

## **Zikir sebagai Media Dakwah dan Edukasi**

**Muslem Hamdani**

Institut Agama Islam Al-Aziziyah Samalanga, Bireuen  
Email: muslem.pasee@gmail.com

### **Abstract**

*Recitation that is practiced by a Muslim continuously and uninterruptedly will be an innovative force in individuals who are facing heart disease, mental illness and mental disorders. Dhikr is an effective medium for achieving the goal of da'wah, therefore, coaching dhikr to the community is felt to be able to open hearts and minds to return to the way of Allah. The effectiveness of dhikr as a medium of da'wah can be seen from how this dhikr activity can achieve the goal of da'wah, namely, inviting people to carry out orders and stay away from His prohibitions. One of the habits of the members of a remembrance assembly is to focus and concentrate on the remembrance, so that the dhikr guide in carrying out the remembrance easily conveys the hasanah mauizah in the gaps of the remembrance, and the remembrance congregation also deeply absorbs the contents of the remembrance. Remembrance plays an important role in the educational process of Purification of the Soul (tazkiyyat al-nafs).*

**Keywords:** Remembrance; Da'wah Media; Education

### **Abstrak**

Zikir yang diamalkan oleh seorang muslim secara terus-menerus akan menjadi tenaga inovatif dalam diri individu yang sedang menghadapi penyakit hati, penyakit mental dan gangguan mental. Dzikir adalah media yang efektif untuk mencapai tujuan dakwah, oleh karena itu, pembinaan dzikir kepada masyarakat dirasakan mampu untuk membuka hati dan pikiran untuk kembali kejalan Allah. Keefektivan dzikir sebagai media dakwah dapat terlihat dari bagaimana kegiatan dzikir ini bisa mencapai tujuan dakwah yaitu, mengajak manusia untuk menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Salah satu kebiasaan anggota sebuah majelis zikir adalah fokus dan terkonsentrasi dengan pelaksanaan zikir, sehingga pemandu zikir dalam pelaksanaan zikir dengan mudah menyampaikan mauizah hasanah dalam celah-celah berzikir, dan jamaah zikir juga sangat meresapi isi mauizah tersebut. Zikir memegang peranan penting dalam proses edukasi Penyucian Jiwa (tazkiyyat al-nafs).

**Kata Kunci:** Zikir; Media Dakwah; Edukasi

## PENDAHULUAN

Ibadah dzikir, doa, dan tilawah Alquran merupakan salah satu ibadah dalam upaya mendekatkan diri kepada Yang Maha Kuasa. Seorang individu dalam sudut pandang islam hendaknya selalu dalam berzikir, berdoa, dan bertilawah Alquran secara kontiniu dan tidak boleh terputus, sehingga diyakini menjadi sebuah upaya dalam menyelesaikan segala persoalan yang dihadapinya. Berdzikir secara terus-menerus merupakan salah satu bahagian dari bentuk kecintaan kepada Allah SWT karena yang paling berhak untuk dicintai dan dimuliakan hanyalah Allah SWT. Dzikir bagi hati laksana air bagi ladang pertanian, bahkan seperti air bagi ikan yang takkan hidup tanpa air.

Zikir yang diamalkan oleh seorang muslim secara terus-menerus dan tidak terputus akan menjadi tenaga inovatif dalam diri individu yang sedang menghadapi penyakit hati, penyakit mental dan gangguan mental. Dengan berzikir, seorang muslim merasa berdampingan dan dekat dengan Tuhannya. Dengan berzikir seorang muslim menjadi tenang dan tenteram. Zikir kepada Allah bisa menjadi energi hati, motivasi hati merasa dekat dengan Allah, seyogyanya menjadikan diri terawasi dan terjaga untuk tidak tergelincir dan terjerumus ke dalam perkara-perkara yang mendatangkan dosa dan maksiat.

## PEMBAHASAN

Secara etimologi, perkataan zikir berakar pada kata ذَكَرَ، يَذْكُرُ، ذِكْرًا artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti dan ingatan. Dalam Ensiklopedi Islam menjelaskan bahwa istilah zikir memiliki multi interpretasi, diantara pengertian zikir adalah menyebut, menuturkan, mengingat, menjaga, atau mengerti perbuatan baik. Dalam kehidupan manusia unsur "ingat" ini sangat dominan adanya, karena merupakan salah satu fungsi intelektual. Menurut psikologi, zikir (ingatan) sebagai suatu "daya jiwa kita yang dapat menerima, menyimpan dan memproduksi kembali pengertian atau tanggapan-tanggapan kita."

Secara terminologi definisi zikir banyak sekali. Ensiklopedi Nasional

Indonesia menjelaskan zikir adalah ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran-Nya, ke-Maha Sucian-Nya, ke-Maha ke-Terpujian-Nya dan ke-Maha Besarannya. Zikir merupakan sikap batin yang bisa diungkapkan melalui ucapan Tahlil (La Ilaha illa Allah, Artinya, Tiada Tuhan Selain Allah), Tasbih (Subhana Allah, Artinya Maha Suci Allah), Tahmid (Alhamdulillah, Artinya Segala Puji Bagi Allah), dan Takbir (Allahu Akbar, Artinya Allah Maha Besar).

Sedangkan menurut Aboe Bakar Atjeh, dalam bukunya Pengantar Ilmu Tarekat Uraian Tentang Mistik. Zikir adalah ucapan yang dilakukan dengan lidah, atau mengingat Allah dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mensucikan Allah dengan memuji dengan puji-pujian dan sanjungan-sanjungan dengan sifat yang sempurna, sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.

Zikir dalam pengertian mengingat Allah sebaiknya di lakukan setiap saat, baik secara lisan maupun dalam hati. Artinya kegiatan apapun yang dilakukan oleh seorang muslim sebaiknya jangan sampai melupakan Allah SWT. Dimanapun seorang muslim berada, sebaiknya selalu ingat kepada Allah SWT sehingga akan menimbulkan cinta beramal saleh kepada Allah SWT, serta malu berbuat dosa dan maksiat kepadanya.

Teungku Hasbie Ash Shiddiqie dalam bukunya Pedoman zikir dan Doa menjelaskan, zikir adalah menyebut Allah SWT dengan membaca tasbih, membaca tahlil (la ilaha illallahu), membaca tahmid (alhamdulillah), membaca taqdis (quddusun), membaca takbir (allahuakbar), membaca hauqolah (la hawla wala quwwata illa billahi), membaca hasbalah (hasbiyallahu), membaca basmalah(bismillahirrahmanirrahim), membaca al-qur'an al majid dan membaca doa-doa yang ma'tsur, yaitu doa yang diterima dari Nabi Saw.

Dari pengertian di atas, masih banyak lagi pengertian zikir yang dikemukakan oleh para pakar. Namun, pengertian yang menjadi kajian dalam pembahasan ini adalah sebagaimana yang dijelaskan oleh hadits-hadits Nabi tentang zikir yang mencakup do'a, mengucapkan asma al-husna, membaca al-Qur'an, tasbih, tahmid, takbir, tahlil, istighfar, hawqalah.

### Macam-macam zikir

Secara umum zikir dibagi menjadi dua macam, yaitu zikir dengan hati dan zikir dengan lisan. Masing-masing dari keduanya terbagi pada dua arti, yaitu:

1. Zikir dari arti ingat dari yang tadinya lupa
2. Zikir dalam arti kekal ingatannya

Sedangkan yang dimaksud dengan zikir lisan dan hati adalah sebagai berikut:

1. Zikir dengan lisan berarti menyebut Nama Allah, berulang-ulang kali, sifat-sifat-Nya berulang-ulang kali pula atau pujian-pujian kepada-Nya. Untuk dapat kekal dan senantiasa melakukannya, hendaknya dibiasakan atau dilaksanakan berkali-kali atau berulang-ulang kali.
2. Zikir kepada Allah dengan hati, ialah menghadirkan kebesaran dan keagungan Allah di dalam diri dan jiwanya sendiri sehingga mendarah daging.

Kerjasama antara lisan dan hati dalam hal zikir ini sangatlah baik, sebab dengan berzikir seperti diatas maka dengan sendirinya seluruh badannya akan terpelihara dari berbuat maksiat kepada Allah. Bagi seorang yang hatinya telah basah dengan zikir dan jernih akan dapat mengontrol anggota badannya untuk tetap disiplin, ucapannya akan sesuai dengan perbuatannya, lahiriyahnya akan sesuai dengan batiniyyahnya.

Imam Nawawi berkata, "zikir dilakukan dengan lisan dan hati secara bersama-sama. Kalau hanya salah satu saja yang berzikir, maka zikir hati lebih utama. Seseorang tidak boleh meninggalkan zikir lisan hanya karena takut riya. Berzikirlah dengan keduanya dan niatkan hanya mencari ridha Allah semata. Suatu hari saya mengunjungi Al-Fadhil untuk menanyakan orang yang meninggalkan amal perbuatan karena takut riya dihadapan manusia. Beliau menjawab, "kalau seseorang menyempatkan diri memperhatikan tanggapan orang lain padanya, berhati-hati atas persangkaan jelek mereka, maka pintu-pintu kebaikan tidak terbuka lebar untuknya. Ia telah menghilangkan bagian

agama yang sangat vital. Ini bukan jalan yang ditempuh orang-orang bijak”.

Hal ini dengan simpel dan sederhana di sampaikan syaikh Ibnu Athaillah ra. Beliau berkata : “janganlah engkau tinggalkan zikir semata-mata karena tidak adanya kehadiran hatimu bersama Allah di dalamnya. Sebab kelalaian hatimu (kepada Allah) tanpa adanya zikir adalah lebih berbahaya daripada kelalaian hatimu di dalam zikir. Barangkali Allah akan mengangkatmu dari zikir yang lalai menuju zikir dengan sadar, dari zikir yang sadar menuju zikir yang hadir, dari zikir yang hadir kepada zikir dengan hilangnya selain zikir yang di-zikiri.” Dan yang demikian itu sekali-kali tidak sukar bagi Allah”. QS:14/20.

Menurut ahli tashawwuf, zikir itu terbagi menjadi tiga bagian, yaitu:

- 1) Zikir lisan atau disebut juga zikir nafi isbat, yaitu ucapan La Ilaaha Illallah. Pada kalimat ini terdapat hal yang menafikan yang lain dari Allah dan mengisbatkan Allah. Zikir nafi isbat ini dapat juga disebut zikir yang nyata karena ia diucapkan dengan lisan secara nyata, baik zikir bersama-sama maupun zikir sendirian.
- 2) Zikir qalbu atau hati, disebut juga zikir: Asal dan kebesaran, ucapannya Allah, Allah. Zikir qalb ini dapat juga disebut zikir ismu dzatkarena ia langsung berzikir dengan menyebut nama Zat.
- 3) Zikir sir atau rahasia, disebut juga zikir isyarat dan nafas, yaitu berbunyi : Hu, Hu. Zikir ini adalah makanan utama sir (rahasia). Oleh karena itu ia bersifat rahasia, maka tidaklah sanggup lidah menguraikannya, tidak ada kata-kata yang dapat melukiskannya.

#### **Keutamaan dan Manfaat zikir**

Seandainya tidak ada ayat al-Qur’an atau hadits Nabi yang menerangkan tentang dzikrullah, maka zikir yang hakiki kepada Yang Maha Pemberi nikmat ini tetaplah sangat penting. Sebab, kita adalah hamba-Nya, maka kita harus selalu mengingat-Nya jangan sampai lalai mengingatkan-Nya. Dialah Yang Maha Pemberi yang telah memberi nikmat dan kebaikan yang tidak terhitung banyaknya di setiap waktu. Karena itu, berzikir kepada Allah

dan mensyukuri karunia-Nya merupakan sesuatu yang fitrah bagi seorang hamba.

Rasulullah Saw bersabda :

عن انس رض الله عنه ان رسول الله صلعم قال: إذمرتم برياض الجنة فارتعوا قالوا وما رياض الجنة قال: حلق الذكر (آخر جه أحمد والترمذي)

*Artinya: "Apabila kalian melewati taman surga (Riyadl al-Jannah), maka senanglah kalian, kemudian para sahabat bertanya: apakah taman surga itu ya Rasulullah?. Nabi menjawab : lingkaran zikir (majlis zikir).*

Sesungguhnya Allah mempunyai kendaraan malaikat yang selalu mencari majlis zikir ketika malaikat itu mendatangi mereka, maka malaikat ini kan mengitari mereka dan memberi rahmat.

Dalam sebuah riwayat Shahih Muslim juga dikatakan, bahwa rasulullah Saw bersabda ;

رسول الله صلعم قال: لا يقعد قوم يذكرون الله إلا حفتهم الملائكة وغشيتهم الرحمة ونزلت عليهم السكينة وذكرهم الله فيمن عنده (أخرجه ابن أبي شيبة واحمد ومسلم والترمذي وابن ماجه)

*Artinya: "Tidak ada suatu kaum yang duduk dan berzikir kepada Allah Swt, kecuali malaikat mengelilingi mereka dan memberi rahmat dan menurunkan ketenangan kepada mereka, serta Allah Swt, akan menyebut mereka termasuk dalam orang-orang yang ada di sisi Allah Swt.*

Zikir juga menumbuh-suburkan rahmat Allah, dan menghapus dosa-dosa kecil. Keterangan ini kita dapati dalam QS. al-Ahzab ayat 43. Dalam ayat tersebut, Allah menegaskan akan melimpahkan rahmatnya kepada orang-orang yang berzikir, dan malaikat juga memohon kepada-Nya, supaya dosa-dosa orang yang berzikir diampuni dan dikeluarkan dari kehidupan gelap (tanpa cahaya), kepada kehidupan yang penuh cahaya (nur) Nya.

Penegasan Allah tersebut menunjukkan, adanya perlakuan khusus Allah SWT dan para malaikat kepada orang-orang yang banyak berzikir. Perlakuan khusus tersebut, diberikan oleh Allah dan para malaikat, sebagai suatu

petunjuk bahwa kegiatan dzikrullah, merupakan suatu ibadah wajib yang memiliki kekhususan tersendiri, dibandingkan dengan ibadah-ibadah yang lain, dan karenanya kepada pelaksanaan ibadah tersebut, akan diberikan berbagai keutamaan.

### **1. Fadhilah (Keutamaan) Zikir**

Di dalam al-Qur'an banyak sekali ayat-ayat yang menyuruh kita untuk berzikir kepada Allah atau menganjurkan orang supaya berzikir dan menyatakan tentang keutamaan berzikir kepada Allah. Demikian pula dengan hadits-hadits Nabi Saw, atsar sahabat dan Tabi'in tentang keutamaan berzikir kepada Allah.

Diantaranya adalah firman Allah QS. al-Ahzab: 41-42:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا. وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا

*Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama Allah), zikir yang sebanyak-banyaknya. Dan bertasbihlah kepada-Nya pada waktu pagi dan petang".*

Begitu juga dalam QS. ar-Ra'd: 28 Allah juga berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

*Artinya: "orang-orang yang beriman hatinya menjadi tentram karena mengingat Allah, ketahuilah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram."*

Dzikrullah adalah amalan yang sangat tinggi nilainya dan sangat mulia dalam pandangan Allah. Dzikrullah juga menjadi pembeda antara orang yang dikasihi oleh Allah dan orang yang dibenci-Nya. Sebagaimana dikisahkan bahwa : "Nabi Musa As, bertanya : "Ya Allah bagaimana cara mengetahui perbedaan antara kekasih-Mu dengan kebencian-Mu?. Jawab Allah : " Hai Musa bagi kekasih-Ku ada dua tanda bukti, yaitu:

- 1) Mudah berzikir kepada-Ku, sehingga akupun zikir kepadanya di alam malakut langit - bumi.

- 2) Terpelihara dari segala yang haram dan kemarahan-Ku, sehingga ia selamat dari siksa dan marah-Ku.

Demikian pula bagi kebencian-Ku ada tanda bukti, yaitu:

- 1) Mudah lupa zikir kepada-Ku
- 2) Mudah menuruti nafsu, sehingga terjerumus kedalam kancah kemungkar dan haram, akhirnya mereka disiksa.

Syaikh al-Faqih Abul Laits as-Samarqandi dalam kuliahnya mengatakan: “Zikir kepada Allah adalah amal ibadah yang paling unggul, setiap ibadah di tentukan kapasitasnya (kadarnya) dan waktunya, bahkan terkadang ada yang dilarang jika tidak menepati waktunya atau melebihi ketentuan yang berlaku, tetapi zikir kepada Allah, tiada ketentuan batas waktunya dan berapa jumlahnya. Sebagaimana firman Allah dalam al-Qur’an surat al-Ahzab ayat 41.

Betapa mulianya bila seorang mampu selalu mengingat Allah dalam zikirnya. Orang yang berzikir akan diingat Allah, bahkan dalam diri Allah itu sendiri, sebagaimana yang disebutkan dalam hadits qudsi, bahwa Rasulullah Saw bersabda, Allah berfirman,

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلعم: يقول الله تعالى: انا عند ظن عبدي بن وانا معه إذا ذكرني. فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي. وان ذكرني في ملأ ذكرته فملاء خير منهم. وان تقرب إلى شبرا تقربت إليه ذراعا. وان تقرب إلى ذراعا تقربت إليه باعا وإن اتا نى بمشى اتيته هرولة (رواه أحمد والبخارى ومسلم والترمذي)

“Aku (Allah) bersama prasangka hamba-Ku kepada-Ku, dan bersama jika mengingat-Ku, kalau ia mengingat-Ku dalam jiwanya, maka Aku akan ingat dia dalam diri-Ku.” (HR. Syaikhani dan Tirmidzi dari Abi Hurairah).

Zikir adalah cara mengingat Allah yang sebaik-baiknya. Allah akan ingat kepada orang yang ingat kepada-Nya, mengingat Allah dalam keadaan apa saja, saat berdiri, duduk, berjalan dan lain-lain. Apabila kita mengingat Allah ditengah kerumunan orang ramai, maka Allah akan mengingat kita di dalam kerumunan yang lebih baik dari mereka.

Sebuah hadits menyebutkan bahwa tanda-tanda mencintai Allah Swt

adalah mencintai zikirullah, Abu Darda ra. Berkata, “Barang siapa lidahnya senantiasa basah karena zikir kepada Allah, ia akan masuk syurga dengan tersenyum”. Dari Abu Darda Rasulullah Saw bersabda,”

عن ابي الذرداء رضى الله عنه قال: قال رسول الله صلعم : الا انبئكم بخير اعمالكم وازكاها عندمليكم وارفعها في درجاتكم وخير لكم من إنفاق الذهب والورق وخير لكم من ان تلقوا عدوكم فتضربوا اعناقهم ويضربوا اعناقكم ؟ قالوا : بلى . قال : ذكر الله (أخرجه أحمد والترمذى وابن ماجه)

“Maukah kamu aku beritahu tentang amal yang baik, paling mulia dan paling suci disisi Allah, dan paling tinggi derajatnya, lebih berharga dari menginfakkan emas dan perak, dan bila bertemu musuh maka kalian akan memenggal lehernya,” para sahabat bertanya, “apa itu ya Rasulullah?”, zikir kepada Allah.” (Ahmad, Tirmidzi, Ibnu Majah).

Setiap muslim tentu mengetahui, betapa utamanya berzikir itu dan betapa besar manfaatnya, zikir merupakan pekerjaan yang mulia dan sangat bermanfaat, sebagai sarana untuk mendekati diri pada Allah Ta’ala. Para ulama dan shalihin (orang-orang yang saleh) telah menguatkan keutamaan zikir ini, dengan menyatakan, seorang yang dapat memadukan antara Tafakur hatinya tentang siksa, nikmat, dan kesempurnaan kekuasaan Allah, dengan sikap hati-hati (wara’) dari mendekati sesuatu yang haram dan syubhat serta menerima ketentuan-ketentuan-Nya, dan zikir kepada Allah, maka sesungguhnya ia mendekati tindakan para wali, para shiddikin, dan Muqarrabin (orang-orang yang dekat dengan Allah).

Imam al-Qusyairi menyatakan, zikir adalah tanda kekuasaan dan cahaya keterpautan, bukti kehendak dan tanda baik suatu permulaan sekaligus sebagai tanda kesucian keberakhiran. Dan tidak ada suatu keutamaan lain, setelah zikir. Segala tindakan dan sikap terpuji adalah kembali kepada zikir. Karna sumbernya adalah zikir. Dan suatu aktivitas yang didahului dengan zikir termasuk perkara yang paling besar. Allah berfirman,

اِنَّهُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ

أَكْبَرُ ۞ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

*Artinya: “sesungguhnya shalat itu dapat mencegah dari perbuatan keji dan mungkar, dan sesungguhnya mengingat Allah adalah lebih besar (keutamaannya daripada ibadah-ibadah yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (QS. al-Ankabut 29 : 45).*

Para ulama menafsirkan “dan sesungguhnya zikir itu lebih besar” dengan beberapa interpretasi sebagai berikut :

- Sesungguhnya zikir kepada Allah lebih besar dari segala sesuatu, zikir adalah taat yang paling utama. Arti taat disini adalah menegakkan zikir kepada-Nya, sedang zikir adalah ketaatan dan daya ketaatan itu sendiri.
- Sesungguhnya jika kamu sekalian, kaum muslimin, ingat kepada-Nya, maka Allahpun akan ingat kepadamu, sedangkan zikir Allah kepadamu lebih besar daripada zikir kamu kepada-Nya.
- Sesungguhnya zikir kepada Allah adalah lebih besar daripada tetapnya Fakhsya dan kemungkarannya. Bahkan jika zikir dibaca secara sempurna, ia akan dapat menghilangkan segala kesalahan dan maksyiat.
- Sesungguhnya amal saleh, bila ingin diterima oleh Allah, harus diakhiri dengan zikir, jika tidak diakhiri dengan zikir dan pujian maka amal itu akan sia-sia belaka.

Dengan demikian, manakala seseorang berzikir kepada Allah, dengan tasbih, tahlil, takbir atau berzikir dalam keadaan sholat, berdo'a, membaca al-Qur'an atau dalam segala aktivitas hidupnya, maka Allah juga akan ingat kepadanya dengan zikir yang lebih besar daripada zikir yang mereka lakukan kepada Allah. Allah pun akan membanggakan itu kepada para malaikat, maka turunlah hidayah rahmat, dan maghfirah kepada sang dzakir. Ia akan diberi keistimewaan sepanjang hidupnya dan menjadi orang pilihan hingga pada hari kiamat.

Sebagaimana sabda Rasulullah SAW, yang diriwayatkan Ibn Abi Syaybah dan Thabrani dengan isnad hasan:

عن معاذ بن جبل قال: قال رسول الله صلعم: ما عمل آدمي عملا انجى له من عذاب القبر من ذكر الله  
(أخرجه أحمد)

*“Tidak ada amal yang dapat dilakukan oleh anak adam (manusia) untuk menyelamatkannya dari siksa kubur, kecuali berzikir kepada Allah.”*

Dan dengan zikir pula, hati dapat menjadi mengkilap, menjadi bersih dari segala kotoran.

إن لكل شيء صفاة وان صفاة القلوب ذكر الله

*“Sesungguhnya bagi tiap-tiap segala sesuatu ada pengkilap (sikat/pembersihnya). Dan sesungguhnya pengkilap/pembersih kalbu adalah dzikrullah...”*

## **2. Manfaat Zikir**

Ibn 'Atha'illah as-Sakandari, guru ketiga dari tarekat as-Sadziliyyah (w. 709 H/1350 M) menyebutkan ada 63 manfaat zikir. Berikut kami kutip manfaat zikir yang berhubungan dengan kesehatan mental :

- 1) Menghilangkan segala kegundahan, kerisauan, kegelisahan serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan.
- 2) Mendatangkan wibawa dan ketenangan bagi pelakunya
- 3) Mengilhamkan kebenaran dan sikap istiqomah dalam setiap urusan
- 4) Mendatangkan sesuatu yang paling mulia dan paling agung yang dengan itu kalbu manusia menjadi hidup seperti hidupnya tanaman karena hujan.
- 5) Zikir adalah makanan rohani sebagaimana nutrisi bagi tubuh manusia,
- 6) zikir juga merupakan perangkat yang membuat kalbu bersih dari karat yang berupa lalai dan mengikuti hawa nafsu.
- 7) Zikir juga menjadi penyebab turunnya sakinah (ketenangan), penyebab adanya naungan para malaikat, penyebab turunnya mereka atas

seorang hamba, serta penyebab datangnya limpahan rahmat, dan itulah nikmat yang paling besar bagi seorang hamba.

- 8) Menghalangi lisan seorang hamba melakukan ghibah, berkata dusta, dan melakukan perbuatan buruk lainnya.
- 9) Orang yang berzikir akan membuat teman duduknya tentram dan bahagia.
- 10) Orang yang berzikir akan diteguhkan kalbunya, dikuatkan tekadnya, dijauhkan dari kesedihan, dari kesalahan, dari setan dan tentaranya. Selain itu kalbunya akan didekatkan pada akhirat dan dijauhkan dari dunia.
- 11) Apabila kelalaian merupakan penyakit, zikir merupakan obat baginya. Ada ungkapan: Jika kami sakit, kami berobat dengan zikir. Namun kadang kala kami lalai, hingga ia pun kambuh lagi.
- 12) Memudahkan pelaksanaan amal saleh, mempermudah urusan yang pelik, membuka pintu yang terkunci, serta meringankan kesulitan.
- 13) Memberi rasa aman kepada mereka yang takut sekaligus menjauhkan bencana.
- 14) Zikir menghilangkan rasa dahaga di saat kematian tiba sekaligus memberi rasa aman dari segala kecemasan.

Zikir merupakan salah satu bentuk ibadah makhluk kepada Allah SWT, dengan cara mengingat-Nya melalui ucapan (pujian /doa) dan perbuatan (salat/amal saleh). Salah satu manfaat zikir kata Habib Huda (habib sekedar nama) seorang ahli metafisik (*clairvoyant*) adalah untuk menarik energi positif. Energi zikir yang bertebaran di udara agar energi zikir dapat masuk dan tersirkulasi ke seluruh bagian tubuh pelaku zikir (zikir). Manfaat utama energi zikir pada tubuh adalah sebagai pendingin (AC) guna menjaga keseimbangan suhu tubuh, agar tercipta “suasana kejiwaan yang tenang, damai dan terkendali, bermoral (ber ahlakul karimah)”. Kondisi kejiwaan/psikis yang demikian akan menentukan “kwalitas ruh” makhluk, dimana ruh adalah penentu pertanggung-jawaban makhluk dihadapan Allah SWT.

Salah satu manfaat paham ilmu agama adalah untuk mendapatkan energi zikir dari udara dengan tingkat kepadatan molekul energi yang terpadat / terbesar. Salah satu manfaat beriman (yakin dan percaya) adalah untuk memadatkan Energi Zikir yang ke dalam tubuh. Salah satu manfaat taqwa (bersedia menjalankan perintah Allah dan menjauhi segala larangan-Nya) adalah untuk mengikat Energi Zikir agar tidak mudah hilang / menguap.

Lebih lanjut Habib mengatakan bahwa bacaan zikir merupakan kunci pintu masuknya energi zikir kedalam tubuh. Salah satu manfaatikhlas adalah untuk memperlancar jalan masuknya energi zikir kedalam tubuh (pelumas). Salah satu manfaat sabar adalah untuk memperbesar daya tampung tubuh pelaku zikir terhadap energi zikir yang masuk. Salah satu manfaat khusyuk (konsentrasi) adalah untuk mempercepat proses masuknya energi zikir kedalam tubuh (pemompa). Salah satu manfaat taubat adalah untuk mengeluarkan energi negatif dan energi kotor dari dalam tubuh pelaku zikir. Hal-hal tersebut di atas terjadi dengan sendirinya (otomatis), jadi dimohon agar jangan“meniatkan” berzikir untuk mendapatkan energi zikir.

Energi zikir yang besar pada diri pelaku zikir akan membentuk medan magnet positif / daya tarik positif, yang bermanfaat untuk menarik makhluk Allah yang lainnya untuk berpikiran positif dan berbuat positif terhadap Si pelaku zikir (dzakir) tersebut. Jadi, jika ibadah / zikir kita sudah benar menurut Allah (al-Qur'an) dan Rasul-Nya (sunnah) maka nasib / keadaan hidup kita di dunia sekarang maupun di akhirat nanti akan selalu bahagia.

### **3. Zikir Sebagai Media Dakwah dan Edukasi**

Media dakwah merupakan unsur dakwah yang penting. Dengan adanya media memudahkan da'i dalam menyampaikan pesan dakwahnya. Media dakwah merupakan segala sesuatu yang dipergunakan sebagai alat untuk mencapai tujuan dakwah yang telah ditentukan. Media dakwah dapat berupa barang material, orang, tempat, kondisi tertentu dan sebagainya.

Dzikir adalah media yang efektif untuk mencapai tujuan dakwah, oleh karena itu, pembinaan dzikir kepada masyarakat dirasakan mampu untuk membuka hati dan fikiran untuk kembali kejalan Allah. Keefektivan dzikir sebagai media dakwah dapat terlihat dari bagaimana kegiatan dzikir ini bisa mencapai tujuan dakwah yaitu, mengajak manusia untuk menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Salah satu kebiasaan anggota sebuah majelis zikir adalah fokus dan terkonsentrasi dengan pelaksanaan zikir, sehingga pemandu zikir dalam pelaksanaan zikir dengan mudah menyampaikan mauizah hasanah dalam celah-celah berzikir, dan jamaah zikir juga sangat meresapi isi mauizah tersebut.

Zikir memegang peranan penting dalam proses edukasi "Penyucian Jiwa" (tazkiyyat al-nafs). Akan tetapi kenapa harus zikir?. Dalam islam, mengucapkan lafadz zikir yang identik dengan syahadat atau tahlil, merupakan legitimasi, bahwa orang tersebut rela menjadi muslim, sekaligus mukmin, pengucapan ini bukan hanya sekedar dimulut saja, melainkan di resap dalam sanubari dengan meyakini bahwa "tiada Tuhan selain Allah"

Salah satu cara untuk menjaga konstanitas / menambah keimanannya itu, menurut kalangan sufi, adalah dengan melanggengkan zikir (mulazamatu fii al-dzikr), atau terus-menerus menghindarkan diri dari segala sesuatu yang dapat membawa lupa kepada Allah," mukhalafat fii al-zikir". Sebagaimana Nabi Saw bersabda:

جَدِّدُوا إِيمَانَكُمْ قَالُوا: كَيْفَ نُجَدِّدُ إِيمَانَنَا قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: بِكَثْرَةِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ.

*"Perbaharuilah iman kamu sekalian, sahabat bertanya: dengan apa memperbaharui keimanan kami, Ya Rasulullah? Berkata Nabi "Dengan memperbanyak (zikir)"La ilaha Illa Allah "(al-hadits)*

Pengaruh yang timbul dari berzikir secara konstan ini, akan mampu mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan. Seseorang yang melupakan zikir atau lupa kepada Allah, kadang-kadang tanpa sadar dapat saja berbuat

maksiat. Namun manakala ingat kepada Tuhan kemudian mengucapkan zikir, kesadaran sebagai hamba Tuhan akan segera muncul kembali.

Fungsi zikir sebagai alat Tazkiyyah al-Nafs (penyucian jiwa) dalam rangka mengembalikan Potensi Ruhaniyah pada diri manusia yang terhalang atau hilang akibat dari sifat-sifat tercela, dikarenakan selalu mengikuti kehendak nafsu.

Al-Ghazali menyebut sifat-sifat tercela yang dimaksud meliputi:

- Hasud (iri hati);
- Haqaaq (dengki atau benci);
- Su'dzan (buruk sangka);
- Kibri (sombong);
- 'Ujub (merasa sempurna diri dari orang lain);
- Riya' (memamerkan kelebihan);
- Suma' (mencari-cari nama atau kemasyhuran);
- Bukhl (kikir); hubb al-maal (materialistis);
- Takabbur(membanggakan diri);
- Ghadhab (pemarah);
- Ghibah (pengumpat);
- Namimah (bicara di belakang orang/jawa: ngrasani);
- Kadzib (pendusta);
- khianat (ingkar janji).

Sifat-sifat semacam itulah yang sebenarnya mendominasi pemikiran dan tingkah laku seseorang, yang muaranya melakukan berbagai penyimpangan.

Zikir merupakan aktivitas religius penting bagi para sufi, untuk mengembangkan diri agar berada sedekat mungkin dengan Allah Swt. Dalam tasawuf (baca: tarekat) tahapan-tahapan (maqamat) para penempuh jalan sufi (salik) harus melewati makam zikir untuk mencapai ma'rifatullah.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

Kegiatan dzikir bersama yang diterapkan pada jam'ah dijadikan sebagai media dakwah karena, Majelis zikir umumnya menjadi wadah untuk masyarakat belajar untuk mendalami ajaran agama Islam, kegiatan dzikir bisa mempererat tali silaturahmi, dan menambah saudara seiman, Dzikir merupakan media dakwah lisan yang berbentuk bimbingan karena kegiatan saat dzikir berjama'ah dibimbing langsung oleh pembina majelis taklim, lalu diikuti oleh seluruh jama'ah yang hadir, Kegiatan dzikir melafazhkan kalimat Asmaul Husna bisa meningkatkan keimanan jama'ah. Dzikir adalah cara untuk mencapai tujuan dakwah, dengan selalu mengingat Allah senantiasa manusia akan mengerjakan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya.

Kegiatan dan pembinaan dzikir dirasakan efektif terhadap jama'ah majelis zikir. Zikir mampu menjadi media untuk mencapai tujuan dakwah. Karena dzikir selalu mengingat Allah, jama'ah selalu menjaga ibadahnya, dan dzikir pun dapat merubah akhlak perilaku jama'ah menjadi lebih baik.

## REFERENCES

- In'ammuzahiddin Masyhudi, Nurul Wahyu A, *Berzikir dan Sehat ala Ustad Haryono*, Semarang: Syifa Press, 2006, hlm. 7
- M. Afif Anshori, *Zikir Demi Kedamaian Jiwa Solusi Tasawuf Atas Manusia Modern*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2003, hlm, 16
- Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian Tentang Mistik*, Cet ke-III, Ramadhani, Solo, 1996, hlm, 276
- Teungku Hasbi Ash-Shiddieqiy, *Pedoman Zikir Dan Doa, Bulan Bintang*, Jakarta, Cet ke-II, 1990, hlm, 36
- Moh Saefullah al-Aziz, *Risalah Memahami Ilmu Tasawwuf*, (Surabaya: Terbit Terang, 1978), hlm, 193-194
- Abdul Halim Mahmud, *Terapi Dengan Zikir Mengusir Kegelisahan & Merengkuh Ketenangan Jiwa, Misykat* (Jakarta, Mizan Publika, 2004), hlm, 78-79.
- Muh Luthfi Ghozali, *Percikan Samudra Hikam, jilid 1*, ABSHOR, Semarang, 2006, hlm, 183-184

- Moh Saefullah al-Aziz, *Risalah Memahami Ilmu Tasawwuf*, Terbit Terang, Surabaya, 1978, hlm, 193-194
- Maulana Moh. Zakariyya al-Kandahlawi, *Fadhilah Amal*, Yogyakarta: Ash-Shaaf, 2003, hlm, 357
- M. Amin, Aziz, Tirmidzi Abdul Majid, *Analisa Zikir dan Doa*, Jakarta, Pinbuk Press, 2004, hlm. 19-21.
- Departemen Agama, Yayasan Penyelenggara Penterjemah al-Qur'an, PT. Tanjung Mas Inti, Semarang, 1992, hlm, 674 dan 373.
- Habib Huda, *Wacana Waroeng Psikologi, Candi Penataran Selatan 8B Kalipancur*, Semarang, 2004, hal 102