas Ushuluddin, Prodi Aqidah dan Filsafat Islam. Ucapan terima kasih kepada Dekan Fakultas Ushuluddin (Dr. Jamaluddin. M.Us.), para wakil Dekan I, II dan III (yaitu, Hj. Dr. Rina Rehayati. M.Ag., Dr. Afrizal Nur M.Us., dan Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., MA.) dan Ketua Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam (Dr. Sukiyat. M.Ag.) atas segala kemudahan yang diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan serta penulisan skripsi ini.

Rasa terima kasih yang mendalam juga penulis sampaikan kepada kedua pembimbing skripsi ini, yaitu Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh, M.Ag. dan Drs. H. Iskandar Arnel, M.A., Ph.D., yang dengan sabar dan telaten selalu mengarahkan dan membimbing penelitian skripsi ini dari awal hingga akhir. Ungkapan yang sama juga penulis tujukan kepada semua dosen dan tendik Fakultas Ushuluddin, mahasiswa yang berada di Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam, yang sejak menginjakkan kaki di kampus ini telah sudi berbagi ilmu, kearifan dan keteladanan kepada penulis, serta yang selalu mengingatkan penulis dengan berbagai motivasi dan nasihat yang sangat berharga. Semoga Allah selalu

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merhmati, memberkahi dan melindungi semuanya dengan sebaik-baiknya. *Āmīn yā Rabb al-‘ālamīn.*

Ungkapan yang terima kasih ini juga ditujukan kepada rekan seperjuangan penulis, yaitu Yola Anggraini, Wildayanti dan Nurhayati, yang selalu menemani dari awal bimbingan, hingga akhir penulisan skripsi ini, saling berbagi motivasi, dan saling bertukar pikiran dengan penulis selama proses pembuatan skripsi ini. Tidak kalah pentingnya adalah teman-teman seangkatan AFI 20 dan rekan-rekan KKN di Desa Danau Pulau Indah, Kec. Kempas, Kab. Indragiri Hilir yang telah menjadikan perjalanan menyelesaikan studi di kampus ini menjadi indah dan bermakna.

Terakhir dan yang tidak dapat diabaikan adalah untaian terima kasih yang tiada terhingga kepada Ayah dan Mamak serta kedua saudara kandung penulis, yaitu Ismail dan R. Fauzy Digata, yang selalu hadir bersama-sama penulis dalam menghadapi setiap kendala dan hambatan yang ditemui selama penelitian dan penulisan skripsi ini. Khusus buat Ayah dan Mamak, penulis dengan bangga menyatakan bahwa skripsi ini merupakan salah satu buah dari doa dan upaya Ayah dan Mamak yang selama ini dicurahkan kepada ananda. Semoga karya yang tidak seberapa ini dapat menjadi penglipur lara atas perjalanan panjang yang telah Ayah dan Mamak berikan kepada ananda bersudara. Semoga Allah selalu memberikan kebahagiaan dan yang terbaik bagi kita semua. *Āmīn yā Rabb al-‘ālamīn.*

Pekanbaru, 29 Juli 2024

Penulis,

Risma Yani



## DAFTAR ISI

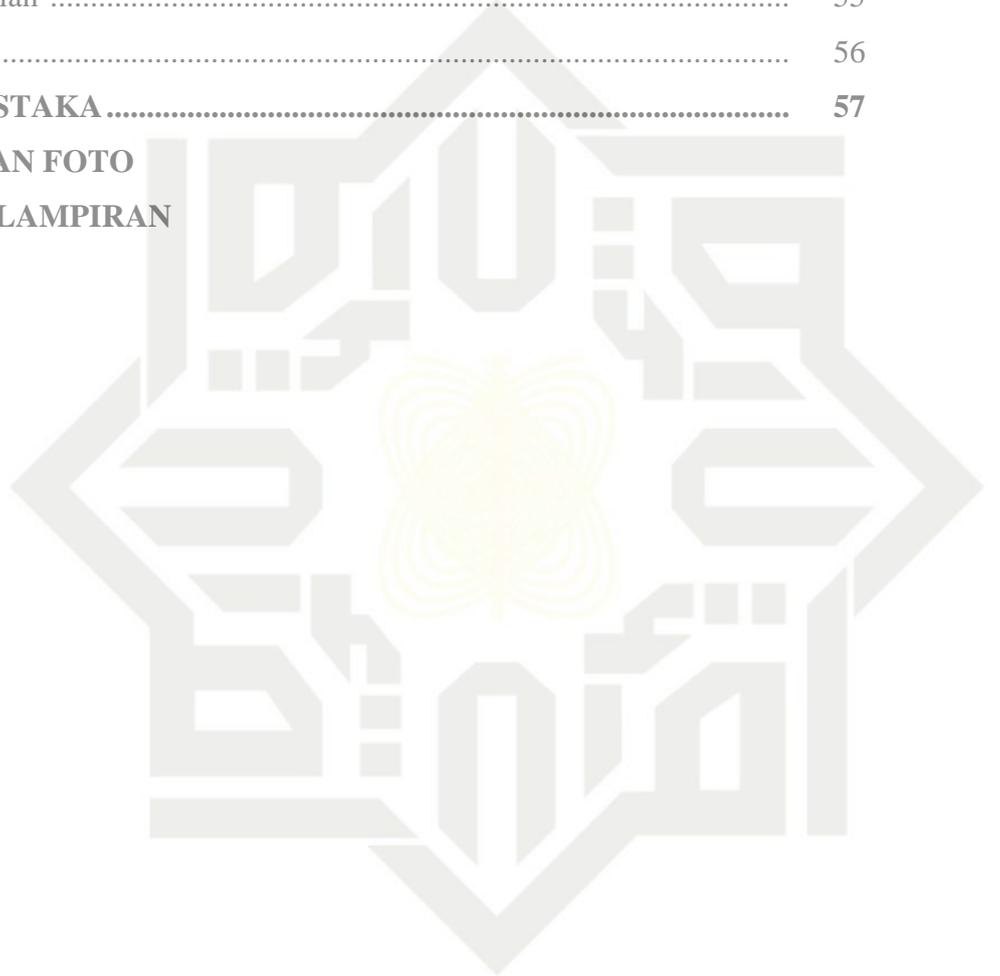
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>NOTA DINAS</b>	
<b>SURAT PENGESAHAN</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN</b>	
<b>MOTTO</b> .....	<b>i</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>x</b>
<b>المخلص</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah .....	5
C. Identifikasi Masalah.....	7
D. Batasan Masalah .....	7
E. Rumusan Masalah.....	8
F. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	8
G. Metode Penelitian .....	9
H. Sistematika Penulisan .....	10
<b>BAB II: KAJIAN TEORITIS</b> .....	<b>12</b>
A. Landasan Teori .....	12
B. Tinjauan Pustaka .....	20
<b>BAB III: PEMBAHASAN</b> .....	<b>22</b>
A. Perspektif Amin Syukur Tentang Zikir .....	22
B. Perspektif Amin Syukur Tentang Terapi Zikir .....	28
<b>BAB IV: HASIL DAN ANALISIS</b> .....	<b>38</b>

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

A. Pengentasan Permasalahan Kejiwaan Melalui Terapi Zikir.....	38
B. Bacaan Zikir Amin Syukur untuk Tujuan Penyembuhan.....	44
C. Analisis Tentang Terapi Zikir Amin Syukur Dalam Pengobatan Penyakit Jiwa.....	50
<b>BAB V: PENUTUP .....</b>	<b>55</b>
A. Kesimpulan .....	55
B. Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>
<b>BIODATA DAN FOTO</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## PEDOMAN TRANSLITERASI

### A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
أ	A	ط	Th
ب	B	ظ	Zh
ت	T	ع	”
ث	Ts	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dz	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	’
ص	Sh	ي	Y
ض	DI		

### B. Vokal, panjang dan diftong

#### a) Vokal, panjang dan diftong

Setiap Penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal *Fathah* ditulis dengan –a-, *kasrah* dengan “i”, *dlommah* dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

Vokal (a) panjang= Â misalnya شَاكِرْ menjadi syākirun

Vokal (i) panjang= î misalnya عَلِيمٌ menjadi ‘Alīmun

Vokal (u) panjang= Ū misalnya شُكْرَةٌ menjadi syukūra

husus untuk bacaan ya” nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan “i”, melainkan tetap ditulis dengan ”iy” agar dapat menggambarkan ya” nisbat akhirnya. Begitu juga untuk suara diftong, wawu dan ya” setelah *fathah* ditulis dengan “aw” dan “ay”.

Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw) = َ- misalinya قَوْلٌ menjadi qawlun

Diftong (ay) = -ِ- misalinya خَيْرٌ menjadi khayrun

#### c) Ta” Marbuthah

Ta” *marbuthah* ditarasliterasikan dengan “t” jika berada di tengah kalimat, tetapi apabila Ta” *marbuthah* tersebut berada diakhir kalimat, maka transliterasikan dengan menggunakan “h” *al- risalah li al-mudarrisah*, atau

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

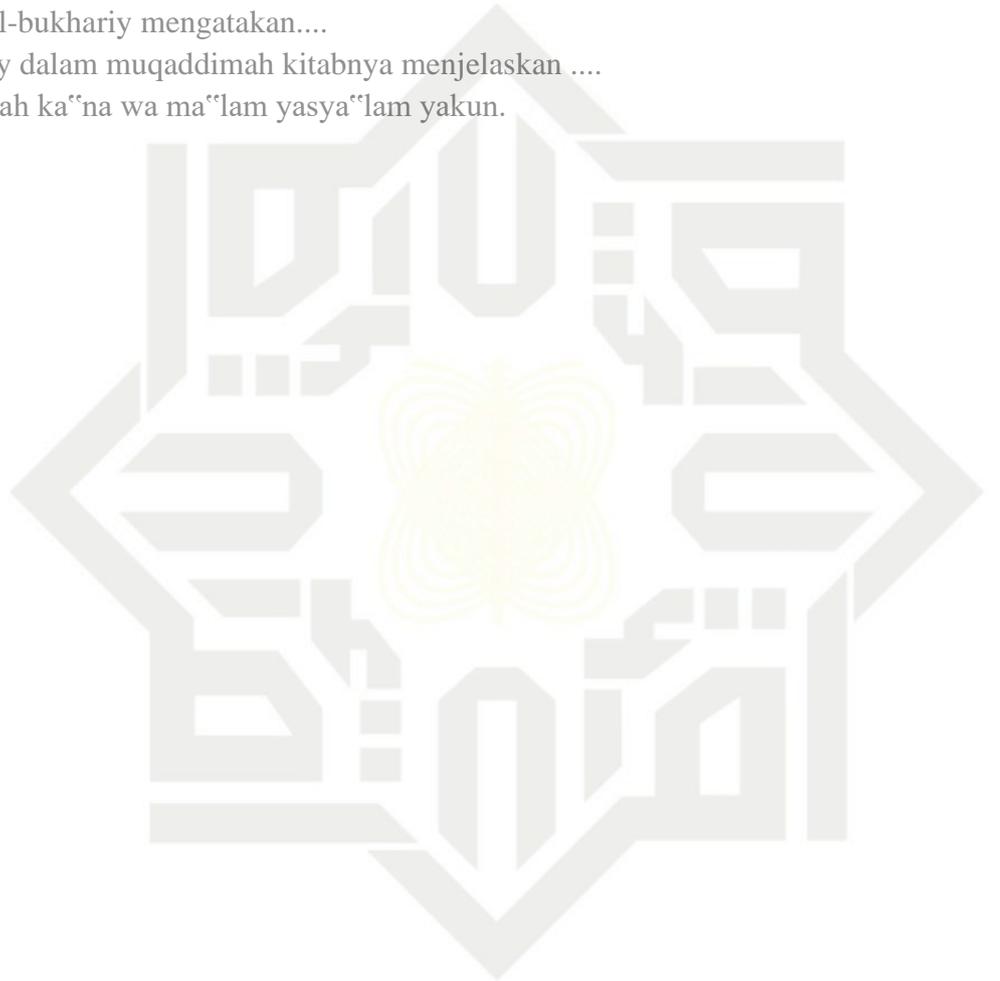
apabila berada ditengah-tengah kalimat yang terdiri atas susunan *mudhof* dan *mudhof ilaih*, maka ditranslitrasikan dengan menggunakan t yang disambungkan dengan kalimat berikutnya misalnya لال رحمة ف menjadi *fi rahmatillah*.

- d) Kata Sandang dan Lafald al-Jalalah kalimat, sedangkan –al- dalam *lafadh aljalalah* yang berada ditengah-tengah kalimat yang disandarkan (*Idhafah*), maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini:

Al-Imam al-bukhariy mengatakan....

Al-Bukhary dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan ....

Masya`Allah ka`na wa ma`lam yasya`lam yakun.



UIN SUSKA RIAU

## ABSTRAK

Email: rismaayanii002@gmail.com

Perasaan hampa dan depresi telah menjadi permasalahan serius di tengah kehidupan masyarakat modern kontemporer. Perasaan hampa ditandai dengan perasaan terasing dari diri sendiri maupun lingkungan, dan kehilangan visi hidup. Sementara itu, depresi mencakup keadaan emosional dan tertekan, yang sering kali dipengaruhi oleh faktor biologis, psikososial, dan ekonomi. Umumnya, solusi yang diambil untuk mengentaskan permasalahan tersebut, seperti kegiatan-kegiatan di luar rumah tertentu atau perilaku destruktif, seringkali hanya memberikan efek jangka pendek dan tidak mengatasi akar permasalahan. Kehadiran penelitian ini merupakan salah satu alternatif yang dapat diperhatikan guna pengentasan masalah kehampaan dan depresi tersebut melalui kajian atas perspektif Amin Syukur, seorang ahli tasawuf dan penyembuh yang mengalami kesembuhan luar biasa dari penyakit kanker melalui terapi zikir yang dialaminya sendiri. Permasalahan penelitian ini dikerucutkan pada perspektif Amin Syukur (1952-2021 M) tentang zikir dan terapi zikir, permasalahan kejiwaan yang berhasil diatasinya melalui terapi zikir yang dikembangkannya, dan tentang bacaan-bacaan zikir yang diterapkannya. Di akhir pembahasan, penelitian pustaka yang menggunakan pendekatan deskriptif. Dengan hasil penelitian: *Pertama*, Amin Syukur memahami zikir sebagai salah satu bentuk ibadah yang dilakukan oleh orang-orang yang memiliki kesadaran mendalam akan kehadiran Tuhan. Terapi zikir merupakan landasan dari segala bentuk terapi sufi, karena pada dasarnya tujuan terapi zikir adalah membimbing seseorang agar kembali kepada Allah SWT dan selalu mengingat-Nya. *Kedua*, Permasalahan kejiwaan yang berhasil diatasikannya melalui terapi zikir, seperti stres, cemas dan kanker. Zikir yang diterapkannya berupa zikir lisan dengan menyebut Nama-nama Allah tertentu dan shalawat dalam jumlah tertentu yang dibarengi dengan penggunaan teknik pernapasan.

**Kata Kunci:** *Perspektif, Amin Syukur, Terapi Zikir, Pengobatan, Penyakit Jiwa*

UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## ABSTRACT

Feelings of emptiness and depression have become serious problems in the midst of contemporary modern society. Feelings of emptiness are characterized with feelings of alienation from oneself and the environment, and loss of vision in life. Meanwhile, depression includes emotional and depressed conditions influenced by biological, psychosocial, and economic factors. Generally, the solutions taken to solve these problems were certain outdoor activities or destructive behavior that can only provide short-term effects and do not address the root of the problem. The presence of this research is one of the alternatives that can be considered in order to solve the problems of emptiness and depression through a study of the perspective of Amin Syukur—a Sufism expert and healer experiencing extraordinary healing from cancer through his own dhikr therapy. The problems of this research were narrowed to the perspective of Amin Syukur (1952-2021 AD) on dhikr and dhikr therapy, mental problems that he successfully overcame through the dhikr therapy he developed. At the end of the discussion, library research was used with descriptive approach. Based on the research findings, first, Amin Syukur understood dhikr as a form of worship carried out by people having a deep awareness of the presence of God; dhikr therapy is the foundation of all forms of sufi therapy because basically the purpose of dhikr therapy is to guide someone to return to Allah Almighty and always remember Him; second, mental problems that were successfully resolved through dhikr therapy were stress, anxiety, and cancer. The dhikr he applied is in the forms of dhikr recitation by mentioning certain Names of Allah Almighty and *shalawat* in a certain amount with the use of breathing techniques.

**Keywords:** Perspective, Amin Syukur, Dhikr Therapy, Treatment, Mental Illness

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## الملخص

البريد الإلكتروني: rismaayani002@gmail.com

إن الشعور بالفراغ والاكتئاب أصبح مشكلة خطيرة حياة المجتمع المعاصر. يتميز الشعور بالفراغ بمشاعر الاغتراب عن الذات والبيئة، وفقدان رؤية الحياة. وفي الوقت نفسه، الاكتئاب يشمل الحالات العاطفية والضعف، والتي غالباً ما تتأثر بالعوامل البيولوجية، والنفسية، والاجتماعية، والاقتصادية. بشكل عام، فالحلول المتخذة للتخفيف من هذه المشكلات، مثل بعض الأنشطة خارج المنزل أو السلوكيات المبرمة، لها تأثير قصير المدى فحسب ولا تعالج جذر المشكلة. فوجود هذا البحث يعتبر إحدى البدائل التي يمكن اعتبارها للتخفيف من مشكلة الفراغ والاكتئاب من خلال الدراسة لمنظور أمين شكور، خبير التصوف والعلاج الذي عاش تعافياً استثنائياً من السرطان من خلال العلاج بالذكر الذي اختبره هو نفسه. تتلخص مشكلة هذا البحث من منظور أمين شكور (١٩٥٢-٢٠٢١م) حول الذكر وعلاجه بالأذكار، وهي مشاكل نفسية نجح في التغلب عليها من خلال العلاج بالذكر الذي طوره. هذا البحث دراسة مكتبية باستخدام المنهج الوصفي. ونتائج البحث كما يلي: أولاً، يفهم أمين شكور الذكر كشكل من أشكال العبادة التي يقوم بها أشخاص لديهم وعي عميق بحضور الله. والعلاج بالتذكر هو أساس جميع أشكال العلاج الصوفي، لأن الغرض الأساسي من العلاج بالذكر هو توجيه الشخص للعودة إلى الله سبحانه وتعالى وتذكره دائماً. ثانياً، هناك المشاكل النفسية التي نجح في تخفيفها من خلال العلاج بالذكر، مثل التوتر والقلق والسرطان. الذكر الذي يطبقه هو في شكل تلاوة الذكر من خلال ذكر أسماء الله المعينة وبقدر معين من الصلوات المصحوبة باستخدام تقنيات التنفس.

الكلمات المفتاحية: منظور، أمين شكور، العلاج بالذكر، الطب، المرض النفسي

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Salah satu problematika masyarakat modern saat ini ialah perasaan hampa dan depresi. Perasaan hampa ditandai dengan adanya perasaan terasing dari diri sendiri, lingkungan sosial dan pekerjaan, serta kehilangan visi dan misi hidup. Mereka menjalani kehidupan yang membosankan, kesepian dan rasa gelisah di hampir sepanjang waktu karena, di antaranya, kehilangan ruang untuk bermeditasi atau renungan.

Depresi pula merupakan keadaan emosional atau perasaan sulit, tertekan atau tidak bahagia dalam kehidupan sehari-hari. Keadaan ini dipengaruhi oleh, salah satunya, perubahan sosial dan budaya akibat perkembangan teknologi yang sangat pesat di era globalisasi saat ini. Penderita depresi biasanya mempunyai gejala psikologis, gejala fisik, dan gejala sosial yang khas seperti suasana hati yang buruk, sedih berkepanjangan, mudah marah dan mudah tersinggung.

Penyebab depresi dapat dilihat dari beberapa faktor. Di antara yang diemukakan oleh para ahli adalah faktor biologis, misalnya karena penyakit, efek hormonal, depresi pasca melahirkan, penurunan berat badan yang drastis. Selain itu adalah karena faktor psikososial, misalnya akibat konflik individu atau interpersonal, masalah eksistensial, masalah kepribadian dan masalah keluarga). Tidak kalah pentingnya adalah karena faktor keturunan atau hereditas, yang ternyata juga diduga mempengaruhi kecenderungan menderita depresi.<sup>1</sup>

Perasaan tidak tenang dan tidak nyaman memang sering mengganggu manusia. Perasaan ini ada yang bersifat internal, seperti rasa takut akan terjadinya sesuatu dan rasa putus asa akibat tidak mendapatkan sesuatu, dan ada juga yang bersifat eksternal, seperti kalah bersaing dengan orang lain dalam mencapai suatu tujuan, dan tidak adanya jaminan akan keselamatan hidup atau masa depan.

<sup>1</sup>R. Mayasari. "Islam dan Psikoterapi", *Jurnal Al-Munzir* Vol. 6 Tahun 2013, hlm 6.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Karena itu, tidak heran bila perasaan tidak tenang itu mengakibatkan seseorang menjadi stres.

Sayangnya, solusi yang ditempuh untuk mengentaskan keadaan tersebut juga banyak yang bermasalah. Misalnya, dengan melibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan gembira sesaat, seperti piknik dan bernyanyi. Tidak jarang didapati sekelompok orang yang menyelesaikannya dengan cara menenggelamkan diri dalam kancan minuman keras, seks bebas dan judi. Tujuannya adalah agar dapat melupakan apa yang dirasakan, dan seiring dengan perjalanan waktu diharapkan permasalahan yang dialami akan hilang dengan sendirinya. Namun, nyatanya, setelah kegiatan-kegiatan tersebut berakhir, rasa hampa dan depresi itu datang lagi dan lagi, membayangi irama dan rutinitas mereka dari hari ke hari.

Terkait dengan hal di atas, perlu digarisbawahi bahwa pengetahuan tentang manusia sebagai makhluk rohaniyah sekaligus jasmaniah merupakan sesuatu yang sudah lama disadari manusia. Dapat dipastikan bahwa kesadaran ini mengalir dari satu generasi ke generasi lainnya, tanpa terkecuali. Dalam konteks ini, berbagai ahli dari zaman ke zaman dengan tepat menyebutkan bahwa masalah kehampaan jiwa dan depresi merupakan masalah rohaniyah atau psikis. Maka dari itu, salah satu cara pengentasannya yang kerap ditawarkan adalah melalui pendekatan kerohanian.

Dalam agama Islam, salah satu pendekatan kerohanian tersebut adalah dengan melakukan amaliah zikir.<sup>2</sup> Landasannya adalah firman Allah Ta'ālā sebagaimana yang terdapat dalam Q.S. *al-Ra'd* [13]: 28 di bawah ini:

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Ketahuiilah bahwa hanya dengan mengingat Allah maka hati itu akan tenang.<sup>3</sup>

<sup>2</sup> M. Ahmad. "Dzikir sebagai Media Komunikasi", *Jurnal Dakwah Tabligh* Vol. 16 Tahun 2015, hlm 90-97.

<sup>3</sup> Q.S. *al-Ra'd* [13]: 28.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hati yang tenang sebagaimana yang dijanjikan Allah pada ayat di atas bermakna hati yang tidak gelisah dan was-was. Secara teoretis bisa diduga bahwa ini adalah kondisi hati yang sehat, yang jauh dari penyakit-penyakit akut seperti sombong, rakus, dan iri yang dalam salah satu hadis Rasulullah s.a.w. di bawah ini disebutkan sebagai asal-muasal semua kesalahan manusia:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - ، قَالَ : يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى : أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي ، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي ، فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ، ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي ، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَالٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَالٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ

Dari Abu Hurairah r.a., bahwa Rasulullah s.a.w. bersabda : Allah Ta'ala berfirman: Aku memenuhi harapan hamba-Ku. Aku bersamanya ketika dia mengingat (zikir) pada-Ku. Jika dia Mengingat-Ku ketika dia sendirian, aku akan mengingatnya dalam diri-Ku. Jika dia mengingat-Ku pada suatu pertemuan majlis, niscaya aku akan mengingatnya pada pertemuan yang lebih baik dari itu. (H.R. Bukhary-Muslim).<sup>4</sup>

Hadits di atas mengajarkan bahwa Allah Ta'ala selalu ada untuk mengabdikan harapan hamba-Nya yang bersungguh-sungguh mengingat-Nya. Jika seseorang mengingat Allah dalam kesendirian, maka Allah akan membalasnya dengan mengingat hamba-hamba-Nya dengan cinta-Nya yang tak terbatas. Bahkan dalam perjumpaan di dunia, setiap kali seseorang mengingat Allah, maka ia akan lebih diingat di akhirat, di hadapan malaikat, dan dalam kenikmatan abadi. Hal ini menegaskan bahwa ikatan batin antara hamba dengan Allah sangat kuat dan langgeng, selalu memberikan keberkahan dan perlindungan kepada hamba-Nya yang rajin mengingat-Nya.

<sup>4</sup> Hadi Yah Salim, *Terjemahan Mukhtarul Ahadits* (Bandung: PT. Al-Ma'arif, 1981), cet. Ke-3, hlm. 173.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Zikir adalah amaliah yang sudah sangat tua. Dalam Islam diajarkan bahwa amaliah ini merupakan amalan yang selalu dilakukan oleh para Nabi sejak masa Nabi Adam a.s. hingga ke masa Rasulullah, Muhammad s.a.w., yang diteruskan oleh para sahabat, *tābi'ūn*, *tābi' tābi'in* hingga ke generasi sekarang. Pada Nabi Adam a.s., misalnya, zikir beliau yang terkenal adalah ucapan permohonan ampun yang direkam dalam Q.S. *al-A'rāf* [7]: 23 berikut ini:

قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ  
 الْخَاسِرِينَ

Keduanya berkata: “Ya Tuhan kami, kami telah menganiaya diri kami sendiri, dan jika Engkau tidak mengampuni kami dan memberi rahmat kepada kami, niscaya pastilah kami termasuk orang-orang yang merugi.”<sup>5</sup>

Perlu diketahui bahwa termasuk yang paling serius dalam menjaga dan mengajarkan amaliah zikir adalah para Sufi. Tinjauan terhadap literatur tasawuf mendapati bahwa amaliah yang satu ini merupakan salah satu bagian yang penting dalam doktrin tasawuf. Tidak hanya itu, zikir bahkan merupakan kewajiban harian para *al-masyāyikh al-ṣūfiyyah* sekaligus yang diinstruksikan kepada seluruh *muṭasawwifūn*, istilah yang dipopulerkan oleh al-Hujwirī dalam *Kasyf al-Mahjūb*<sup>6</sup> yang bermakna para murid yang sedang dalam proses mengikuti jalan tasawuf.

Amin Syukur (1952-2021) merupakan salah seorang yang turut menjadikan zikir sebagai metode dalam terapi hati yang digelutinya. Berangkat dari penyakit kanker yang dialaminya, yang oleh dokter divonis mati dalam jangka waktu setahun, Amin Syukur mendalami dan mempraktikkan amaliah zikir sebagaimana yang dikenal dalam tradisi tasawuf.

Kesembuhannya dari penyakit ini benar-benar menakjubkan, yang kemudian membawanya untuk menyebarluaskan pengalaman penyembuhannya

<sup>5</sup> *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Penerjemah: Tim Penerjemah Departemen Agama RI (Jakarta: CV Darus Sunnah, 2002), hlm. 153.

<sup>6</sup> Al-Hujwirī, *Kasyf al-Mahjūb*, ed. A.R. Nicholson, terj. Risalah Persia Tertua Tentang Tasawuf (Bandung: Mizan, 1994).

kepada khalayak ramai. Walhasil, Guru Besar Tasawuf dari UIN Walisongo, Semarang, ini dikenal luas di tengah-tengah masyarakat sebagai seorang penyembuh (*healer*).

Memang sudah banyak yang mengkaji terapi zikir yang digeluti oleh Amin Syukur. Sebut saja, misalnya, karya Muhammad Faizin yang berjudul “*Perjalanan Spiritual Prof. Dr. H.M. Amin Syukur, M.A (Studi Kasus Penyembuhan Penyakit Dengan Terapi Sufistik)*”,<sup>7</sup> Siti Patimah, “*Konsep Altruisme Perspektif Tasawuf Dalam Buku Tasawuf Sosial Karya Amin Syukur*”<sup>8</sup> dan Lutfi Rohimah, “*Pemikiran Tasawuf Amin Syukur dan Relevansinya Dengan Moralitas Sosial*”.<sup>9</sup>

Namun demikian, perlu disebutkan bahwa pemaparan tentang amaliah zikir Amin Syukur masih dilakukan dalam bentuk penyajian materi zikir-zikirnya, dan belum maksimal dalam membahas perspektif beliau sendiri tentang terapi zikir. Inilah kemudian yang memunculkan gagasan untuk mengkaji Perspektif Amin Syukur (1952-2021 M) Tentang Terapi Zikir Dalam Pengobatan Penyakit Jiwa.

## B. Penegasan Istilah

Untuk kesalahan makna ataupun kekeliruan istilah-istilah dalam judul skripsi yang di tulis, maka penulis perlu memaparkan makna yang terdapat dalam judul skripsi penulis, yaitu :

### 1. Perspektif

<sup>7</sup> Muhammad Faizin, “Perjalanan Spiritual Prof. Dr. H.M. Amin Syukur, M.A: Studi Kasus Penyembuhan Penyakit Dengan Terapi Sufistik”, *Skripsi S1 Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, IAIN Walisongo, Semarang* (2008).

<sup>8</sup> Siti Patimah, “Konsep Altruisme Perspektif Tasawuf Dalam Buku Tasawuf Sosial Karya Amin Syukur”, *Skripsi S1 Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, UIN Sunan Gunung Djati Bandung* (2023).

<sup>9</sup> Lutfi Rohimah, “Pemikiran Tasawuf Amin Syukur dan Relevansinya Dengan Moralitas Sosial”, *Tesis S2 Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, UIN Raden Intan Lampung* (2022).

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, perspektif merupakan cara pandang, pandangan, atau cara menggambarkan suatu benda secara tiga dimensi (panjang, lebar, dan tinggi) pada bidang datar.

Jadi dapat diartikan Perspektif merupakan cara pandang atau sudut pandang seseorang dalam melihat, memahami, atau menilai sesuatu. Dalam seni visual, perspektif merujuk pada teknik menggambar atau melukis yang menciptakan ilusi kedalaman dan ruang pada permukaan datar. Dalam konteks lain, perspektif bisa berarti bagaimana seseorang memandang atau memahami suatu situasi berdasarkan latar belakang, pengalaman, atau pandangan hidupnya.

#### 2. Terapi Zikir

*Therapy* (dalam bahasa Inggris) artinya pengobatan dan Shifa dalam bahasa arab identik dengan penyembuhan dan berasal dari kata “*syafa-yasfi-syifa*” yang berarti penyembuhan. Terapi juga diartikan sebagai upaya yang sistematis dan terencana mengatasi masalah yang dihadapi klien dengan tujuan mengembalikan, memelihara dan mengembangkan kondisi klien secara tertib agar pikiran dan hatinya berada dalam kondisi dan posisi yang proporsional.

Secara etimologis, kata zikir berasal dari kata *dzakara-yadzkaru, dzikrun wa dzukrun* yang artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mempelajari pemahaman atau ingatan. Mengingat dalam kehidupan manusia, kata mengingat ini mempunyai arti yang sangat dalam karena merupakan salah satu fungsi dari pikiran yang jernih berdasarkan ilmu pengetahuan.<sup>10</sup> Zikir secara terminologis adalah ingatan atau praktik spiritual yang mengungkapkan kehadiran Tuhan dengan membayangkan-Nya atau cara untuk mencapai konsentrasi spiritual (melalui sebutan nama Tuhan dengan berirama).<sup>11</sup>

Jadi dapat menyimpulkan bahwa terapi zikir itu upaya untuk mengobati, menyembuhkan, mengatasi, dan memelihara kesehatan mental seseorang dengan

<sup>10</sup> M. Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*, 1st edn (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 16.

<sup>11</sup> Agus Riyadi, “Zikir Dalam Al Quran Sebagai Terapi Psikoneurotik” *Jurnal Konseling Religi UIN Walisongo Semarang*, Vol. 4 Tahun 2013, hlm. 37.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
 cara mendekatkan diri Kepada Allah melalui kegiatan zikir untuk mengingat Allah.

### 3. Pengobatan

Pengobatan adalah proses yang digunakan untuk mendiagnosis, mengobati, atau merawat penyakit dan kondisi kesehatan. Ini melibatkan berbagai metode seperti penggunaan obat-obatan, terapi fisik, bedah, dan perubahan gaya hidup. Tujuannya adalah untuk mengurangi gejala, menyembuhkan penyakit, atau meningkatkan kualitas hidup seseorang. Pengobatan dapat dilakukan oleh profesional medis seperti dokter, perawat, dan ahli terapi.

### 4. Penyakit Jiwa

Penyakit jiwa atau gangguan jiwa adalah pola psikologis atau perilaku yang ditunjukkan pada manusia, menyebabkan stres dan mempengaruhi kualitas hidup dan disfungsi. Itu mencerminkan disfungsi psikologis, bukan sebagai akibat penyimpangan atau konflik sosial Masyarakat.<sup>12</sup> Gangguan jiwa merupakan salah satu bentuk manifestasinya penyimpangan perilaku disebabkan oleh distorsi emosi, sehingga menimbulkan perilaku yang tidak biasa atau tidak wajar. Hal ini dapat terjadi karena semua fungsi kejiwaan (mental) menurun.<sup>13</sup>

### Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Diketahui bahwa kajian-kajian tentang terapi zikir Amin Syukur masih sebatas pemaparan tentang materi zikir yang dilakukan.
2. Perspektif beliau tentang terapi zikir itu sendiri masih dibahas secara bersahaja, dan kurang memperhatikan korelasi terapi yang beliau praktikkan dan ajarkan dengan pengalaman yang dilaluinya.

<sup>12</sup> Stuarts, G W., *Principles And Practice Of Psychiatric Nursing* (St. Louis: Mosby, 2013), hlm. 356.

<sup>13</sup> Nasir, A & Muhith,,A, *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori* (Jakarta: Salemba Medika, 2011), hlm. 1.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Kurangnya penjelasan terkait makna-makna bacaan zikir yang diamalkan Amin Syukur.

**Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, agar substansi penelitian lebih sistematis dan terarah maka peneliti menetapkan batasan penelitian ini berfokus pada perspektif Amin Syukur terhadap zikir dan terapi zikir dalam mengentaskan permasalahan kejiwaan dengan bacaan zikirnya.

**Rumusan Masalah**

Permasalahan yang akan dikaji melalui penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana perspektif Amin Syukur tentang zikir dan terapi zikir?
2. Bagaimana pengentasan permasalahan kejiwaan melalui terapi zikir menurut Amin Syukur?

**Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Berdasarkan kedua permasalahan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Perspektif Amin Syukur tentang zikir dan terapi zikir.
2. Pengentasan permasalahan kejiwaan melalui terapi zikir menurut Amin Syukur.

**Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang hendak dicapai melalui penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah pengetahuan keilmuan yang terkait dengan terapi zikir, yang tentunya akan menambah khazanah literatur ilmu-ilmu keislaman.
2. Secara institusional, penelitian ini dapat memperkuat posisi Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin, UIN Suska Riau, sebagai program studi yang mengiringi perkembangan ilmu dan kerohanian di tengah-tengah masyarakat kontemporer.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

3. Secara terapan, hasil penelitian ini dapat memberikan panduan praktis bagi individu maupun kelompok dalam memahami dan mengamalkan zikir untuk, khususnya, tujuan terapi.

### Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menguraikan metode sebagai berikut:

#### 1. Jenis Penelitian

Berdasarkan jenisnya, penelitian ini bersifat kualitatif, dan dengan begitu termasuk pada jenis penelitian pustaka (*library research*), yaitu penelitian yang bahannya diperoleh dengan cara mengumpulkan informasi dari berbagai sumber, yang dalam hal ini mencakup buku, majalah, surat kabar, dan dokumen-dokumen terkait lainnya dengan tujuan penelitian ini.

#### 2. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan dua sumber, yaitu data primer dan data sekunder. Termasuk dalam kategori data primer adalah sumber-sumber yang ditulis oleh Amin Syukur sendiri, seperti buku *Zikir Menyembuhkan Kanker*,<sup>14</sup> *Terapi Hati*,<sup>15</sup> dan *Tasawuf Kontekstual*.<sup>16</sup> Sebaliknya, data sekunder penelitian ini berasal dari sumber-sumber lain yang ditulis orang tentang Amin Syukur terutama yang berhubungan dengan perspektif beliau tentang zikir, seperti artikel, buku, jurnal dan lainnya.

#### 3. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu restatemen data, deskripsi data, dan interpretasi data. Restatemen data dilakukan dengan mengacu pada kutipan langsung dan tidak langsung dari data primer dan data sekunder. Deskripsi data dilakukan untuk menunjukkan pola atau kecenderungan data mengenai pendapat Amin Syukur tentang zikir dan terapi

<sup>14</sup> Amin Syukur, *Zikir Menyembuhkan Kanker* (Jakarta: Erlangga, 2016).

<sup>15</sup> Amin Syukur dan Fathimah Usman. *Terapi Hati dalam Seni Menata Hati* (Semarang: Pustaka Nuun, 2008).

<sup>16</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014).

zikir. Tahap yang terakhir, interpretasi data yaitu dilakukan dengan menunjukkan permasalahan kejiwaan dan bacaan zikir yang Amin Syukur terapkan.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperlukan untuk penelitian ini berasal dari data primer dan sekunder yang telah disebutkan di atas. Pengumpulannya dilakukan dengan cara membaca sumber-sumber tersebut dan mencatat poin-poin penting yang sesuai dengan kebutuhan penelitian ini. Dari sini kemudian data-data tersebut di telaah secara sistematis dan dihubungkan-kaitkan antara satu sama lain sehingga menghasilkan perspektif yang dapat dipertanggungjawabkan dalam menjawab permasalahan penelitian yang telah disampaikan sebelumnya. Terakhir, data-data tersebut disusun secara sistematis dan berpatutan sesuai dengan panduan penulisan skripsi Fakultas Ushuluddin sehingga menjadi kerangka yang dapat dipahami.

#### H. Sistematika Penulisan

Penelitian yang diusulkan melalui skripsi ini terdiri atas lima bab. Bab pertama, yaitu pendahuluan, berisi pengantar yang menggambarkan keseluruhan isi tulisan, sehingga dapat memberikan informasi tentang segala sesuatu yang berkaitan dengan penelitian ini. Bab ini meliputi latar belakang masalah yang bertujuan menjelaskan secara akademik mengapa penelitian ini perlu dilakukan. Ini dilanjutkan dengan penegasan istilah, identifikasi, batasan dan rumusan masalah guna menegaskan istilah-istilah pada judul dan memaparkan permasalahan yang mengemuka terkait dengan judul penelitian ini. Kemudian diusul oleh tujuan dan manfaat penelitian yang menggambarkan tujuan yang hendak dicapai melalui penelitian ini, serta signifikansi atau sumbangannya secara teoritis keilmuan, institusi, dan terapan. Kemudian bab ini diisi dengan metode penelitian, disertai dengan jenis penelitian, sumber data, teknik analisis data dan teknik pengumpulan data. Terakhir, bab ini berisi sistematika penulisan yang membantu memahami keseluruhan isi penelitian yang akan dilaksanakan.

Bab dua pula memuat kerangka teori yang berisikan landasan teori dan tinjauan kepustakaan. Di sini perhatian difokuskan pada tinjauan yang memuat

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penjelasan mengenai Amin Syukur, mulai dari biografi, pendidikan dan karya-karya beliau disebutkan pada bab ini. Kemudian dilanjutkan dengan teori-teori. Terakhir, bab ini berisi tinjauan kepustakaan untuk mengetahui karya-karya yang sudah membahas tentang isu zikir dalam perspektif Amin Syukur dan perbedaan metode penelitian ini dari yang terdapat pada karya-karya tersebut.

Bab tiga memuat jawaban dari rumusan masalah pertama, yaitu perspektif Amin Syukur tentang zikir, dan pandangan beliau tentang terapi zikir..

Bab keempat memuat jawaban dari rumusan masalah kedua, yaitu tentang cara pengentasan permasalahan kejiwaan yang dialami Amin Syukur. Kemudian dilanjutkan dengan bacaan-bacaan yang beliau terapkan untuk tujuan penyembuhan, disertai dengan teknik olah pernapasan ala beliau.

Bab lima, yang merupakan bab terakhir, penelitian yang diajukan melalui skripsi ini ditutup dengan kesimpulan hasil penelitian dan saran-saran yang perlu diperhatikan oleh peneliti selanjutnya dalam mengkaji bidang yang semisal dengan penelitian ini.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II KAJIAN TEORITIS

### Landasan Teori

#### 1. Amin Syukur

##### a. Biografi

Amin Syukur lahir pada tanggal 17 Juli 1952 di Desa Kalirejo, Dukun, Gresik, dan meninggal pada hari Senin, tanggal 15 Maret 2021 pukul 23.45 WIB, di RSUD Dr. Kariyadi Semarang. Beliau dimakamkan di Pondok Pesantren Progresif Fatimah AI Amin, Perum BPI Blok S No.33 Ngaliyan. Nama ayahnya adalah H. Abd. Syukur (Alm) dan nama ibunya adalah Hj. Umi Kulsum (Almh). Sebelum menikah dengan Umi Kulsum, ayahnya pernah menikah dengan Munassarah (Almh) dan mempunyai lima orang anak, namun empat diantaranya telah meninggal dunia. Satu-satunya yang masih hidup adalah Abdul Mujib, kakak laki-lakinya.

Sejak kecil, Amin Syukur selalu merasa mendapat perhatian khusus dari orang tuanya, yang memberikan segalanya demi kesejahteraan dan kebahagiaannya. Amin Syukur bangga dengan orang tuanya karena telah membimbingnya sejak kecil untuk mengabdikan hidupnya pada ibadah.<sup>17</sup> Pada tahun 1880, Amin Syukur menikah dengan Fatimah Usman, dan dikaruniai dua orang putri bernama Ratih Rizki Nirwana dan Nugraheni Itsnal Muna, yang kini masing-masing mereka sudah membangun rumah tangga.

##### b. Pendidikan

Amin Syukur memulai pendidikannya di Pondok Pesantren al-Karimi, Tebuwung, Gresik, kemudian melanjutkan ke Madrasah Ibtida'iyah (MI) Pondok Pesantren Ihyaul 'Ulum Gresik. Setelah itu, ia melanjutkan pendidikannya di Madrasah Tsanawiyah (MTs) dan Madrasah Aliyah (MA) AIN Ponpes Darul Uloom Jombang. Amin Syukur melanjutkan pendidikan tingginya di Fakultas

<sup>17</sup> Siti Yumnah dan Abdul Hakim “Konsep Zikir Menurut Amin Syukur dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam”, *Jurnal Lisan Al-Hal* Vol. 13, No 1, Juni Tahun 2019, hlm. 102.

Ushuluddin, Universitas Nahdlatul Ulama (UNDAR) Jombang, di mana itu merupakan tempat Amin Syukur memperoleh gelar sarjana pada tahun 1976. Kemudian, ia melanjutkan studi S3 nya di Fakultas Ushuluddin, IAIN Walisongo Semarang, dan berhasil memperoleh gelar sarjana pada tahun 1979.<sup>18</sup>

Ketertarikannya yang besar terhadap ilmu pengetahuan mendorongnya untuk melanjutkan pendidikan di Program Pascasarjana IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, meskipun sekaligus menjabat sebagai Dosen dan Pembantu Rektor III di IAIN Walisongo Semarang dari tahun 1983-1997. Pada program pascasarjana tersebut, Amin Syukur fokus mengambil spesialisasi dalam bidang tasawuf. Amin Syukur menyelesaikan program magisternya pada tahun 1990 dengan tesis berjudul “*Sumbangan Al-Hallaj terhadap Perkembangan Pemikiran Tasawuf*”, dan menyelesaikan program doktor di tempat yang sama pada tahun 1996, dengan disertasi berjudul “*Zuhud dalam Sorotan al-Qur’an dan Aplikasinya di Masa Kini*”.<sup>19</sup>

### c. Karya-karya

Pengantar Ilmu Tauhid (1987), Filsafat Akhlak (1988), Pengantar Kajian Islam (1996), Zuhud di Era Modern (1997), Menggugat Tasawuf, Tanggung Jawab Sosial di Abad Kedua Puluh Satu (1999), Kajian Tasawuf Intelektual karya Al-Ghazali (ditulis bersama Dr. H. Masar al-Din, MA 2001), Tasawuf Kontekstual (2014), Tasawuf Sosial (2004), Tasawuf untuk Umat Biasa (2005), Zikir Menyembuhkan Kanker (2016), Terapi Hati dalam Seni Menata Hati (2008), Menyatukan Dua Hati, Tips Sukses Membangun Keluarga Sakinah (2009).

## 2 Terapi

### a Pengertian Terapi

Terapi merupakan upaya memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, pengobatan penyakit dan perawatan penyakit. Di dalam Dalam bidang kedokteran, kata terapi identik dengan kata pengobatan.<sup>20</sup> Menurut kamus lengkap

<sup>18</sup> Amin Syukur, *Zikir Menyembuhkan Kanker* (Jakarta: Erlangga, 2016). hlm. 142.

<sup>19</sup> *Ibid.*, hlm. 142-143.

<sup>20</sup> Suharso Dan Ana Retnoningsih, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Semarang: Widya Karya, 2013), hlm. 506.

Psikologi, terapi adalah perlakuan dan pengobatan yang ditujukan untuk menyembuhkan suatu kondisi patologis (pengetahuan tentang penyakit atau kelainan).<sup>21</sup> Terapi juga dapat diartikan sebagai salah satu jenis pengobatan penyakit dengan kekuatan batin atau rohani, tidak pengobatan dengan obat-obatan.<sup>22</sup>

### b. Tujuan Terapi

- 1) Memperkuat motivasi untuk melakukan hal yang benar. Hal ini biasanya dilakukan melalui terapi yang bersifat direktif dan suportif. Persuasi menggunakan segala cara, mulai dari nasehat sederhana hingga hipnotis digunakan untuk membantu orang bertindak dengan tepat.
- 2) Mengurangi tekanan emosional melalui kesempatan untuk mengekspresikan diri perasaan yang mendalam.
- 3) Mengubah kebiasaan. Terapi menawarkan kesempatan untuk merubah tingkah laku.
- 4) Meningkatkan pengetahuan diri. Terapi ini biasanya menuntun individu untuk lebih mengerti akan apa yang dirasakan, dipikirkan, dan dilukukannya.
- 5) Mengubah proses somatik supaya mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kesadaran individu.<sup>23</sup>

### 3. Zikir

#### a. Pengertian Zikir

Secara etimologis, kata zikir berasal dari kata *dzakara-yadz-kuru, dzikrun wa dzikrun* yang artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mempelajari pemahaman atau ingatan. Mengingat dalam kehidupan manusia, kata mengingat ini mempunyai arti yang sangat dalam karena merupakan salah satu fungsi dari

<sup>21</sup> J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: Pt. Raja Grafindo, 2001), hlm. 507.

<sup>22</sup> Yan Pramadya Puspa, *Kamus Umum Populer* (Semarang: Cv Aneka Ilmu, 2003), hlm.

<sup>23</sup> Tiara Nurfalah Dkk, *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Prespektif Psikologi Islam* (Palembang: Noerfikri, 2016), hlm. 103.

piran yang jernih berdasarkan ilmu pengetahuan.<sup>24</sup> Zikir secara terminologis adalah ingatan atau praktik spiritual yang mengungkapkan kehadiran Tuhan dengan membayangkan-Nya atau cara untuk mencapai konsentrasi spiritual (melalui sebutan nama Tuhan dengan berirama).<sup>25</sup>

Dalam tasawuf, pengertian zikir menurut Al-Ghazali pilar yang sangat kuat untuk mendekatkan diri kepada Allah. Bahkan zikir juga menjadi pilar pengajaran bagi tarekat. Karena seseorang tidak akan mencapai Allah SWT kecuali dengan selalu melakukan zikir secara rutin.<sup>26</sup>

### b Macam-macam Zikir

Dalam Islam ada tiga jenis dzikir, yaitu: Dzikir Zhahir (nampak), dzikir khofi (tersembunyi) dan dzikir haqiqi.<sup>27</sup>

- 1) Zikir *ẓāhir* (nampak) mencakup:
  - a) Pujian-pujian kepada Allah, seperti ucapan *subḥanaLlāh, al-ḥamd liLlāh, lā ilāha illaLlāh*, dan *Allāh akbar*.
  - b) Doa seperti ucapan 'Wahai Dzat Yang Maha Hidup dan Maha Menjaga, dengan rahmat-Mu-lah saya memohon pertolongan'
  - c) *Al-Ri'āyah* (penjagaan), seperti ucapan "Allah pasti bersamaku".
- 2) Zikir *khāfi* atau tersembunyi, yaitu dzikir dalam hati.
- 3) Zikir *ḥaqīqī*, yaitu jika Allah SWT mengingat seorang hamba seperti yang ditegaskan dalam firman Allah, "karena itu, ingatlah kalian kepada-Ku, dan janganlah mengingkari (nikmat)-Ku" (Q.S. *al-Baqarah* [2]: 152).

Umumnya zikir kepada Allah dapat dibagi menjadi empat yang berikut ini, yang semuanya ditujukan untuk mengingat Allah SWT.:

1. Zikir pikir (tafakkur).
2. Zikir dengan lisan atau ucapan.

<sup>24</sup> M. Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*, 1st edn (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 16.

<sup>25</sup> Agus Riyadi, "Zikir Dalam Al Quran Sebagai Terapi Psikoneurotik" *Jurnal Konseling Religi UIN Walisongo Semarang*, Vol. 4 Tahun 2013, hlm. 37.

<sup>26</sup> Simuh, *Sufisme Jawa: Transformasi Tasawuf Islam Ke Mistik Jawa*, 1 st edn (Jakarta: Gramedia, 2009), hlm. 96.

<sup>27</sup> M. Sahid Thohuri, *Meleraai Duka Dengan Dzikir Malam* (Bandung: al-Marif, 1986), hlm. 20.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Zikir dengan hati atau kalbu.
4. Zikir dengan amal perbuatan.<sup>28</sup>

Secara ringkas bisa dijelaskan bahwa zikir pikir (*tafakkur*) adalah aktivitas berzikir dalam format berpikir tentang penciptaan langit dan bumi, tentang diri sendiri sebagai sosok makhluk dan hamba Allah yang diciptakan dengan teramat indah dan sempurna. Secara lahiriah, aktivitas merenungkan dan memikirkan makna kandungan al-Qur'an adalah bentuk dari zikir pikir ini. Zikir lisan pula merupakan zikir yang diucapkan dengan lisan dan dapat didengar oleh telinga orang yang bersangkutan maupun orang lain, yang pelaksanaannya dilakukan dengan cara melafazkan, misalnya, kalimat tahlil, tahmid, tasbih dan lain-lain.

Zikir kalbu pula merupakan aktivitas mengingat Allah yang dilakukan dalam hati. Tepatnya, dengan cara ingatan hati. Terkadang zikir kalbu juga dimaknai dengan melaksanakan zikir dengan lidah dan hati, dimana lidah menyebut lafal tertentu lafaz zikir dengan suara yang pelan, dan hati mengingat dengan meresapi maknanya. Terakhir adalah zikir amal, ini adalah sebuah zikir tingkat akhir, yang juga merupakan perbuatan atau kegiatan baik. Yang mana tindakan yang dilakukan sesuai dengan ajaran dan perintah Allah SWT. Dengan kata lain, Zikir amal ini merupakan amal shaleh yang dilakukan dengan niat ikhlas dengan tujuan mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.<sup>29</sup>

#### c. Manfaat Zikir

Secara umum zikir mempunyai banyak manfaat antara lain dapat melunakkan hati seseorang agar dapat melihat kebenaran dan kemampuan menerima kebenaran, serta dapat memberikan kesadaran bahwa Allah SWT telah mengatur, dan bahwasannya yang ditakdirkan-Nya adalah yang terbaik, dan hal itu dapat meningkatkan perbuatan yang telah kita kerjakan. Dan kualitas dari apa yang kita lakukan dinilai oleh Allah bukan dari lahirnya melainkan dari

<sup>28</sup> Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir: Menentramkan jiwa membangkitkan optimisme* (Jakarta: Amzah, 2014), hlm. 22.

<sup>29</sup> *Ibid.*, hlm. 23-32.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kekhususannya, sehingga zikir dapat melindungi dari godaan setan karena hanya setan yang dapat menggoda manusia untuk melupakan Allah SWT.<sup>30</sup>

Manfaat berzikir dalam rangka melawan godaan setan sangat penting dalam pandangan agama Islam. Zikir membantu memelihara kesadaran spiritual yang ketat terhadap Tuhan Yang Maha Esa, sehingga seseorang lebih mampu mengenali dan menolak godaan setan yang berusaha menggoda dan mengalihkan perhatian dari kebenaran dan kebaikan. Dengan memusatkan perhatian pada zikir, seseorang dapat membangun pertahanan batin yang kuat dan meningkatkan daya tahan terhadap godaan-godaan yang dapat merugikan keimanan dan perilaku akhlak. Oleh karena itu, zikir tidak hanya sekedar pengingat akan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, namun juga merupakan sarana perlindungan spiritual yang efektif dalam menghadapi tantangan setan.

Seseorang yang berzikir akan merasakan beberapa manfaat, selain merasakan ketenangan batin, juga terdapat manfaat-manfaat yang lain, yaitu sebagai berikut:<sup>31</sup>

Seperti yang terdapat dalam al-Qur'an beberapa manfaat dari berzikir yakni: *Pertama*, meneguhkan hati, manfaat zikir itu membuat hati kita kuat. Menghasilkan keyakinan dan keteguhan hati kita kepada Allah SWT. Dasar dari hal ini terdapat dalam Q.S al-Anfal [8]: 45.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا لَقِيتُمْ فِئَةً فَاثْبُتُوا وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Wahai orang-orang yang beriman, apabila kamu memerangi pasukan musuh, maka berteguh hatilah kamu dan sebutlah nama Allah sebanyak-banyaknya agar kamu beruntung.<sup>32</sup>

*Kedua*, ketika kita mengingat Allah SWT, maka Allah juga mengingat kita. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S *al-Baqarah* [2]: 152.

<sup>30</sup> Labib, Memahami Ajaran Tasawuf: *Upaya Menciptakan Insan Bertaqwa, Melalui Kesehatan Hidup Yang Sebenarnya* (Surabaya: Tiga Dua), hlm. 181.

<sup>31</sup> Wahab, *Menjadi Kekasih Tuhan* (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2007), hlm. 87.

<sup>32</sup> Q.S. al-Anfal [8]: 45

## فَاذْكُرُونِي أَنذُرَكُمْ وَأَنْتُمْ لِِي وَلَا تَكْفُرُونَ

Ingatlah kepada-Ku, niscaya kamu akan Aku ingat pula. Dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku.<sup>33</sup>

Dari ayat diatas dapat dijelaskan ketika Allah SWT mau mengingat kita, ingatlah Allah. Oleh karena itu kita tahu kapan Allah SWT mengingat kita. Dalam satu hadis qudsi dikatakan, “Aku akan bersama hamba-Ku selama ia mengingat-Ku dan kedua bibirnya bergerak karena Aku”.

*Ketiga*, manfaat bagi orang yang berzikir berikutnya adalah dirinya senantiasa diikuti oleh kebaikan. Oleh karena itu, seorang muslim senantiasa berzikir agar selalu mendapatkan kebaikan demi kebaikan. Rasulullah s.a.w. pernah bersabda dalam hadits riwayat Bukhari, “Tidak ada satu kaum yang duduk sambil berzikir kepada Allah melainkan mereka akan dikelilingi oleh malaikat, diselimuti oleh rahmat, dan Allah akan mengingat mereka di hadapan makhluk yang ada di sisi Allah SWT”<sup>34</sup>

Kemudian ada pula manfaat zikir dalam kitab *Fāth al-Jādīd* menurut Hasbiashiddiq yaitu "mendapatkan rahmat dan hidayah Allah SWT, membimbing hati mengingat dan menyebut asma Allah SWT, mendatangkan kebahagiaan dunia dan akhirat, memberikan cahaya pada hati dan menghilangkan kekeruhan jiwa, mendapatkan ampunan dan keridā'an Allah SWT, melepaskan perasaan was-was dan membentengi diri dari perbuatan maksiat."<sup>35</sup>

### 4 Penyakit Jiwa

#### a Pengertian Penyakit Jiwa

Penyakit jiwa atau gangguan jiwa adalah pola psikologis atau perilaku yang ditunjukkan pada manusia, menyebabkan stres dan mempengaruhi kualitas hidup dan disfungsi. Itu mencerminkan disfungsi psikologis, bukan sebagai akibat

<sup>33</sup> Q.S Al-Baqarah [2]: 152

<sup>34</sup> Tantawi Rafiqi. “*Faedah Zikir Menyebut Nama Allah Guna Mengingat Nya*”, Skripsi, Sumatera Utara: Universitas Medan Area, 2018.

<sup>35</sup> Cece Jalaludin, Hasan, “Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Saahri Melalui Tazkiyatun Nafs”, Skripsi S1 Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Gunung Djati, Bandung (2018), hlm. 132.

penyimpangan atau konflik sosial Masyarakat.<sup>36</sup> Gangguan jiwa merupakan salah satu bentuk manifestasinya penyimpangan perilaku disebabkan oleh distorsi emosi, sehingga menimbulkan perilaku yang tidak biasa atau tidak wajar. Hal ini dapat terjadi karena semua fungsi kejiwaan (mental) menurun.<sup>37</sup>

### b. Gejala Gangguan Jiwa

Gejala dan tanda gangguan jiwa tergantung pada jenis gangguan jiwa yang dialami. Penderitanya dapat mengalami gangguan pada emosi, pola pikir, dan perilaku. Beberapa gejala gangguan jiwa antara lain:<sup>38</sup>

- 1) Khayalan yaitu memercayai sesuatu yang tidak nyata ada atau tidak sesuai dengan fakta sebenarnya.
- 2) Halusinasi, yaitu sensasi ketika seseorang melihat, mendengar, atau merasakan sesuatu yang sebenarnya tidak ada atau tidak nyata.
- 3) Perubahan suasana hati selama periode tertentu.
- 4) Perasaan sedih yang berlangsung berbulan-bulan.
- 5) Perasaan cemas dan takut yang berlebihan dan terus menerus hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Gangguan makan, misalnya takut berat badan, cenderung memuntahkan makanan, atau makan dalam jumlah banyak.
- 6) Perubahan pola tidur, seperti merasa mengantuk dan mudah tertidur, kesulitan tidur, serta gangguan pernafasan dan kaki gelisah saat tidur.
- 7) Marah berlebihan hingga membuat ulah dan mengambil tindakan kekerasan terhadap diri sendiri atau orang lain.

<sup>36</sup> Stuarts, G W., *Principles And Practice Of Psychiatric Nursing* (St. Louis: Mosby, 2003), hlm. 356.

<sup>37</sup> Nasir, A & Muhith,,A, *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori* (Jakarta: Salemba Medika, 2011), hlm. 1.

<sup>38</sup> Gangguan mental, <https://www.alodokter.com/kesehatan-mental/> diakses hari Kamis, tanggal 1 Agustus 2024 pukul 22.39 WIB.

## Tinjauan Pustaka

Seperti yang telah disebutkan di latar belakang penelitian ini, kajian tentang terapi zikir ala Amin Syukur sudah ada yang melakukan. Akan tetapi secara umum bisa dikatakan bahwa kajian tersebut masih berkuat pada materi zikir beliau, sedangkan analisis tentang perspektif beliau tentang zikir dan terapi zikir masih perlu disempurnakan.

Skripsi Muhammad Faizin yang berjudul “*Perjalanan Spiritual Prof. Dr. H.M. Amin Syukur, M.A: Studi Kasus Penyembuhan Penyakit Dengan Terapi Sufistik*”<sup>39</sup> misalnya: berbicara tentang karakter dan efektifitas pengobatan sufi dilakukan oleh Amin Syukur sebagai tenaga medis yang telah mampu menyembuhkan penyakit yang dideritanya dengan menggunakan khasiat pengobatan sufi seperti berdo’a dan terapi tahajud. Sayangnya, pandangan Amin Syukur tentang zikir dan terapi zikir, serta permasalahan kejiwaan yang sudah beliau atasi melalui terapi zikirnya belum disentuh secara proporsional.

Tesis Lutfi Rohimah, Mahasiswi UIN Raden Intan Lampung (2022) yang berjudul “*Pemikiran Tasawuf Amin Syukur dan Relevansinya Dengan Moralitas Sosial*”.<sup>40</sup> Penelitian ini berisikan tentang moralitas social dan tasawuf, paradigma tasawuf dalam pandangan Amin Syukur dan relevansi pemikiran Amin Syukur dengan moralitas sosial tersebut.<sup>41</sup> Hasil penelitian inipun menyimpulkan bahwa terdapat tiga paradigma pokok pemikiran tasawuf Amin Syukur, *humanis, empiric* dan *fungsional*, selain itu paradigma pemikiran tasawuf Amin Syukur kaya akan nilai *insaniyyah*, yang dimana berfokus pada tatanan sosial dan hubungan kemasyarakatan. Dalam hubungan bermasyarakat tentu harus harmonis dan tasawuf yang di gagas olehnya relevan dan mampu menjawab tantangan problem kemasyarakatan sekarang yaitu degradasi moral.

<sup>39</sup> Muhammad Faizin, “Perjalanan Spiritual Prof. Dr. H.M. Amin Syukur, M.A: Studi Kasus Penyembuhan Penyakit dengan Terapi Sufistik”, *Skripsi S1 Prodi Tasawuf Psikoterapi* Fakultas Ushuluddin, IAIN Walisongo, Semarang (2008). hlm. 52.

<sup>40</sup> Lutfi Rohimah, *Pemikiran Tasawuf Amin Syukur dan Relevansinya Dengan Moralitas Sosial*. Tesis S2 Prodi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin, UIN Raden Intan, Lampung (2022).

<sup>41</sup> *Ibid.*, hlm. 122.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta dilindungi UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Hassan Riau

Skripsi Siti Patimah, Mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2023 yang berjudul "*Konsep Altruisme Perspektif Tasawuf Dalam Buku Tasawuf Sosial Karya Amin Syukur*".<sup>42</sup> Penelitian ini berisi tentang analisis pemikiran Amin Syukur mengenai tasawuf sosial dan konsep altruisme itu sejalan dengan pemikiran buku Tasawuf Sosial karya Amin Syukur, sehingga konsep tersebut terimplementasi dalam kehidupan sehari-hari.

Seperti yang sudah disebutkan sebelumnya, penelitian tentang Terapi Zikir Amin Syukur ada yang sudah melakukan. Namun, ada beberapa bagian tentang bacaan zikir yang belum dijelaskan makna zikirnya dan belum disajikan secara memuaskan, selain itu dalam penelitian sebelumnya belum dijelaskan perspektif Amin Syukur itu sendiri tentang zikir dan terapi zikir, dan permasalahan kejiwaan yang dialaminya. Hal ini menjadi poin tersendiri ketika menilai signifikansi penelitian yang disajikan dalam skripsi ini.

<sup>42</sup> Siti Patimah, *Konsep Altruisme Perspektif Tasawuf Dalam Buku Tasawuf Sosial Karya Amin Syukur*. Skripsi S1 Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, UIN Sunan Gunung Djati, Bandung (2023). hlm.20.


**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III PEMBAHASAN

### Perspektif Amin Syukur Tentang Zikir Dan Terapi Zikir

Dalam Islam, zikir dianggap sebagai pilar kuat dalam jalan spiritual menuju Allah s.w.t. Amin Syukur menegaskan seseorang tidak dapat mencapai Tuhan kecuali orang tersebut terus menerus berzikir. Dalam perspektif Amin Syukur, zikir merupakan salah satu bentuk ibadah yang dilakukan oleh orang-orang yang memiliki kesadaran mendalam akan kehadiran Tuhan. Ketika zikir dilakukan dengan melibatkan emosi dan otak secara bersamaan, maka dapat memberikan efek spiritual yang luar biasa.

Zikir, yang sering disebut dengan Wirid, merupakan bagian dari ibadah Mahdha atau ibadah langsung kepada Allah SWT. Zikir jenis ini erat kaitannya dengan aturan ibadah langsung kepada-Nya. Amin Syukur menjelaskan, zikir merupakan salah satu bentuk ibadah bagi makhluk hidup, khususnya manusia, yang dilakukan dengan kesadaran penuh mengingat Allah. Ketika zikir menggabungkan perasaan dan aktivitas otak secara bersamaan, dampak yang dihasilkan sangat mendalam dan signifikan dalam konteks spiritualitas individu.<sup>43</sup>

Zikir dalam pengertian yang luas merujuk pada peningkatan kesadaran bahwa Allah SWT adalah sumber segala gerakan, aturan, kehidupan, dan aspek lainnya. Sedangkan dalam pengertian yang sempit, zikir mencakup aktivitas membaca *tasbih*, *tahmid*, *tahlil*, dan *takbir*. Melalui praktik zikir, kita senantiasa mengingatkan hati kita kepada Allah SWT.

Dalam perspektif spiritual, berkah yang diterima seseorang dari Allah menandakan keamanan dan keselamatan spiritual individu tersebut. Namun, dalam keadaan apapun yang dialami seseorang, mereka tetap berada dalam lindungan dan ridha Allah SWT.<sup>44</sup>

<sup>43</sup> *Ibid.*, hlm. 62.

<sup>44</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014). hlm. 275.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penekanan pada zikir sebagai penghubung hati dengan Allah menunjukkan pentingnya hubungan batin dan spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari. Amalan zikir bukan sekedar rangkaian kata-kata ritual, melainkan wujud pengabdian yang mendalam dan penuh makna yang menguatkan ikatan spiritual seseorang dengan Sang Pencipta.

Zikir merupakan metode efektif untuk mengikat energi positif dan membentuk percepatan, mulai dari refleksi, sikap, realisasi, hingga aktivitas mengolah alam. Amalan zikir penting, karena tidak boleh diabaikan sedikit pun, dan menjadi jaminan ketenangan dalam diri seseorang. Ketika seseorang memelihara hubungan spiritualnya dengan Tuhan, hal ini membantu menanamkan dalam dirinya kualitas-kualitas Ilahi seperti pengetahuan, kebijaksanaan dan iman.

Menurut al-Ghazali, zikir secara etimologis berarti “mengingat”, namun dalam konteks istilah, zikir adalah upaya sungguh-sungguh untuk mengarahkan imajinasi, pemikiran dan perhatian manusia kepada Tuhan, dan urusan akhirat. Amalan zikir bertujuan untuk mentransformasikan seluruh kepribadian seseorang dan mengalihkan fokus dari duniawi yang menyita perhatian seseorang ke persiapan menuju akhirat.<sup>45</sup>

Penekanan pada zikir sebagai alat untuk menyelaraskan pikiran dan perasaan dengan Tuhan, menyoroti pentingnya praktik spiritual dalam memperkaya dan memperdalam hubungan individu dengan realitas spiritual dan transenden.

Menurut Ibnu Aththaylah As-Sakandari, zikir berarti menjauhkan diri dari kelalaian dengan selalu menyerahkan hati kepada Allah.<sup>46</sup> Senada dengan itu, 'Abd al-Mun'im Hifni, mengemukakan bahwa zikir muncul dari keadaan "kelalaian" dan mengacu pada keadaan mushahadah, yang meliputi perasaan takut (*Khauf*) kepada Allah, dan cinta (*Mahabbah*) yang mendalam terhadap seseorang. Ini adalah ungkapan yang diulang-ulang dengan cara tertentu, tergantung

<sup>45</sup> Kajiro Nakamura, Ghazali and Prayer, alih bahasa Uzair Fauzan, *Metode Zikir dan Doa Al-Ghazali* (Bandung: Arasy Mizan, 2005). hlm. 79.

<sup>46</sup> Al-Ghazali, Asrar Al-Adzkar wa Ad-Da'awat, alih bahasa, Muhammad Al-Baqir, *Rahasia Zikir dan Doa* (Bandung: Karisma, 1999), hlm. 38.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

keinginan orang yang berzikir. Hasan Syarqawi mengartikan zikir sebagai usaha untuk menghadirkan Allah SWT ke dalam hati yang disertai dengan renungan.<sup>47</sup>

Secara bahasa, zikir berarti “mengingat”. Zikir yang dimaksud di sini dimaksudkan untuk membantu kita menjadi hamba yang taat dan selalu mengingat Allah. Menurut para ahli, ada beberapa pendapat mengenai zikir:

Menurut Iman al-Ghazali, zikir merupakan prasyarat terpenting untuk mengikuti jalan Tuhan dan membuka dunia ghaib.<sup>48</sup>

Imam Ataylah al-Sakandari mengartikan zikir sebagai penglihatan hati atau pikiran yang timbul dari pemikiran terdalam melalui pengulangan Firman Allah SWT.<sup>49</sup>

Menurut Ibnu Qadamah, zikir merupakan ibadah yang paling penting bagi umat Islam. Setelah membaca Al-Qur’an, ingatlah Allah dengan lidahmu dan sampaikan melalui doa.<sup>50</sup>

Abu Sa’id Khudri meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w. pernah ditanya tentang hari kiamat, dan Rasulullah s.a.w. menjawab bahwa orang-orang yang sering menyebut nama Allah. Bahkan, beliau menyatakan bahwa derajat orang yang berzikir lebih mulia daripada orang yang berperang di jalan Allah, kecuali orang gugur dalam perang. (H.R. al-Bukhari Muslim dan al-Tirmidzi).

Oleh Abu Musa r.a., diriwayatkan bahwa Nabi s.a.w., bersabda: “Perbedaan antara rumah yang penuh zikir dan rumah yang tidak diisi zikir, seperti perbedaan antara orang hidup dan orang mati.” (H.R. Muslim).

Oleh Abu Hurairah r.a., dikisahkan bahwa Rasulullah s.a.w. bersabda: Allah berfirman, “Aku mentaati prasangka hamba-Ku terhadap diriku. Aku beresamanya saat dia mengingat-Ku. Saat dia mengingat-Ku dalam hatinya, Aku pun mengingatnya di hati-Ku. Jika dia mengingat-Ku di tengah keramaian, niscaya aku akan mengingatnya di tengah keramaian lebih baik dari mereka. Jika dia mendekatkan diri sejengkal lagi kepada-Ku, maka Aku akan mendekatinya

<sup>47</sup> Abu Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tarekat: Uraian Tentang Mistik* (Solo: Ramadhani, 1996), hlm. 276.

<sup>48</sup> Fatoni, *Integrasi Zikir Dan Pikir*, (Lombok Tengah: Forum Pemuda Aswaja, 2020), hlm. 1.

<sup>49</sup> Ibnu At-Thaillah al-Sakandari, *Zikir Penentram Hati*, (Jakarta: Zaman, 2013), hal. 29.

<sup>50</sup> *Ibid.*, hlm. 4.

sejauh genggam tangan. Jika dia mendekat kepada-Ku sejauh genggam tangan, maka Aku akan mendekatinya sejauh lengan yang lebih panjang. Jika dia mendatangi-Ku sambil berjalan-jalan, maka aku akan mendekatinya dengan berlari.”

Walaupun terdapat perbedaan pendapat tentang zikir diatas, namun sebenarnya maksud dan makna zikir sama, yaitu mengingat Allah melalui pelaksanaan, melalui amalan dan amalan, baik terlihat dari luar maupun tidak. Perbedaananya hanya pada cara dan penerapan zikirnya saja.

Amin Syukur membagi zikir menjadi empat bagian:<sup>51</sup>

1. Zikir lisan: Zikir lisan dapat diartikan sebagai zikir yang diucapkan secara lisan dan didengar oleh telinga, baik didengar oleh orang itu sendiri maupun didengar oleh orang lain. Lantunan lisan dan zikir terbagi menjadi dua jenis: suara lembut (*sirr*) dan suara keras (*jahr*), seperti Istighat dan salat berjamaah yang sering dilakukan oleh kelompok dalam organisasi Islam.
2. Zikir hati: Zikir ini merupakan kegiatan mengingat Allah dengan hati, syarat-syarat menghafal dengan hati sudah lengkap, di mana lidah mengucapkan sebagian zikir dengan lisan dan hati menghafal dan menyerap makna zikir tersebut.
3. Zikir ruh: Zikir ini adalah memusatkan seluruh jiwa dan raga kepada Tuhan Yang Maha Esa tanpa batas. Aturan zikir ini berasal dari Allah SWT dengan pertolongan-Nya. Ketika prinsip ini sudah mengakar dalam jiwa seseorang, maka wajar jika kesehariannya dihiasi dengan kedamaian dan ketenangan.
4. Zikir dengan Tindakan: Zikir ini mencerminkan tiga zikir sebelumnya. Dengan selalu mengingat Allah, manusia akan selalu berpikir benar dan jujur. Karena dengan prinsip di atas segala sesuatunya dengan sendirinya diserahkan kepada Allah SWT.

Dari keempat zikir bentuk di atas, terlihat jelas bahwa konsep zikir yang dirapikan oleh Amin Syukur mempunyai dampak psikologis bagi manusia.

<sup>51</sup> Amin Syukur dan Fatimah Utsman, *Insan Kamil Paket Pelatihan Seni Menata Hati* (Semarang: CV. Bima Sakti, 2006), hlm. 30.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dengan kata lain, zikir melibatkan kesadaran mental dan emosional bahwa, segala sesuatu merupakan manifestasi dari satu sumber.

Berdasarkan praktiknya, zikir dibagi menjadi tiga bagian.<sup>52</sup>

1. Dzikir bil-Amal: yaitu segala perbuatan yang tujuannya mengingat Allah SWT. Zikir ini disebut juga zikir umum, karena mengacu pada seluruh perbuatan yang dilakukan seluruh anggota tubuh, termasuk hati. Contoh zikir ini adalah seorang siswa tidak pernah menyontek dalam ujian, karena sadar bahwa Allah selalu mengawasi setiap saat dan setiap kesempatan.

2. Dzikir ‘Aqliyyah: yaitu zikir orang berilmu (*ulil albab*) melalui *Tafakur* dan *Tadabur*. Mereka menggunakan ilmu yang dimilikinya untuk berdzikir kepada Allah. Hal ini penting karena ketika para ilmuwan tidak menggunakan ilmunya untuk mengingat Allah, maka ilmunya cenderung menjadikan mereka sombong.

3. Dzikir bil-Lisān: yaitu zikir yang setiap ucapan yang diucapkan dengan tujuan mengingat Allah. Zikir lisan ini disebut juga zikir *Khaash* (khusus), karena berkaitan dengan kalimat zikir yang diucapkan. Misalnya mengucapkan *Istighfar*, *Takbir*, *Tahmid* dan *Tahlil* setelah selesai shalat Fardhu.

4. Dzikir *bil Qālbī*: yaitu dengan hati yang selalu mengingat Allah ketika muncul jalan untuk melakukan suatu maksiat. Misalnya kita berniat mengambil barang orang lain, namun kita tidak jadi melakukannya karena takut akan azab Allah SWT.

Syaikh Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah membagi zikir menjadi dua bagian.<sup>53</sup>

*Pertama*, Zikir tentang asma dan hakikatnya, yaitu selalu bertawakal kepada Allah serta selalu waspada dan waspada setiap saat, dalam keadaan apa pun dan di mana pun. Hal ini menunjukkan bahwa Allah mengawasi gerak-gerik hambanya. Dan tentunya sebagai hamba Allah, kita harus mewaspada hal tersebut agar kita selalu mengingat-Nya.

<sup>52</sup> Aam Amiruddin dan M. Arifin Ilham, *Dzikir; Orang-orang Sukses* (Bandung: Kencana Intelektual, 2008), hlm. 16-17.

<sup>53</sup> *Ibid.*, hlm. 18-19.





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari jenis-jenis zikir yang disebutkan di atas, juga memiliki pendekatan yang berbeda-beda. Meski pendekatannya berbeda-beda, semua sepakat bahwa, zikir melibatkan mengingat Allah secara menyeluruh melalui perkataan, hati, dan perbuatan agar semakin mendekatkan diri kepada Allah dan menjalani kehidupan sesuai dengan nilai-nilai agama.

#### Respektif Amin Syukur Tentang Terapi Zikir

Menurut Amin Syukur, zikir merupakan landasan dari segala bentuk terapi sufistik. Karena pada dasarnya tujuan terapi sufi adalah membimbing seseorang agar kembali kepada Allah SWT dan selalu mengingat-Nya.<sup>54</sup> Di zaman modern sekarang ini, nilai-nilai tasawuf dianut sebagai obat berbagai penyakit, baik fisik maupun psikis. Zikir yang dilakukan para sufi pada umumnya menghasilkan energi positif, yang diyakini berasal dari Allah SWT dan mempunyai manfaat yang signifikan bagi kesehatan. Konsep penyembuhan melalui terapi zikir memberikan efek transformatif yang komprehensif terhadap tubuh, serta perubahan aspek mental dan spiritual seseorang.<sup>55</sup>

Penggunaan nilai-nilai sufi dalam konteks metode penyembuhan alternatif menunjukkan bahwa amalan zikir tidak hanya sekedar ritual keagamaan, tetapi juga berperan penting dalam pemulihan dan pengembangan kesejahteraan individu secara holistik. Dengan menyalurkan energi positif yang diyakini berasal dari sumber Ilahi, terapi zikir dapat membantu meningkatkan keseimbangan fisik dan mental, serta memperdalam kesadaran spiritual seseorang akan makna hidup dan hubungannya dengan Yang Maha Kuasa.

Seperti yang sudah disebutkan sebelumnya oleh Amin Syukur, bewasanya sakit fisik dapat berdampak pada keadaan psikis, dan begitu pula sebaliknya, sakit psikis juga dapat mempengaruhi kesehatan fisik seseorang. Dengan demikian, upaya penyembuhan penyakit juga harus mempertimbangkan penggunaan zikir dan doa.

<sup>54</sup> M. Amin Syukur, *Sufi Healing, Terapi Dengan Metode Tasawuf* (Jakarta: Erlangga 2012), hlm. 72.

<sup>55</sup> *Ibid.*, hlm. 71.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam konteks ini, konsep keterkaitan kesehatan fisik dan mental menyoroti pentingnya pendekatan holistik terhadap layanan kesehatan. Gagasan ini menggambarkan bahwa masalah kesehatan fisik dapat berdampak pada kesejahteraan mental seseorang. Sebaliknya, stres psikologis dapat berdampak pada kesehatan fisik. Oleh karena itu, upaya penyembuhan yang mencakup aspek spiritual seperti zikir dan doa diharapkan dapat memberikan manfaat tambahan dalam memulihkan kesehatan secara keseluruhan.

Dalam menyembuhkan penyakit dengan obat-obatan, merupakan salah satu bentuk usaha manusia sesuai dengan Sunnahnya. Ketika Amin Syukur sakit, dia tetap berobat dan tidak berhenti berzikir atau berdoa. Amin Syukur menyebut kombinasi ingatan dan pengobatan sebagai pengobatan plus-minus, dengan sikap aktif (pengobatan) dan sikap pasif (sikap pasrah).<sup>56</sup>

Untuk menghindari menyimpang dari syariat Islam, kita diingatkan bahwa zikir dan doa yang kita kerjakan harus berdasarkan dalil (Nash), baik dari Al-Qur'an maupun hadis Nabi s.a.w. kita tidak boleh sembarangan dalam menyampaikan zikir, begitu pula halnya dengan salat.

Ada sebuah kisah yang dicitrakan Ubay bin Ka'ab tentang kejadian di sisi Rasulullah, Nabi s.a.w. Saat itu, seorang Arab Baduy mendatangi Nabi s.a.w. dan berkata, "Wahai Nabi s.a.w., sesungguhnya aku mempunyai saudara laki-laki yang sedang sakit." Nabi bertanya, "Penyakit apa itu?" Orang Arab Baduy menjawab, "Ia sakit Lamam (stres ringan)." Nabi s.a.w. menjawab, "Bawalah saudaramu ke sin!." Kemudian saudaranya dibawa menghadap Nabi, dan beliau meletakkan tangannya di tangan saudaranya, dan memohon kesembuhan dari penyakitnya melalui zikir dan doa. Zikir dan doa tersebut adalah sebagai berikut:

1. Membaca surah al-Fatihah;
2. Membaca empat ayat awal surah al-Baqarah, dan membaca ayat 263, lalu membaca tiga ayat akhir al-Baqarah serta ayat kursi;
3. Membaca ayat 18 dari surah al-'Imran;
4. Membaca ayat 114 surah Thaha;
5. Membaca ayat 3 surah Jin;

<sup>56</sup> Amin Syukur, *Zikir Menyembuhkan Kanker* (Jakarta: Erlangga, 2016), hlm. 69.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6. Membaca 10 ayat dari awal surah Ash-Shaffat;

7. Membaca surah al-Mu'awwidzatain dan surah al-Ikhlas.<sup>57</sup>

Dalam kisah tersebut, Rasulullah s.a.w. menunjukkan amalan menggunakan zikir dan doa sebagai wasilah, atau sarana memohon kesembuhan bagi seseorang yang menderita suatu penyakit. Tindakan ini menyoroti pentingnya doa dan zikir dalam Islam, sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan meminta pertolongannya dalam segala keadaan, termasuk dalam menghadapi penyakit fisik dan mental.

Perspektif Amin Syukur terhadap manfaat zikir bagi tubuh yang utama adalah menjaga keseimbangan suhu tubuh dan menciptakan suasana mental yang tenang, damai, dan terkendali. Hal ini akan menentukan kualitas pikiran kita.

Menurut Amin Syukur, ingatan mempunyai kedudukan tersendiri dalam Islam, sama istimewanya dengan substansi yang diingat. Imam Tirmidzi meriwayatkan sebuah hadis yang berbunyi: “Maukah kamu aku ceritakan kepadamu tentang amalan yang paling baik dan paling mulia di sisi Allah, yang derajatnya paling tinggi dan lebih utama dari menafkahkan emas dan perak, bahkan lebih baik dari memenggal leher musuh?” Jawabnya, “Itu adalah Zikrullah”.

Hadits diatas menyoroti pentingnya zikrullah dalam ajaran Islam, sebagai amal yang mempunyai prioritas tertinggi di mata Allah. Zikrullah, atau mengingat Allah, adalah salah satu bentuk ibadah yang disebutkan dalam Al-Quran dan hadis Nabi Muhammad s.a.w., dianjurkan sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada-Nya dan memperoleh keberkahan. Dalam konteks hadis tersebut, zikrullah dianggap lebih unggul dari amalan lahiriah seperti: sedekah dengan harta atau bahkan dalam situasi konflik, yang menunjukkan kedalaman nilai spiritual zikrullah dalam praktik keagamaan Islam.

Jika kita membiasakan diri untuk berzikir, banyak manfaat yang bisa kita peroleh:<sup>58</sup>

<sup>57</sup> *Ibid.*, hlm. 69-70.

<sup>58</sup> Amin Syukur, *Kuberserah* (Bandung: Hikmah, 2007), hlm. 99.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*Pertama*, zikir akan menguatkan keimanan. Lawan dari zikir adalah Ghafllah (lupa). Jiwa manusia diawasi oleh apa dan siapapun yang melihatnya. Mengingat Allah berarti melupakan orang lain; begitu pula, mengingat orang lain berarti melupakan Allah. Melupakan Allah, akan berdampak luas pada kehidupan manusia. Kemajuan yang dicapai manusia saat ini, khususnya di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), hal tersebut telah memberikan berbagai kemudahan, namun di sisi lain juga menimbulkan berbagai macam dampak yang tidak sejalan dengan nilai-nilai kemanusiaan.

Oleh karena itu, ada sikap bahwa segala sesuatu harus cepat, enak, dan mudah. Pengukuran dan cara pandangnya bersifat materialistis. Dalam hal ini, sangat penting adanya keseimbangan dalam hidup, dan adanya petunjuk jalan yang lurus, yaitu berzikir, karena berzikir berarti mengingat akan kekuatan diri sendiri. Sebagaimana firman Allah Ta'ālā dalam Q.S. *al-Kahfi*[18]: 24 dibawah ini:

وَاذْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ وَقُلْ عَسَىٰ أَنْ يَهْدِيَنِّي رَبِّي  
لِأَقْرَبَ مِنْ هَذَا رَشَدًا

Dan ingatlah Tuhanmu jika kamu lupa dan berkata: “Semoga Tuhanku akan memberi petunjuk kepadaku ke jalan yang lebih dekat kepada kebenaran daripada jalan ini.”(Q.S. *al-Kahf* [18]: 24).<sup>59</sup>

*Kedua*, zikir menjadi energi bagi akhlak. Di zaman modern ini, merosotnya moralitas seringkali disebabkan oleh pengaruh luar, khususnya media massa. Dalam konteks ini, zikir tidak hanya menguatkan keimanan, tetapi juga menjadi sumber energi kesempurnaan akhlak. Konsep memori ini tidak hanya bersifat substantif tetapi juga fungsional. Aspek kedua dari zikir ini, dapat ditemukan dalam hadis Rasulullah s.a.w. yang berbunyi: “Berikanlah pada dirimu sifat-sifat (akhlak) Allah semaksimal mungkin secara manusiawi.”

<sup>59</sup> *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Penerjemah: Tim Penerjemah Departemen Agama RI (Jakarta: CV Darus Sunnah, 2002), hlm. 297.



Oleh karena itu, pemahaman (ma'rifat) terhadap Allah dan zikrullah, terhadap nama dan sifat-sifat-Nya sangatlah penting, maka maknanya ditanamkan secara aktif dalam diri seseorang. Iman sebenarnya adalah keyakinan yang tertanam dalam hati, diungkapkan dengan lisan, dan diwujudkan dalam tindakan. Seseorang muslim yang mampu mengamalkan sifat-sifat dan nama-nama Allah dalam dirinya serta mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, maka akan memperoleh kebaikan dan dijamin masuk surga. Hal ini sesuai dengan hadis Nabi Muhammad s.a.w. yang menyatakan: “Sesungguhnya Allah mempunyai 99 nama baik (*Asmā'u al-Husnā*) “Barangsiapa yang menghafal atau mengingatnya, maka ia akan masuk surga.”

Terkait hal tersebut, tentunya dapat mengembangkan akhlak *Al-Karimah*, karena zikir disertai dengan pemahaman terkait pemahaman terhadap apa yang dibaca atau diucapkan. Misalnya, ketika seseorang mengucapkan “Allāh akbar” (Allah Maha Besar), hal ini membantu mengembangkan kerendahan hati, karena hanya Allah yang berkuasa mutlak, sedangkan manusia adalah makhluk yang lemah. Ketika seseorang mengucapkan “*al-Qādir*” (Allah Mahakuasa), “*al-Khāliq*” (Sang Pencipta) dan sejenisnya, zikir itu mencerminkan sifat kreatif dan inovatif dalam diri.

Ketika seseorang mengucapkan “*ar-Razzāq*” (Maha Pemberi Rezeki) atau “*al-Jawwādu*” (Maha Pemurah), hal ini membantu mengembangkan kualitas ketamrutan hati dan sifat memberi dalam diri seseorang. Jika seseorang mengucapkan “*al-Ghaffār*” (Yang Maha Pengampun), hal ini akan membantu mengembangkan sifat kasih sayang dan kesabaran, serta meningkatkan rasa kasih sayang terhadap sesama makhluk, karena Allah Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Orang yang rajin berzikir akan cenderung melakukan amal shaleh dan terpuji karena akan tumbuh kesadaran dalam jiwanya bahwa Allah SWT itu “*ar-Raḡīb*” (Maha Mengawasi) dan seterusnya.

*Ketiga*, zikir akan melindungi kita dari bahaya. Dalam hidup ini, kita tidak akan bisa terhindar dari bahaya. Jika kita mengingat Allah, maknanya kita fokus pada ketentuan-Nya dan berusaha sungguh-sungguh dalam melakukan sesuatu. Hal ini secara langsung akan menyelamatkan kita dari bahaya. Jika suatu musibah

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menimpa seseorang, itu karena ia mengabaikan hukum alam dan menyimpang dari *Sunnatullah*.

Hikmah ini dapat kita petik dari peristiwa Nabi Yunus a.s. yang sangat menarik. Nabi Yunus a.s. ditelan ikan. Pada saat itu, ia masih mampu mengendalikan diri dan sadar diri dengan tetap mengingat Allah (zikrullah), yang mana zikir tersebut terdapat dalam salah satu firman Allah Ta'ālā, yakni Q.S. *al-Anbiya'* [21]: 87 yang berbunyi:

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

Tiada Tuhan selain Engkau, Mahasuci Engkau sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang zalim.<sup>60</sup>

Dengan doa dan zikir itu, dia dapat keluar dari perut ikan:

فَلَوْلَا أَنَّهُ كَانَ مِنَ الْمُسَبِّحِينَ ۝ ١٤٣  
لَلْبَيْتِ فِي بَطْنِهِ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ ۝ ١٤٤

Barangsiapa tidak termasuk orang yang sering menyebut Nama Tuhan, maka dia akan hidup dalam perut ikan paus sampai hari kiamat. (Q.S. *ash-Shaffat* [37]: 143-144)<sup>61</sup>

Zikir akan mendatangkan nikmat dari Rahmat Allah SWT. Nabi Muhammad s.a.w. bersabda:

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَا جَلَسَ قَوْمٌ مَجْلِسًا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا حَفَّتْ بِهِمُ الْمَلَائِكَةُ وَعَشِيَتْهُمُ الرَّحْمَةُ وَذَكَرَهُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ. أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ

Dari Abu Hurairah r.a. Rasulullah s.a.w. bersabda “Tidak ada satupun yang berkumpul duduk berdzikir kecuali para malaikat mengelilingi mereka, dan rahmat-Nya menyelimuti mereka, dan kedamaian diturunkan

<sup>60</sup> Q.S. *al-Anbiya'* [21]: 87).

<sup>61</sup> Q.S. *ash-Shaffat* [37]: 143-144).



kepada mereka, dan Allah memanggil mereka ke hadapan para malaikat-Nya.” (HR.Muslim).

*Keempat*, zikir menjadi media terapi jiwa. Jika melihat realitas masyarakat modern, khususnya masyarakat Barat yang tergolong masyarakat pasca industri, maka kenyataan tersebut bertolak belakang dengan ekspektasi. Mereka yang telah mencapai puncak kenikmatan materi malah diliputi rasa takut, secara tidak sengaja kehilangan integritas kemanusiaannya, dan terjebak dalam jaringan sistem rasionalitas teknologi yang sangat tidak manusiawi. Akibatnya, mereka tidak mempunyai cara hidup yang mapan. Selain itu, terjadi kerusakan moral, kebrutalan, dan perilaku yang sangat menyimpang. Kenyataannya, filsafat rasionalitas tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar manusia dalam hal nilai-nilai transenden.

Seseorang mengalami kekosongan spiritual, yang mengarah pada berkembangnya gangguan psikologis. Islam sebagai agama pembawa rahmat bagi alam semesta menawarkan konsep pengembangan nilai-nilai ketuhanan dalam hati manusia. Misalnya, shalat yang penuh zikir dan permohonan, dapat dipandang sebagai *malja'*(perlindungan) di tengah badai kehidupan modern, *liqa'* (perjumpaan), *mi'raj* (kebangkitan), dan *shilatun* (hubungan) dengan Allah SWT. Inilah misi Islam, menenangkan hati manusia.

Islam dengan prinsip tauhidnya, mengutamakan dan menjaga keutuhan pribadi. Tuhan itu esa, dan manusia diciptakan untuk bersatu dan berpadu, baik dalam berpikir maupun bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Pusat kehidupan dan poros kesatuan, keutuhan, dan keikhlasan disebut zikir.

Diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w. mengagungkan keutamaan orang yang berdzikir. Melalui Abu Hurairah, Nabi s.a.w. bersabda, “Jika seorang hamba kelas mengucapakan laa ilaha illa Allah dari hatinya, maka dengan sendirinya pintu surga akan terbuka baginya, hingga ia naik takhta, selama ia terhindar dari dosa-dosa besar” (HR. al-Tirmidzi).<sup>62</sup>

<sup>62</sup> Ibnu Athaillah al-Sakandari, *Zikir Penentram Hati* (Jakarta: Zaman, 2013), hlm. 50.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta dilindungi UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Hasan Riau

pemahaman yang lebih dalam tentang sifat kemanusiaan, individu dapat mencapai kesejahteraan mental yang berkelanjutan.<sup>63</sup>

Terapi zikir sendiri, merupakan suatu bentuk perlakuan atau pengobatan dengan menggunakan kalimat zikir yang diinternalisasi dan dibacakan berulang-ulang, dengan tujuan untuk mengurangi gejala-gejala negatif pada diri seseorang, dan mengembangkan kepribadian orang tersebut.<sup>64</sup>

Menurut pendapat di atas, terapi zikir merupakan suatu pendekatan terapeutik yang melibatkan pengulangan kalimat-kalimat zikir, yang dipahami seseorang secara mendalam. Tujuannya adalah untuk mengurangi gejala negatif seperti kecemasan, depresi atau stres, serta untuk memperkuat dan mengembangkan lebih lanjut aspek kepribadian.

Penjelasannya, amalan zikir dalam konteks terapeutik bertujuan untuk menciptakan keadaan psikologis seseorang yang lebih tenang dan stabil. Dengan mengulang zikir, seseorang diminta memusatkan perhatian pada makna dan nilai yang terkandung dalam setiap kalimat zikir tersebut. Hal ini dapat membantu mengalihkan perhatian dari pikiran negatif atau mengganggu, ke pikiran yang lebih positif dan bermakna secara spiritual.

Secara psikologis, terapi zikir juga dapat memperkuat fungsi superego dalam struktur kepribadian, sebagaimana yang telah dijelaskan dalam teori Freud. Superego yang lebih kuat membantu mengendalikan impuls negatif dan membimbing perilaku sesuai dengan nilai moral dan etika yang dipelajari melalui zikir.

Selain itu, terapi zikir juga dapat membantu klien dalam pengembangan diri dan pertumbuhan spiritual. Dengan merenungkan makna zikir, klien dapat mengalami transformasi diri yang lebih mendalam dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Manusia adalah makhluk spiritual, sehingga tentunya kita tidak bisa lepas dari makna spiritual. Seringkali orang yang meninggalkan dunia spiritualnya

<sup>63</sup> Rizki Joko Sukmono, Psikologi Dzikir (Jakarta: Srigunting, 2008) hlm. 61-62.

<sup>64</sup> Endah wulandari dan Fuad Nashori, "Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia ", *Jurnal Intervensi Psikologi* Vol 6 No 2 Tahun 2014, hlm. 243.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mudah terpengaruh oleh keraguan dan terombang-ambing, serta kehilangan makna hidupnya.<sup>65</sup>

Banyak orang yang merasa cemas dan tersesat ketika tidak terlalu yakin dengan agamanya, sehingga menimbulkan kekosongan spiritual yang dapat berujung pada gangguan kesehatan mental. Zikir yang penuh akan doa dapat di lihat sebagai tempat perlindungan di tengah badai kehidupan seperti sekarang ini. Dengan berzikir, seseorang dapat menemukan kedamaian batin dan amalan zikir yang khidmat dan serius juga dapat meningkatkan optimisme orang yang mengamalkannya.<sup>66</sup>

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa zikir berperan penting dalam menjaga keseimbangan spiritual dan kesehatan mental individu, terutama dalam menghadapi tantangan kehidupan modern yang kompleks. Amalan zikir yang meliputi doa dan renungan spiritual dianggap sebagai perlindungan yang dapat memberikan ketenangan batin dan kestabilan emosi. Amalan zikir yang khusyuk dan ikhlas juga dapat meningkatkan optimisme dan semangat, serta mencerminkan pentingnya mengintegrasikan kesehatan rohani dan mental untuk meningkatkan kualitas hidup secara holistik.

<sup>65</sup> Triantoro safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), hlm. 226.

<sup>66</sup> Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme* (Jakarta: Amzah, 2014), hlm. 238.

## BAB V PENUTUP

### Kesimpulan

1. Amin Syukur menegaskan seseorang tidak dapat mencapai Tuhan kecuali orang tersebut terus menerus berzikir. Menurutnya, zikir adalah salah satu bentuk ibadah manusia, khususnya ibadah kepada Allah, yang dilakukan oleh orang yang mempunyai kesadaran mengingat-Nya. Jika zikir melibatkan emosi dan otak secara bersamaan khusuk dan tawadhuk, maka akan menimbulkan dampak yang sangat luar biasa dalam konteks spiritual individu. Terapi zikir menurutnya merupakan landasan dari segala bentuk terapi sufi. Karena pada dasarnya tujuan terapi sufi adalah membimbing seseorang agar kembali kepada Allah SWT dan selalu mengingat-Nya. Di zaman modern sekarang ini, nilai-nilai tasawuf dianut sebagai obat berbagai penyakit, baik fisik maupun psikis. Zikir yang dilakukan para sufi pada umumnya menghasilkan energi positif, yang diyakini berasal dari Allah SWT dan mempunyai manfaat yang signifikan bagi kesehatan. Konsep penyembuhan melalui terapi zikir memberikan efek transformatif yang komprehensif terhadap tubuh, serta perubahan aspek mental dan spiritual seseorang.
2. Permasalahan kejiwaan yang dialami Amin Syukur berawal dari stress dan perasaan cemas, hingga menjadi gejala munculnya kanker ganas, dan itu tidak hanya satu kali beliau terkena kanker, melainkan tiga kali. Untuk penyembuhan tersebut selain ia bistral dan kemoterapi, penyembuhannya juga disertai dengan memperbanyak zikir dan berdoa. Menurutnya, berzikir dan berdoa sangat membantu menciptakan suasana hati yang tenang dan tenteram, asalkan dilakukan dengan penuh keyakinan, penuh rasa khusyuk, dan tawadhuk. Tidak boleh ada keraguan sedikit pun, karena dengan keyakinan tersebut, insya Allah doa akan mudah terkabul. Adapun bacaan-bacaan zikir yang Amin Syukur terapkan yaitu dengan membaca Nama-nama Allah, lafaz-lafaz, doa-doa serta shalawat tertentu disertai dengan penghayatan yang

intensif. Bacaan-bacaan mulai dari Nama-nama Allah sampai bacaan shalawat dibaca sebanyak 100 kali. Waktu membacanya sesudah shalat fardhu dan sesudah shalat Tahajud. Amin Syukur membaca dengan lisan dan menghayatinya dengan hati yang khusuk dan tawadhuk.

### Saran

Selesainya penelitian ini, bukan berarti berakhirnya kajian tentang Amin Syukur, terutama tentang kajian terapi zikirnya. Perlunya tambahan kajian literatur dari sumber-sumber tasawuf lainnya untuk memperkaya analisis yang berkaitan dengan terapi zikir Amin Syukur. Saran untuk peneliti selanjutnya yaitu dapat mengeksplorasi studi eksperimental atau neurologis untuk memahami bagaimana zikir dapat memengaruhi otak dan emosi. Peneliti selanjutnya juga dapat mengkaji tentang ilmu pengobatan berdasarkan *Thibbun Nabawi*, selain itu Tinjauan literatur lebih lanjut tentang aplikasi zikir dalam terapi modern juga penting, khususnya dalam psikologi klinis. Kemudian, peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode campuran yang melibatkan survei, analisis kasus, dan eksperimen kontrol yang lebih ketat untuk menguji efektivitas terapi sufistik ini dalam konteks medis modern, sehingga dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan terapi alternatif berbasis nilai-nilai tasawuf, seperti karya Omar Asyiah, Terapi Sufi, dan lain-lain.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan Terjemahnya, 2002. Penerjemah: Tim Penerjemah Departemen Agama RI (Jakarta: CV Darus Sunnah.
- Almad, M. "Dzikir sebagai Media Komunikasi" *Dakwah Tabligh*. Jurnal Pascasarjana Vol.16 No. 1 Juni 2015. Bandung: Program Pascasarjana Universitas Islam Bandung.
- Alshah Omar, 2002. *Tasawuf Sebagai Terapi*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Al-Jauziyah Qayyim Ibnu, 2020. *Ath-Thibbu An-Nabawi: Tuntunan terlengkap metode dan resep pengobatan Nabi Saw*. Yogyakarta: Diva Press.
- Annajar Amin, 2004. *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Anshori Afif M, 2003. *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*, 1st edn. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arifin Zainal Isep, 2009. *Bimbingan Penyuluhan Islam, Pengembangan Dakwah Melalui Psikoterapi Islam*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Al-Sakandari Ibnu At-Thaillah, 2013. *Zikir Penentram Hati*. Jakarta: Zaman.
- Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahannya dengan Transliterasi, Departemen Agama RI, Semarang: PT. Karya Toha Putra.
- Amin Munir Samsul dan Al-Fandi Haryanto, 2014. *Energi Dzikir Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*. Jakarta: Amzah.
- Amin Samsul Munir dan Al-Fandi Haryanto, 2014. *Energi Dzikir: Menentramkan jiwa membangkitkan optimism*. Jakarta: Amzah.
- Asiruddin Aam dan Ilham Arifin M, 2008. *Dzikir; Orang-orang Sukses*. Bandung: Khazanah Intelektual.
- Chaplin J.P, 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Pt. Raja Grafindo.
- Fazlin Muhammad, 2008. *Perjalanan Spiritual Prof. Dr. H.M. Amin Syukur, M.A: Studi Kasus Penyembuhan Penyakit Dengan Terapi Sufistik*. Semarang: Insitut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Faoni, 2020. *Integrasi Zikir Dan Pikir*. Lombok Tengah: Forum Pemuda Aswaja.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hasan,Cece Jalaludin,2018. *Bimbingan Dzikir Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Tazkiyatun Nafs*. Bandung: Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- Hawari Dadang, 1997. *Doa dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*. Yogyakarta: Dhana Bhakti Prima Yasa.
- Hawirī Al, *Kasyf al-Mahjūb*, dalam A.R. Nicholson (ed.), 1994. terj. Risalah Persia Tertua Tentang Tasawuf, Bandung, Mizan.
- Labib, 2000. *Memahami Ajaran Tasawuf: Upaya Menciptakan Insan Bertaqwa, Melalui Hakekat Hidup Yang Sebenarnya*. Surabaya: Tiga Dua.
- Mangan Y, 2009. *Cara Sehat Mencegah dan Mengatasi Kanker*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Mayasari, R. “Islam dan Psikoterapi ”*Al-Munzir* Jurnal Vol. 6 No. 2 November 2013. Kendari: Insitut Agama Islam Negeri Kendari.
- Mental Gangguan, dalam <https://www.alodokter.com/kesehatan-mental/> diakses hari kamis, tanggal 1 Agustus 2024 pukul 22.39 WIB.
- Muhith Dan Nasir, A, 2011. *A.Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nakamura Kajiro, dkk, alih bahasa Uzair Fauzan, 2005. *Metode Zikir dan Doa Al-Ghazali*. Bandung: Arasy Mizan.
- Nurfalah Tiara Dkk, 2016. *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Prespektif Psikologi Islam*. Palembang: Noerfikri.
- Paimah Siti, 2023. *Konsep Altruisme Perspektif Tasawuf Dalam Buku Tasawuf Sosial Karya Amin Syukur*. Bandung: Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- Pengertian Perspektif. Dalam <http://kbbi.web.id/perspektif.html/> diakses hari jum'at, tanggal 2 Agustus 2024 pukul 06.35 WIB.
- Puspa Pramdy Yan, 2003. *Kamus Umum Populer*. Semarang: Cv Aneka Ilmu.
- Qusyayrī Al, *al-Risālah al-Qusyayriyyah*, dalam A. Ma'aruf Asrori (ed.), 2007. Jakarta, Pustaka Amani.
- Rofi'iqi Tantawa, 2018. *Faedah Zikir Menyebut Nama Allah Guna Mengingat Nya*. Sumatera Utara: Universitas Medan Area.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ratumaningsih Ana Dan Suharso, 2013. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Semarang: Widya Karya.
- Riyadi Agus, “Zikir Dalam Al Quran Sebagai Terapi Psikoneurotik” *Konseling Religi UIN Walisongo Semarang Jurnal* Vol. 4 No. 1 2013.
- Rohimah Lutfi, 2022. *Pemikiran Tasawuf Amin Syukur dan Relevansinya Dengan Moralitas Sosial*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Safaria Triantoro dan Saputra Eka Nofrans, 2009. *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sahim Yah Hadi, 1981. *Terjemahan Mukhtarul Ahadits*. cet. Ke-3. Bandung: PT. Al-Ma’arif.
- Simuh, 2019. *Sufisme Jawa: Transformasi Tasawuf Islam Ke Mistik Jawa*, 1 st edn. Jakarta: Gramedia.
- Stuarts, 2013. *G W. Principles And Practice Of Psychiatric Nursing*. St. Louis: Mosby.
- Sukmono Joko Riski, 2008. *Psikologi Dzikir*. Jakarta: Srigunting.
- Syukur Amin, 2007. *Kuberserah*. Bandung: Hikmah.
- \_\_\_\_\_.2012. *Sufi Healing, Terapi Dengan Metode Tasawuf*. Jakarta: Erlangga.
- \_\_\_\_\_.2014. *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_.2016. *Zikir Menyembuhkan Kanker*. Jakarta: Erlangga.
- Syukur Amin dan Utsman Fathimah, 2006. *Insan Kamil Paket Pelatihan Seni Menata Hati*. Semarang: CV. Bima Sakti.
- \_\_\_\_\_.2008. *Terapi Hati dalam Seni Menata Hati*. Semarang: Pustaka Nuun.
- Tahuri, M. Sahid, 1986. *Meleraai Duka Dengan Dzikir Malam*. Bandung: al-Marif.
- V.P. Sarafino, 2008. *Psikologi Kesehatan: Interaksi Biopsikososial*. Kanada: John Willey dan Putranya.
- Wahab, 2007. *Menjadi Kekasih Tuhan*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Widiyanto Danar, Alma Ata: Obat Herbal Sesuai Tuntunan Rasulullah SAW, dikutip dari <https://almaata.ac.id/obat-herbal-sesuai-tuntunan-rasulullah-saw/> diakses hari Rabu, tanggal 31 Juli 2024 pukul 07.23 WIB.
- Wramihardja Sutardjo, 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refiks Aditama.
- Wlandari Endah dan Nashori Fuad, "Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia " *Intervensi Psikologi* Jurnal Vol 6 No 2 Desember 2014. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Yamnah Siti dan Abdul Hakim "Konsep Zikir Menurut Amin Syukur dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam", *Lisan Al-Hal* Jurnal Vol. 13, No 1, Juni Tahun 2019. Pasuruan: Sekolah Tinggi Agama Islam Pancawahana Bangil.



## BIODATA PENULIS



Nama : Risma Yani  
Tempat/Tanggal lahir : Keritang, 08 Maret 2001  
NIM : 12030124330  
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin/ Aqidah Dan Filsafat Islam  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Mahasiswi  
Alamat Rumah : Keritang Hulu, Kec. Kemuning, Kab. Indragiri Hilir, Riau  
No. Telp/HP : 082211293213  
Nama Orang Tua/Wali  
Ayah : Edi Suriyatman  
Ibu : Rita Sahara

## RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 008 Keritang Hulu (Lulus Tahun 2014)
2. SMP : SMPN 2 Kemuning (Lulus Tahun 2017)
3. SMA : MA Hizbul Wathan (Lulus Tahun 2020)

## PENGALAMAN ORGANISASI

1. Anggota Pramuka MA Hizbul Wathan Tahun 2017
2. Anggota Pengurus OSIS MA Hizbul Wathan Tahun 2019-2020
3. Anggota Marching Band MA Hizbul Wathan Tahun 2019-2020
4. Anggota Rohis MA Hizbul Wathan Tahun 2019

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.