

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang pelaksanaan zikir melalui suluk tarekat naqsabandiyah Di Desa Purba Baru Kabupaten Mandailing Natal. Dapat di tarik kesimpulan bahwa:

1. Persiapan zikir melalui suluk tarekat naqsabandiyah, Jamaah mempersiapkan perlengkapan pribadi seperti pakaian dan alat shalat, sementara mursyid bertanggung jawab memandu seluruh proses. Aturan-aturan ketat, seperti larangan berbicara berlebihan dan tidak meninggalkan salat berjamaah, bertujuan untuk menjaga konsentrasi spiritual dan kesucian hati peserta. Serta melaksanakan mandi taubat menggunakan air perasan jeruk purut dan melaksanakan shalat sunat taubat. Meskipun tidak terdapat waktu yang di tetapkan dalam pendaftaran dan pelaksanaan, semua langkah ini dirancang untuk menciptakan suasana yang mendukung keberhasilan terapi dzikir yang mendalam dan berkesinambungan.
2. Pelaksanaan zikir melalui suluk tarekat naqsabandiyah meliputi 13 tingkatan zikir yaitu zikir ismu dzat, lathifatul qalb, latifatul ruh, latifatul sirri, latifatul khafi, latifatul akhfa, latifatul napsun nataqah, latifatul kullil jasad, nafi isbat, wukuf, marqabaiyah, maiyah, aqrobiyah, tahlil naqsabandi Dengan lafadz “Allah Allah Allah” dan “laa ilaha ilallah”. Perbedaan utama terletak zikir tahlil Naqsabandiyah yang lebih sederhana juga diperkenalkan untuk

memperdalam penghayatan terhadap tauhid. Meskipun ada perbedaan dengan teori umum, seperti jumlah tingkatan yang dikurangi, esensi praktik zikir tetap terjaga.

3. Zikir memberikan dampak positif bagi kesehatan mental dan fisik individu, seperti meningkatkan ketenangan jiwa, mengurangi stres, dan memperbaiki kualitas tidur. Melalui praktik suluk di Tarekat Naqsabandiyah, peserta merasakan peningkatan kesabaran, ketenangan, dan motivasi untuk beribadah. Zikir membantu mengelola emosi negatif, memperkuat keyakinan pada Tuhan, serta membawa kedamaian batin. Dalam konteks terapi dan konseling, zikir berperan dalam mendukung proses penyembuhan psikologis, meningkatkan kesejahteraan subjektif, dan memperdalam hubungan spiritual dengan Tuhan, yang berdampak pada perbaikan kualitas hidup.

B. Saran

1. Mursid dan pemandu zikir melalui suluk tarekat naqsabandiyah Di Desa Purba Baru sebaiknya tetap mempertahankan struktur persiapan fisik dan spiritual dalam zikir melalui suluk tarekat naqsabandiyah, karena hal ini terbukti efektif dalam menciptakan suasana yang kondusif untuk keberhasilan Zikir. Aturan-aturan yang ketat, seperti menjaga konsentrasi dan kewajiban salat berjamaah, penting untuk dipertahankan agar peserta dapat merasakan manfaat maksimal dari zikir. Selain itu, panitia bisa terus berupaya untuk menjaga fleksibilitas

dalam waktu dan pendaftaran, sehingga lebih banyak jamaah bisa mengikuti tanpa mengurangi kualitas pengalaman spiritual yang diterima peserta.

2. Masyarakat sebaiknya mulai mempertimbangkan untuk mengikuti zikir melalui suluk karena praktik ini memiliki peran penting dalam ilmu konseling, khususnya dalam aspek penyembuhan psikologis dan kesejahteraan mental. Suluk membantu seseorang untuk mencapai ketenangan batin, mengurangi stres, dan memperbaiki kualitas tidur. Proses suluk yang melibatkan kedisiplinan spiritual dan kedekatan dengan Tuhan dapat memberikan dukungan emosional yang kuat dalam mengelola masalah kehidupan. Dengan mengikuti suluk, masyarakat tidak hanya memperdalam hubungan spiritual, tetapi juga memperoleh manfaat dalam memperbaiki kesejahteraan psikologis dan membangun ketahanan mental dalam menghadapi tantangan hidup.
3. Penelitian ini juga dapat dikembangkan untuk penambah ilmu pengetahuan dan penelitian ini juga dapat digunakan sebagai sumber informasi serta sumber rujukan dalam memahami pelaksanaan terapi zikir melalui suluk di Tarekat Naqsabandiyah Desa Purba Baru.
4. Kepada peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian ini, untuk dapat lebih lanjut menguraikan dan menelaah lebih dalam lagi terhadap terapi dzikir melalui suluk di Tarekat Naqsabandiyah Desa Purba Baru dalam upaya memberikan konseling terhadap masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzaky, Hamdani Bakran. 2001. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru
- Akaha, Abduh Zulfidar. 2009. *Doa dan Dzikir Sehari-hari Menurut Al-Qur'an dan Sunnah*. Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar
- Al- Aziz, Syaifullah. 2006. *Langkah Menuju Kemurnian Tasawuf*. Surabaya : Terbit Terang
- Al-Ahmadi, Majdi Bin Abdul Wahab. 2016. *Syarah Hishnul Muslim*. Cet I. Sukoharjo
- Al-Kasyani, Abdul Razak. 1984. *Istrahat Al Suffiyah*. Bandung: Dar Al Maarif
- Amar, Imran Abu. 1980. *Sekitar Masalah Thariqat (Naqsabandiyah)*. Kudus : Menara Kudus
- Aqib, Kharisudin. 1998. *Al-Hikmah*, Cet I. Surabaya : Dunia ilmu
- Atjeh, Abu Bakar. 1992. *Pengantar Ilmu Tarekat*. Cet VII. Solo: Ramadhan
- Atjeh. Abu Bakar. 1984. *Pengantar Sejarah Sufi dan Tasawuf*. Solo: Ramadhani
- Bruinessen, Martin Van. 1992. *Tarekat Naqsabandiyah di Indonesia*. Bandung,: Mizan
- Bruinessen, Martin van. 1994. The Origins and Development of Sūfī Orders (Tarekat) in Southeast Asia. *Studia Islamika* Vol. 1, No. 1
- Bukhori, Baidi. 2008. *Zikir Al-Asma' Al-Husna: Soluso Atas Poblema Agresivitas Remaja*. Cet. I. Semarang: Syiar Media Publishing
- Djalaluddin, 1987 *Sinar keemasan 2 dalam mengamalkan kegunaan kalimah laailaaha illallah*, Jakarta: Terbit Terang
- Febriyanti, Wulandari. 2013. *Efektivitas Terapi Zikir Dalam Menurunkan Stress*. Surabaya: Digilid

- Hasibuan, Armyn. 2015. Motivasi Suluk 5 Hari dan Ketekunan Beribadah Pengamal Tarekan Naq Sabandiyah Syekh H. MHD. Ihsan Harahap (Studi Analisis pada Murid Usia Minus 40 Tahun). *Tazkir. Vol. 1 No. 2*
- Hawazin, Abul Qasim Abdul Karim. 2007. Al-Qusyairi An Naisaburi, *Risalah Qasyairiyah (Sumber Kajian Ilmu Tasawuf)*. Jakarta: Pustaka Amani
- Ilmiah, Nurul. 2015. *Aplikasi Terapi Life Mapping dengan Pendekatan Cognitive Behavior Dalam Menangani Siswa yang Membolos Di Sma Al-Islam Krian Sidoarjo*, Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Program studi Bimbingan dan Konseling Islam
- Jaya, Yahya 2015, *Wawasan Profesional Konseling KSKK Islam*, Padang: Hayfa Press
- Kamila, Asyhtin. 2020. Psikoterapi Zikir Dalam Menangani Kecemasan, *Vol 4 No. 1*
- Kholid, A.R Idham. 2018. Menuju Tuhan Melalui Tarekat, Kajian Tentang Pemikiran Tasawuf. *Yaqzam. Volume 4 No. 1*
- Lubis, Lahmuddin. 2021. *Konseling dan Terapi Islami*. Medan: Perdana Publishing
- M. Sholihin. 2004. *Terapi Sufistik*. Bandung: Pustaka Setia
- Maturidi dan Maemunah. Zikir Sebagai Terapi Penyakit Hati Dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam, *Jurnah At-Taujih UIN Sunan Kalijaga, Vol 3. No1*
- May, Asmal. 2001. *Corak Tasawuf Syekh Jalaluddin*. Pekan Baru: Susqa Press
- Meoloeng J Lexy. 2007. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT, Remaja Rosdakarya
- Muhasim, Ahmad dan Tuti Harwati. 2022. *Amalan Suluk (Tinjauan Yuridis Sebagai Alternatif Mengurangi Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Di Indonesia)*. Alfa Prees. Lombok Barat
- Mulyati, Sri. 2011. *Mengenal dan Memahami Tarekat-Tarekat Muktabarah di Indonesia*. Jakarta: Kencana

- Mulyati, Sri. 2004. *Tarekat-Tarekat Muktabarah Di Indonesia*. Jakarta : Kencana
- Musnamar, Thohari. 2004. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Press
- Najati, Muhammad Usman. 2004. *Psikologi dalam Terapi Qurani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Bandung : Pustaka Hidayah
- Naufal, Abdurrazak. 1982. *Sentuhan Qalbu Mu`min*. Bandung: Diponegoro
- Purnama Rozak, S. Purnama Sari. 2021. Peranan Agama dan Terapi Dzikir dalam Membentuk Mental Sehat. *Jurnal Ibtida*. Vol. 2 No. 2
- Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. 1990. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Cet III. Jakarta: Balai Pustaka
- Rajab, Khairunnas. 2019. *Psikoterapi Islam*. Jakarta: Amzah
- Rizvi. 1983. *A History Of Suvism' In India*, Jilid II. New Delhi: Munsihiram Manoharial
- Said, H.A. Fuad. 1993. *Hakikat Tarikat Naqsabandiyah*. Jakarta: Pustaka Alhusna
- Said. Fuad. 1996. *Hakikat Tarekat Naqsabandiyah*. Jakarta: PT Al-Husna Zikra
- Samad, Duski. 2017. *Konseling Sufistik*. Depok: Rajawali Pers
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2016. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis dan Disertasi (STD)*. Bandung: CV Alfabeta
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Susanti, Irma. 2021. *Tradisi Suluk Dalam Tarekat Naqsabandiyah di Kecamatan Merigi Kelindang Kabupaten Bengkulu Tengah*. Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah. IAIN Bengkulu
- Tarmizi, 2018, *Bimbingan Konseling Islami*, Medan Perdana Publishing

Wardani dan Nurjanis. 2019. Metode Zikir Tarekat Naqshabandiyah dalam Mengatasi Stres di madrasah Suluk Jama'atu Darussalam desa Teluk Pulau Hulu, *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah dan Ilmu Komunikasi, (JRMDK)*. Vol. 1 No. 1 e-ISSN:2656-8330

Yusuf, S Maryam. 2010. Inter-Subjectivity Of Khalawat (Suluk) Members In The Tarekat Naq Sabandiyah Khalidiyah Ponorogo. *Indonesian Jurnal Of Islam And Muslim Societes*. Vol 10 No 1

Zahri, Mustafa. 1997. *kunci memahami ilmu tasawuf* . Surabaya : PT Bina Ilmu

Zeky, Asri Atuz dan Meli Susanti, *Konsep Zikir Al-Qur'an dan Relevansinya dengan Bimbingan Konseling Islami*. UIN Imam Bonjol Padang

