

**PERSEPSI KIAI TERHADAP PELATIHAN  
SHALAT KHUSYU'**  
(Studi Kasus Pada Kiai-Kiai Probolinggo)

**SKRIPSI**

**OLEH :**

**FIKRI HIDAYAT**  
**NIM : 04110116**



**JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MALANG  
Januari 2009**

**PERSEPSI KIAI TERHADAP PELATIHAN  
SHALAT KHUSYU'  
(Studi Kasus Pada Kiai-Kiai Probolinggo)**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Malang  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar  
Strata satu Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd.I)*

Oleh:

**FIKRI HIDAYAT**  
**NIM: 04110116**



**JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MALANG  
Januari 2009**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**JUDUL :**

**PERSEPSI KIAI TERHADAP PELATIHAN SHALAT KHUSYU'  
(Studi Kasus Pada Kiai-kiai Probolinggo)**

**SKRIPSI**

**OLEH :**

**Fikri Hidayat  
NIM : 04110116**

**Telah Disetujui Pada Tanggal 28 Nopember 2008**

**Oleh Dosen Pembimbing :**

**Dr. M. Zainuddin, MA.  
NIP. 150 275 502**

**Mengetahui,**

**Ketua Jurusan Pendidikan Islam**

**Drs. Moh. Padil, M.Pd.I  
NIP. 150 267 235**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PERSEPSI KIAI TERHADAP PELATIHAN SHALAT KHUSYU'**  
**(Stidi Kasus Pada Kiai-kiai Probolinggo)**

**SKRIPSI**

**Dipersiapkan dan disusun oleh**  
**Fikri Hidayat (04110116)**  
**Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 17 Januari 2009**  
**Dan telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk**  
**memperoleh gelar strata satu Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd.I)**  
**Pada tanggal : 17 Januari 2009**  
**Panitia Ujian**

**Ketua Sidang,**

**Sekretaris Sidang,**

**Dr. M. Zainuddin, MA**  
**NIP. 150 275 502**

**Drs. H. Moh. Padil, M. Pd.I**  
**NIP. 150 267 235**

**Penguji Utama,**

**Pembimbing,**

**Drs.H.A. Fatah Yasin, M.Ag**  
**NIP. 150 287 892**

**Dr. M. Zainuddin, MA**  
**NIP. 150 275 502**

**Mengesahkan,**  
**Dekan Fakultas Tarbiyah UIN Malang**

**Prof. Dr. H. M. Djunaidi Ghony**  
**NIP. 150 042 031**

**Dr. M. Zauinuddin, MA.**  
**Dosen Fakultas Tarbiyah**  
**Universitas Islam Negeri Malang**

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Hal : Skripsi Fikri Hidayat  
Lamp : 5 (Lima) Eksemplar

Malang, 28 Nopember 2008

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Tarbiyah UIN Malang

di-

Malang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Sesudah melakukan beberapa kali bimbingan, baik dari segi isi, bahasa maupun teknik penulisan, dan setelah membaca skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Fikri Hidayat  
NIM : 04110116  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam  
Judul Skripsi : Persepsi Kiai Terhadap Pelatihan Shalat Khusyu'  
(Studi Kasus Pada Kiai-kiai Probolinggo)

maka selaku Pembimbing, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah layak diajukan untuk diujikan.

Demikian, mohon dimaklumi adanya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing,

Dr. M. Zainuddin, MA  
NIP. 150 275 502

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan ketulusan dan kerendahan hati  
ku persembahkan karya ini  
Untuk sepasang mutiara hati yang memancarkan cinta kasih  
yang tak pernah usai, yang selalu mengasihiku  
setulus hati dan sesuci do'a  
(Bapakku Narum dan Ibuku Sittiya Mustofa).  
Restumu yang slalu menyertai setiap langkahku dari jerih payahmu kesuksesanku  
berasal, demi meniti masa depan.

Saudara2iQ (Shonis, Adik2q Saiful Bahri, Husnul Khotimah) & Adikq(Sofiah)  
yang selalu memberikan dorongan dan semangat  
untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

Bapak dan Ibu guruku serta Kia dan ustad2q yang telah mencurahkan segenap  
ilmunya, semoga amal beliau diterima disisinya.

Temen-temenku seangkatan Tarbiyah 2004 thanks to All yang pernah bersama-  
sama selama studi  
dalam suka & duka  
Sahabat-sahabat-Ku

{ Amir, N.Ida, Ri2n, Gifnil, Zoom, Fitri, Dian, Ima, Ari (Bos Gendut), Ratna,  
Abd. Hayyi (Wali) Mujab (Jenang kusus) thanks to All kalian is the best my  
friends }

Sumbersari Gg 3

Tempatku selama studi di Malang

Pondok Griya Ilmu

{ Tabi'in (Tores), Ridho (Mahyadi), Oemam, Hendy (CR 7), Slamet (Benzema),  
Rony (Coro), Amma (Gerrad), Agung (Trezegoal), Albert (Sneijder), Shodiq  
(M.Ridwan), Adi (Soder), Izzur (Hantelar), Shobahk (Gendut), (H. Rois), Ali  
fatkurrozi (ching) }

Kalian mau mengerti dan memahamiku

Maafin ya.....

## HALAMAN MOTTO

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴿٢﴾

*”Benar-benar beruntung orang-orang yang beriman.  
Orang-orang yang khusyu’ dalam sholatnya”.*  
*(Q.S aL-Mu’minun 1-2)*

## **HALAMAN PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 28 Nopember 2008

Fikri Hidayat  
NIM : 04110116



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah segala puja dan puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, juga sumber kunci perbendaharaan ilmu itu hanya ada pada genggamannya.

Shalawat serta salam semoga abadi tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang telah berhasil membimbing dan menuntun umatnya kejalan yang benar dan di ridloi Allah SWT sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi yang berjudul **“Pesepsi Kiai terhadap Pelatihan Shalat Khusyu’ (Studi Kasus Pada Kiai-kiai Probolinggo)”**.

Suatu kebanggaan tersendiri bagi penulis karena dapat menyelesaikan penyusunan skripsi. Penulis meyakini dalam penyusunan skripsi ini tidak dapat terlepas dari uluran tangan berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Ayahanda Narum dan Ibunda Sittiya tercinta yang senantiasa memberikan do’a restu, pengarahan serta kasih sayangnya.
2. Prof. Dr. H. Imam Suprayogo, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Malang, yang telah memberikan kepada peneliti peluang studi.
3. Prof. Dr. H. M. Djunaidi Ghony, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Malang.

4. Drs. Moh. Padil, M.Pd.I, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Malang.
5. Drs. M. Zaunuddin, MA selaku dosen pembimbing yang telah menunjukkan arah bimbingan kepada penulis dengan penuh kesungguhan dan kesabaran.
6. Para Kiai-kiai Probolinggo, yang telah memberikan izin penelitian.
7. Sahabat-sahabatku tercinta Fakultas Tarbiyah 2004, terimakasih atas motivasinya.
8. Teman-temanku di kos-kosan Sumbersari Gang 3. Terimakasih banyak dan penulis minta maaf jika selama di kos telah mengecewakan kalian semua.
9. Buat semua yang telah membantu penulis yang tidak sempat penulis sebutkan baik dalam keseharian maupun dalam penyelesaian skripsi ini, penulis ucapkan terima kasih banyak hanya Allah yang mampu membalas jasa-jasa kalian semua.

Akhirnya penulis mengharapkan saran, dan kritik yang konstruktif, karena penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari kesalahan baik sengaja maupun tidak sengaja. Semoga skripsi ini dapat menjadi masukan bagi para pembaca umumnya dan penulis khususnya.

Amin Yaa Robbal Alamin..

Malang, 28 september 2008

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSESETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN NOTA DINAS.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
HALAMAN PERNYATAAN .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR ISI.....	
DAFTAR TABEL .....	xii
HALAM ABSTRAK.....	xv

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah .....	1
B. Rumusan masalah .....	5
C. Tujuan penelitian .....	5
D. Kegunaan penelitian .....	6
E. Ruang lingkup penelitian .....	7
F. Keterbatasan penelitian .....	7
G. Definisi operasional .....	8
H. Sistematika pembahasan.....	10

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan tentang persepsi .....	12
1. Pengertian persepsi .....	12
2. Syarat-syarat terjadinya persepsi .....	14
3. Proses terjadinya persepsi .....	15
B. Tinjauan tentang kiai dan shalat khusyu' .....	17
1. Pengertian kiai .....	17
2. Pengertian shalat khusyu' .....	21

3. Hikmah shalat khusyu' .....	24
C. Tinjauan tentang pelatihan shalat khusyu' .....	27
1. Pelatihan relaksasi dengan terapi air ( <i>hydro therapy</i> )	
ketika berwudhu' .....	27
a. Mencuci tangan.....	28
b. Mencuci mulut atau berkumur-kumur.....	30
c. Mencuci lubang hidung .....	30
d. Membasuh muka.....	31
e. Membasuh tangan hingga siku-siku.....	31
f. Mengusap kepala.....	32
g. Mengusap telinga .....	33
h. Membasuh kaki.....	34
2. Pelatihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat. ....	35
a. Nama Tuhan yang menggetarkan.....	37
b. Sang aku naik ke langit ( <i>mi'raj</i> ).....	42
c. Ruku' .....	44
d. I'tidal (sikap pengembalian) .....	47
e. Sujud.....	51
f. Duduk iftirasy.....	54
g. Tasyahud awal dan akhir .....	59
3. Pelatihan dzikir dan do'a .....	61
a. Dzikir.....	61
b. Doa merupakan inti dari peribadatan.....	66

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Rancangan Penelitian .....	68
B. Populasi Penelitian .....	70
C. Teknik Pengumpulan Data .....	71

D. Metode Analisis Data .....	74
-------------------------------	----

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Latar Belakang Objek Penelitian .....	75
B. Hasil Wawancara dengan Kiai-kiai.....	92
C. Paparan Data Hasil Penelitian .....	93
1. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air ( <i>hydro therapy</i> ) ketika berwudhu' .....	94
2. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat. ....	98
3. Persepsi kiai tentang latihan dzikr dan do'a.....	104

#### **BAB V PENUTUP DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	107
B. Saran .....	110

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**

## ABSTRAK

Hidayat, Fikri. *Persepsi Kiai Terhadap Pelatihan Shalat Khusyu' (Study Kasus Pada Kiai-kiai Probolinggo)*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Negeri Malang. Pembimbing Dr. M. Zainuddin, MA.

**Kata kunci: Persepsi kiai, Pelatihan Shalat Khusyu',**

Selama ini shalat dianggap sebagai sesuatu yang memberatkan bagi pelakunya, karena kebanyakan dari kita tidak mengetahui dan merasakan ketinggian nilai spiritual yang ada didalamnya. Seringkali terbersit di dalam perasaan kita dimana shalat terasa menjemukan, Atau shalat tidak memiliki *gereget* yang mampu mempengaruhi mental kita untuk menjadi lebih baik dan menyenangkan. Sejak kita mulai belajar shalat di masa kecil, kita tidak diajarkan bagaimana meraih rasa khusyu', karena sang guru/kiai telah menetapkan itu sebagai hal yang tidak mungkin. Kita hanya disuruh menghafal bacaan dan gerakan-gerakan raka'at tanpa ruh. Sampai-sampai disaat bulan Ramadhan, berlangsung perlombaan adu cepat dalam melaksanakan shalat terawih.

Untuk mencapai shalat dengan khusyu' maka diperlukan latihan ketenangan baik jasmani maupun ruhani, serta gerakan-gerakan dan memahami bacaan-bacaan dalam shalat.

Berpijak dari latar belakang itulah, penelitian yang penulis lakukan mempunyai rumusan masalah sebagai berikut (1) Bagaimana persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu'? (2) Bagaimana persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat? (3) Bagaimana persepsi kiai tentang latihan dzikir dan do'a?

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan persepsi kiai terhadap pelatihan shalat khusyu'. Penelitian yang penulis lakukan ini adalah termasuk dalam penelitian deskriptif kualitatif. Dan dalam hal ini perjalanan dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan metode observasi, interview dan dokumentasi dan teknik yang digunakan adalah teknik analisis diskriptif kualitatif, yaitu berupa data-data yang tertulis atau lisan dari orang dan perilaku yang diamati sehingga penulis berupaya menggunakan penelitian yang bersifat kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air ketika berwudhu', mencuci tangan sampai membasuh kaki disertakan dengan menyebut nama Allah. Dengan terapi semua itu secara terus menerus, jasmani maupun rohani kita akan siap untuk melakukan shalat dengan khusyu'. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat. Dengan melakukan gerakan dengan rilek/tenang dan memahami bacaan-bacaan dan disertai dengan tawadu' dalam shalat akan menjadikan shalat kita menjadi khusyu'. Persepsi kiai tentang latihan dzikir dan doa. Bahwa merenungkan makna dzikir, memahami arti, dan mengucapkannya secara fasih serta jelas, dan tempat yang bersih serta tenang, sangatlah diperlukan saat membaca dzikir. Karena, dengan ketiga hal di atas, hati menjadi lebih berkonsentrasi dan akan menghadirkan keagungan dan kemuliaan Allah SWT. Demikian pula dengan doa., doa adalah intisari atau pokok ibadah seseorang hamba kepada

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Shalat merupakan rukun perbuatan yang paling penting diantara rukun Islam yang lain sebab ia mempunyai pengaruh yang baik bagi kondisi akhlaq manusia. Shalat didirikan sebanyak lima kali setiap hari, dengannya akan didapatkan bekas/pengaruh yang baik bagi manusia dalam suatu masyarakatnya yang merupakan sebab tumbuhnya rasa persaudaraan dan kecintaan diantara kaum muslimin ketika berkumpul untuk menunaikan ibadah yang satu di salah satu dari sekian rumah milik Allah subhanahu wa ta'ala (masjid).

Sebenarnya kita mempunyai kemampuan psikis secara bathiniyah sebagai bekal untuk menghadapi berbagai tantangan dalam menjalani kehidupan ini, akan tetapi kita tidak pernah serius untuk menggali dan mengembangkannya. Akibatnya kita masih saja kebingungan di saat sebuah persoalan mempengaruhi sebuah perasaan kita. Kegelisahan dan kecemasan dibiarkan mendera sampai akhirnya menyebabkan kita sakit dan depresi. Kemampuan dan potensi yang ada itu sebenarnya dapat diatur dan dikembangkan dengan mudah melalui teknik shalat yang sederhana.

Selama ini shalat dianggap sebagai sesuatu yang memberatkan bagi pelakunya, karena kebanyakan dari kita tidak mengetahui dan merasakan ketinggian nilai spritual yang ada di dalamnya. Sering kali terbersit di dalam

perasaan kita dimana shalat terasa menjemukan, tidak membuat hati lebih enak di saat kita butuhkan untuk menolong menyelesaikan perasaan yang gelisah. Atau shalat tidak memiliki *gereget* yang mampu mempengaruhi mental kita untuk menjadi lebih baik dan menyenangkan.

Sejak kita mulai belajar shalat di masa kecil, kita tidak diajarkan bagaimana meraih rasa khusyu', karena sang guru telah menetapkan itu sebagai hal yang tidak mungkin. Kita hanya disuruh menghafal bacaan dan gerakan-gerakan raka'at tanpa ruh. Sampai-sampai di saat bulan Ramadhan, berlangsung perlombaan adu cepat dalam melaksanakan shalat terawih. Kita akan mencari imam eksekutif (ibarat sopir ekpres) yang mampu menempuh target lebih cepat.

Mengubah doktrin yang sudah menjadi budaya masyarakat memang tidak mudah. Kita sering mendapatkan kesulitan untuk menyakinkan mereka bahwa shalat khusyu' itu mudah. Bahwa shalat merupakan ruang tempat kita beristirahat, tempat kita meraih kedamaian, dan sebuah klinik pengobatan bagi bathin kita. Nabi mengatakan bahwa shalat adalah pemandangan yang menyejukkan hatinya, suatu amalan yang paling disukainya. Tetapi masyarakat terlanjur menilai shalat sebagai sebuah perintah sebuah kewajiban yang tidak terelakkan. Akibatnya shalat tidak menjadi sebuah kebutuhan (aksioma) untuk pribadinya, apalagi untuk meraih rasa khusyu'.<sup>1</sup>

Shalat menurut bahasa berarti *do'a* (الدعاء), sedang menurut istilah adalah *suatu bentuk ibadah yang terdiri dari perbuatan dan ucapan yang diawali*

---

<sup>1</sup> Abu Sangkan, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta Pusat, 2006. Hal. 3



dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam dengan syarat-syarat dan rukun-rukun yang tertentu. Dan telah diwajibkan kepada manusia untuk beribadah kepada Allah SWT (QS.2:21), khusus dalam hal ini terhadap umat islam yaitu wajib menjalankan shalat wajib 5 (lima) waktu sehari-semalam (17 raka'at). Shalat (baik wajib maupun sunnah) sangat besar pengaruhnya bagi kehidupan manusia, yang oleh karenanya Allah SWT mengajarkan bila hendak memohon pertolongan Allah SWT yaitu dengan melalui shalat dan dilakukan dengan penuh kesabaran serta shalat dapat mencegah untuk berbuat keji dan munkar.<sup>2</sup> sebagaimana Firman Allah SWT.

أَنْتَ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى  
عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

*Artinya:* Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan- perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan. (QS. Al –‘angkabuu: 45)

Banyak oarang Islam melaksanakan shalat, akan tetepi permasalahannya adalah apakah orang itu melakukan sholat itu dengan khusuk? Karna kekhusu’an

---

<sup>2</sup> [WWW.NURSYIFA.NET](http://WWW.NURSYIFA.NET)

dalam shalat adalah menentukan keberuntungan dan kemungkinan besar shalatnya diterima oleh Allah SWT. Sebagaimana firman Allah SWT.<sup>3</sup>

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴿٢﴾

*Artinya: Benar-benar beruntung orang-orang yang beriman. Orang-orang yang khusyuh dalam shalatnya (Q.S aL-Mu'minin 1-2)*

Ayat di atas menunjukkan bahwasannya shalat adalah tempat kekhudu'an (ketenangan semua anggota tubuh) dan sumber tawadhu' dan khusyuh'. Semua ini adalah ciri diterimanya shalat, karena untuk sah dan diterimanya shalat itu ada syaratnya. Syarat sahnya adalah melaksanakan kewajiban shalat, sedangkan syarat diterimanya shalat adalah khusyuh'.

Mengenai bagaimana cara meraih shalat khusyuh' dan seperti apa shalat yang khusyuh' itu. Pada fenomena sekarang ini telah banyak terjadi perbedaan persepsi tentang kekhushyuh'an shalat/cara untuk melakukan kekhushyuh'an, sebagai mana yang telah dilakukan oleh sebagian kiai/ulama yang menggunakan dua bahasa (Arab dan Indonesia) untuk melakukan kekhushyuh'an dalam shalatnya. Akan tetapi usaha itu mendapat teguran dan tidak disetujui oleh para kebanyakan ulama.

Berlatar belakang uraian tersebut di atas, penulis ingin meneliti tentang:

### **“ Persepsi Kiai Terhadap Pelatihan Shalat Khusyuh’ ”**

---

<sup>3</sup> Imam al Ghazali, *Dibalik ketajaman mata hati*, Pustaka Amani, Jakarta, 1997, Hal. 147

## B. Rumusan Masalah

Masalah merupakan obyek penelitian yang menuntut seseorang untuk memecahkannya. Menurut pendapat Suharsimi Arikunto, “Masalah mesti merupakan bagian dari “kebutuhan” seseorang untuk dipecahkan. Orang ingin mengadakan penelitian, karena ia ingin mendapatkan pemecahan dari masalah yang dihadapi.

Berpijak dari latar belakang yang telah dipaparkan di atas maka permasalahan yang diajukan dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu’?
2. Bagaimana persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka’at dan bacaan shalat?
3. Bagaimana persepsi kiai tentang latihan dzikir dan do’a?

## C. Tujuan Penelitian

Menurut Sutrisno Hadi dalam buku Statistik II, menyatakan bahwa “Suatu penelitian khususnya dalam ilmu pengetahuan pada umumnya bertujuan untuk menemukan, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Sedangkan Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa “Tujuan penelitian sama dengan jawaban yang dikehendaki dalam problematika.”<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT. Bima Aksara, Jakarta, Cetakan VI, 1989.Hal. 22

Jadi jelaslah bahwa tujuan penelitian adalah untuk menemukan suatu bukti kebenaran ilmu pengetahuan sesuai dengan problematika penelitian.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, dan sesuai dengan masalah yang diajukan, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu'.
2. Mengetahui persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat.
3. Mengetahui persepsi kiai tentang latihan dzikr dan do'a.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti dan semua orang-orang islam supaya dapat mengetahui pelatihan shalat khusyu' dan malakukan shalat dengan khusyu' dengan ketentuan syari'ah islam.

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang permasalahan dan untuk menjaga agar tidak terjadi penafsiran bermacam-macam, maka dalam penulisan ini penulis berdasarkan pada masalah yang meliputi :

1. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu'.

2. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat.
3. Persepsi kiai tentang latihan dzikr dan do'a.

#### **F. Keterbatasan Penelitian**

Dalam penulisan ini ada hal-hal yang tidak dapat dijangkau oleh peneliti karena adanya faktor keterbatasan antara lain :

- a. Tidak dapat mewawancarai seluruh Kiai yang terkait dengan Persepsi Kiai Terhadap Pelatihan Shalat Khusyu', dikarenakan terbatasnya tenaga dan waktu yang tidak memungkinkan.
- b. Tidak dapat memantau semua aktivitas para Kiai, karena keterbatasan dana yang dimiliki oleh peneliti.
- c. Hasil dari penelitian ini tidak bisa dipakai pada tahun berikutnya di daerah tersebut apalagi di daerah lain.

#### **G. Definisi Operasional**

Definisi operasional dalam penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk menghindari perbedaan interpretasi makna terhadap hal-hal yang bersifat esensial yang dapat menimbulkan kerancuan dalam mengartikan judul, maksud dari penelitian, disamping itu juga sebagai penjelas secara redaksional agar mudah dipahami dan diterima oleh akal sehingga tidak terjadi dikotomi antara judul

dengan pembahasan dalam skripsi ini. Definisi operasional ini merupakan suatu bentuk kerangka pembahasan yang lebih mengarah dan relevan dengan permasalahan yang ada hubungannya dengan penelitian.

### 1. Persepsi

Menurut pendapat Kartini Kartono persepsi adalah pengamatan secara global, belum disertai kesadaran, sedang subyek dan obyeknya belum terbedakan satu dari yang lainnya (baru ada proses memiliki tanggapan).<sup>5</sup>

Sedangkan menurut Bimo Walgito persepsi adalah pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh organisme atau individu sehingga merupakan aktivitas yang integrated dalam diri.<sup>6</sup>

Dan menurut pendapat Jalaluddin Rakhmat persepsi adalah pengalaman tentang obyek, peristiwa atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan.<sup>7</sup>

Dengan demikian dari pengertian-pengertian persepsi di atas dapat disimpulkan bahwa persepsi adalah proses individu dalam mengorganisasikan dan menginterpretasikan kesan yang diterima oleh panca indera (melihat, mendengar, membau, merasa dan meraba) untuk memberi arti pada lingkungan.

### 2. Kiai

Kiai diartikan sebagai figur pemimpin pondok pesantren. Status ini didapat karena keturunan (*ascribed status*). Penyandanginya adalah seorang keturunan kiai (anak, saudara kandung, ipar, menantu) yang mempunyai keahlian dalam

---

<sup>5</sup> Kartini Kartono, *Psikologo Umum*, Alumni Bandung, 1984, Hal. 77

<sup>6</sup> Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, Andi Offset, Yogyakarta, 1994, Hal. 53

<sup>7</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Umum*, Alumni Bandung, 1984, Hal. 51

ilmu agama dan menjadi tokoh masyarakat serta fatwa - fatwanya selalu diperhatikan.

Ada juga kiai diartikan sebagai tokoh masyarakat berpengetahuan keagamaan. Kiai tipe ini tidak menjadi pemimpin namun seringkali mengadakan pertemuan dengan kiai pemimpin pondok pesantren. Kebanyakan dari mereka adalah alumni pondok pesantren itu atau ada beberapa diantaranya yang merupakan keturunan kiai. Sama halnya dengan kiai tipe 1, mereka menjadi panutan masyarakat dan ide - idenya seringkali menjadi keputusan Desa. Kedudukan ini diperoleh dengan usaha (*achieved status*)

Dan ada juga kiai sebagai guru mengaji di surau (langghar: Mushalla). Sebetulnya, mereka bukan selalu tokoh masyarakat yang dimintai pendapat, tetapi hanyalah orang yang mempunyai beberapa santri untuk belajar mengaji al-Qur'an. Disamping itu, mereka juga berfungsi sebagai imam di surau (masjid) setempat.<sup>8</sup>

### 3. Shalat

Suatu bentuk ibadah yang terdiri dari perbuatan dan ucapan yang diawali dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam dengan syarat-syarat dan rukun-rukun yang tertentu.<sup>9</sup>

### 4. Khusyu'

---

<sup>8</sup>Muthmainnah, *Jembatan SURAMADU: Respon Ulama Terhadap Industrialisasi* (Yogyakarta: LKPSM, 1998), 30-31.

<sup>9</sup>Labib Mz, *Tuntunan Shalat*, Cipta Karya, Surabaya., 2002, Hal. 44

Khusyu' atau kekhushyu'an adalah suatu keadaan atau pencapaian dari laku ibadah manusia. Yakni suatu tingkatan pencapaian yang bersifat dasar dimana seseorang yang melakukan shalat akan dapat merasakan nikmatnya shalat dan munculnya keinginan untuk melakukannya lagi. Pada pencapaian ini, shalat sudah bukan lagi kewajiban tetapi kebutuhan.<sup>10</sup>

Manuerut K.H. Muhammad Arifin Ilham selaku pimpinan majelis Az-Zikra dalam buku karangan Abu Sangkan menyebutkan bahwa khusyu' merupakan buah dari iman kepada-Nya dan shalat yang benar bukan sekedar mamahami makna shalat dari takbir hingga salam.<sup>11</sup>

## H. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah memahami dan mempelajari apa yang ada dalam penelitian ini, maka sistematika pembahasannya dapat dibagi dalam beberapa bab, untuk lebih jelasnya dapat dideskripsikan sebagai berikut:

**BAB I** : Merupakan pendahuluan yang berisi Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Ruang Lingkup Penelitian, Keterbatasan Penelitian, Definisi Operasional dan sistematika pembahasan.

---

<sup>10</sup> <http://osdir.com/ml/culture.religion.healer.mayapada/2006-09/msg00102.html>

<sup>11</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta Pusat, 2006. Xiii



**BAB II :** Kajian Pustaka ini akan menguraikan teori-teori yang ada kaitannya dengan masalah yang akan diteliti yaitu: Kajian tentang Persepsi Kiai Terhadap Pelatihan Shalat Khusyu’

**BAB III :** Metode Penelitian, yang memuat pendekatan dan jenis penelitian, adapun yang termasuk dalam bab ini adalah Kehadiran Peneliti, Lokasi Penelitian, Sumber Data. Kemudian Teknik Pengumpulan Data, Pemeriksaan Keabsahan Data, Metode Pembahasan dan Tahap-Tahap Penelitian

**BAB IV :** Merupakan Hasil Penelitian yang membahas tentang deskripsi Objek Penelitian dan pemaparan data tentang Persepsi kiai terhadap pelatihan shalat khusyu’ (studi kasus pada kiai-kiai probolinggo).

**BAB V :** Bab ini merupakan akhir dari pembahasan yang berisi kesimpulan dan saran-saran yang akan diberikan sesuai dengan pembahasan yang ada.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan tentang persepsi**

##### **1. Pengertian persepsi**

Manusia sejak diciptakan dan dilahirkan lebih sempurna dibandingkan dengan makhluk ciptaan lainnya perbedaan itu tidak hanya dari penampilan fisiknya saja (jasmani) tetapi manusia dibekali dengan akal, perasaan dan panca indra. Dengan potensi itulah manusia dapat menangkap rangsangan dan mengenal dunia luar sehingga mampu mengenali dirinya sendiri dan menilai stimulus yang ditangkapnya dan melakukan penyesuaian terhadap keadaan sekitarnya yang mana hal ini berkaitan dengan persepsi (perception).

Sedangkan kemampuan manusia untuk membedakan, mengelompokkan, memfokuskan yang ada di lingkungan sekitar mereka disebut sebagai kemampuan untuk mengorganisasikan pengamatan atau persepsi.<sup>12</sup> Persepsi merupakan suatu proses yang didahului oleh penginderaan yaitu merupakan proses yang berwujud diterimanya stimulus oleh individu melalui alat reseptornya. Untuk lebih memahami persepsi berikut adalah beberapa definisi persepsi menurut pakar psikologi antara lain sebagai berikut:

---

<sup>12</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi*, Bulan Bintang, Jakarta, 1976, Hal. 39

Persepsi merupakan penafsiran yang terorganisir terhadap suatu stimulus serta mampu mempengaruhi sikap dan perilaku. Persepsi adalah proses penginterpretasian seseorang terhadap stimulus sensoris. Proses sensoris tersebut hanya melaporkan lingkungan stimulus. Persepsi menerjemahkan pesan sensoris dalam bentuk yang dapat dipahami dan dirasakan.

Persepsi adalah penelitian bagaimana kita mengintegrasikan sensoris ke dalam perspektif objek dan bagaimana kita selanjutnya menggunakan perspektif itu untuk mengenal dunia (perspektif adalah hasil dari perspektual).<sup>13</sup>

Persepsi adalah proses individu dalam mengorganisasikan dan menginterpretasikan kesan yang diterima oleh panca indera (melihat, mendengar, membau, merasa dan meraba) untuk memberi arti pada lingkungan.

Menurut pendapat Kartini Kartono persepsi adalah pengamatan secara global, belum disertai kesadaran, sedang subyek dan obyeknya belum terbedakan satu dari yang lainnya (baru ada proses memiliki tanggapan).<sup>14</sup>

Sedangkan menurut Bimo Walgito persepsi adalah pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh organisme atau individu sehingga merupakan aktivitas yang terintegrasi dalam diri.<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> Atkinson dkk, *Pengantar Psikologi Jilid II*, Intereksa Batam, 1987, Hal. 277

<sup>14</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Umum*, Alumni Bandung, 1984, Hal. 77

<sup>15</sup> Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, Andi Offset, Yogyakarta, 1994, Hal. 53

Dan menurut pendapat Jalaluddin Rakhmat persepsi adalah pengalaman tentang obyek, peristiwa atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan.<sup>16</sup>

Dengan demikian dari pengertian-pengertian persepsi di atas dapat disimpulkan bahwa persepsi adalah proses pengorganisasian dan proses penafsiran/penginterpretasian seseorang terhadap stimulus yang dipengaruhi oleh berbagai pengetahuan, keinginan dan pengalaman yang relevan terhadap stimulus yang dipengaruhi perilaku manusia dalam menentukan tujuan hidupnya.

## **2. Syarat-syarat terjadinya persepsi**

Agar individu dapat melakukan persepsi ada beberapa syarat yang harus dipenuhi, yaitu:

1. Adanya obyek yang dipersepsikan, obyek menimbulkan stimulus yang mengenai alat indera atau reseptor. Stimulus dapat datang dari luar langsung mengenai alat indera (reseptor) dapat datang dari dalam yang langsung mengenai syaraf penerima (sensoris) yang bekerja sebagai reseptor.
2. Adanya alat indera atau reseptor yang cukup baik, yaitu alat untuk menerima stimulus. Disamping itu harus ada pula syaraf sensoris sebagai alat untuk meneruskan stimulus yang diterima reseptor ke pusat susunan

---

<sup>16</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Umum*, Alumni Bandung, 1984, Hal. 51

syaraf sensoris yaitu otak sebagai pusat kesadaran. Dan sebagai alat untuk mengadakan respons diperlukan syaraf motoris.

3. Untuk menyadari atau untuk mengadakan persepsi sesuatu diperlukan pula adanya perhatian yang merupakan langkah pertama sebagai suatu persiapan dalam mengadakan persepsi. Tanpa perhatian tidak akan terjadi persepsi. Dari hal tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa untuk mengadakan persepsi ada syarat-syarat yang bersifat:
  - a. Fisik atau kealaman
  - b. Fisiologis
  - c. Psikologis.<sup>17</sup>

### 3. Proses terjadinya persepsi

Proses menurut Buddhisme diawali dengan persinggungan antara pikiran dan obyek-obyek eksternal melalui alat-alat indera yang ada enam yakni mata, telinga, hidung, lidah, tubuh, dan pikiran. Begitu obyek masuk melalui alat-alat indera tersebut maka bangkitlah serangkaian bentuk yang mana mata sebagai pintu masuk bagi rangkaian bentuk yang membentuk proses pengenalan secara visual sehingga akhirnya memungkinkan kita untuk mengenali sesuatu benda.

---

<sup>17</sup> Su'adah, Fauzik Lendriyono, *Pengantar psikologi*, Bayumedia publishing, Malang, 2003, Hal. 32

Hal yang sama berlaku pula bagi organ-organ indera lainnya kecuali pikiran. Maka persepsi menurut Buddhisme dapat terjadi melalui beberapa tahapan-tahapan berikut ini yaitu:

1. Yang merupakan kesadaran pasif kita karena ada suatu obyek yang menarik perhatian kita atau kesadaran pasif kita terganggu.
2. Proses pikiran muncul dan mulai mengalir serta menyadari sesuatu namun obyek itu masih belum dapat dikenali oleh kesadaran.
3. Kesadaran dari proses berfikir mulai mengarah untuk mengenali obyek itu dan menentukan dari indera mana obyek itu dicerap atau beraal.
4. Bila perhatian bangkit bukan karena mencerap sebuah obyek (melalui mata, telinga, hidung, lidah, atau tubuh), melainkan oleh rangsangan dari dalam pikiran itu sendiri, maka ini disebut sebagai “kesadaran yang mengarah pada pintu indera pikiran”.
5. Bila obyeknya adalah sesuatu yang dapat dilihat, maka yang bekerja adalah kesadaran mata, bila obyeknya adalah sesuatu yang dapat didengar maka kesadaran pendengaran yang bekerja demikian pula dengan obyek-obyek lainnya.
6. Dinamakan kesadaran penerima dan muncul apabila kesan indera itu diterima dengan baik (misalnya saat ruangnya tidak sedang dalam kondisi gelap).
7. Tahap penyesuaian berfungsi untuk memeriksa obyek yang dicerap tersebut.

8. Tahap pemutusan apakah obyek yang kita cerap itu baik, buruk maupun netral (tidak baik dan tidak juga buruk) dengan kata lian kita mengambil sikap terhadap obyek itu.
9. Setelah diputuskan baik dan buruknya, maka seseorang cenderung untuk bertindak sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada.
10. Merupakan tahapan kesadaran untuk merekam kesan-kesan yang muncul setelah melalui tahapan-tahapan yang di atas. Jika kesan yang ditimbulkannya kurang, maka proses ini tidak akan terjadi.

## **B. Tinjauan tentang kiai dan shalat khusyu'**

### **1. Pengertian kiai**

Kata-kata Kiai bukan berasal dari bahasa Arab melainkan dari bahasa Jawa. Kata-kata Kiai merupakan makna yang agung, keramat, dan dituahkan. Untuk menyebut benda-benda yang dikeramatkan dan dituahkan di Jawa utamanya, seperti keris, tombak, dan benda lain yang keramat disebut Kyai Selain untuk benda, gelar Kyai diberikan kepada laki-laki yang lanjut usia, arif dan dihormati di Jawa.<sup>18</sup>

Namun pengertian paling luas di Indonesia, sebutan Kyai dimaksudkan untuk para pendiri dan pemimpin pesantren, yang sebagai muslim terpelajar telah membaktikan hidupnya untuk Allah serta

---

<sup>18</sup> Moebiman, 1970, hal.39

menyebarkan dan memperdalam ajaran-ajaran agama dan pandangan Islam melalui kegiatan pendidikan

Sebutan Kyai sebenarnya merupakan istilah yang dipakai untuk menyebut Ulama Islam di daerah Jawa. Seperti halnya sebutan Ajengan untuk orang Sunda, Tengku (Aceh), Syekh (Sumatera Utara/Tapanuli serta orang Arab), Buya (Minangkabau), Tuan Guru (Nusa Tenggara Timur, Kalimantan).

Dengan demikian predikat Kyai berhubungan dengan suatu gelar kerohanian yang dikeramatkan, yang menekankan kemuliaan dan pengakuan, yang diberikan secara sukarela kepada ulama Islam pimpinan masyarakat setempat. Hal ini berarti sebagai suatu tanda kehormatan bagi suatu kedudukan sosial dan bukan gelar akademis yang diperoleh melalui pendidikan formal (Wicket dalam Ziemek, 1986, hal. 131.<sup>19</sup> Menurut Aboebakar Atjeh dan Vredenburg syarat non formal yang harus dipenuhi oleh Kyai yaitu, *pertama*, keturunan Kyai (seorang Kyai yang besar mempunyai silsilah yang panjang). *Kedua*, Pengetahuan agamanya luas. *Ketiga*, jumlah muridnya banyak. *Keempat*, cara dia mengabdikan dirinya kepada masyarakat.

Horikoshi menganggap bahwa fungsi keulamaan dari Kyai dalam dilihat dari 3 aspek yaitu : (1) sebagai pemangku masjid dan madrasah; (2) sebagai pengajar dan pendidik; (3) sebagai ahli dan penguasa hukum Islam. Lebih lanjut Dhofier menegaskan bahwa Kyai merupakan elemen yang

---

<sup>19</sup> Wicket dalam Ziemek, 1986, hal. 131



esensial dari suatu pesantren. Ia seringkali bahkan merupakan pendirinya. Sudah sewajarnya apabila pertumbuhan pesantren semata-mata tergantung kepada kemampuan Kyai-nya.

Para Kyai dengan kelebihan pengetahuan dalam Islam, seringkali dilihat sebagai seorang yang senantiasa dapat memahami keagungan Tuhan dan rahasia alam sehingga dengan demikian mereka dianggap memiliki kedudukan yang agung dan tak terjangkau, terutama kebanyakan oleh orang awam.

Dalam beberapa hal, Kyai menunjukkan kekhususan mereka dalam bentuk-bentuk pakaian yang merupakan simbol kealiman yaitu kopiah dan surban. Mereka tidak saja merupakan pimpinan pesantren tetapi juga memiliki power di tengah-tengah masyarakat, bahkan memiliki prestise di kalangan masyarakat.

Misi utama dari Kyai adalah sebagai pengajar dan penganjur dakwah Islam (preacher) dengan baik. Ia juga mengambil alih peran lanjut dari orang tua, ia sebagai guru sekaligus pemimpin rohaniah keagamaan serta tanggung jawab untuk perkembangan kepribadian maupun kesehatan jasmaniah anak didiknya. Dengan otoritas rohaniah, ia sekaligus menyatakan hukum dan aliran-alirannya melewati kitab-kitab Islam klasik yang diajarkan di pesantren binaannya.

Para Kyai berkeyakinan bahwa mereka adalah penerus dan pewaris risalah nabi, sehingga mereka tidak hanya mengajarkan pengetahuan agama,

tetapi juga hukum dan praktek keagamaan, sejak dari hal yang bersifat ritus sampai perilaku sehari-hari. Keberadaan Kyai akan lebih sempurna apabila memiliki masjid, pondok, santri, dan ia ahli dalam mengajarkan kitab-kitab Islam klasik

Pengaruh Kyai digambarkan Ziemek sebagai sosok Kyai yang kuat kecakapan dan pancaran kepribadiannya sebagai seorang pemimpin pesantren, yang hal itu menentukan kedudukan dan kaliber suatu pesantren. Kemampuan Kyai menggerakkan massa yang bersimpati dan menjadi pengikutnya akan memberikan peran strategis baginya sebagai pemimpin informal masyarakat melalui komunikasi intensif dengan penduduk yang mendukungnya.<sup>20</sup> Sehingga dalam kedudukan itu, Sunyoto berpendapat bahwa Kyai dapat disebut sebagai agent of change dalam masyarakat yang berperanan penting dalam suatu proses perubahan sosial.

Kedudukan Kyai di masa kolonial digambarkan Geertz dalam Ziemek, sebagai berikut: "...Bagi para penduduk desa, yang bagi mereka Islam telah menjadi agama yang dihayati, walaupun dengan cahaya suram, Kyai merupakan tokoh suci perkasa maupun tokoh sekular yang berpengaruh, dan ia berusaha dengan segala tenaga menambah, menghadapi suatu pemerintah kafir (Belanda) dan kaum tani yang masa bodoh, jumlah murid-murid yang `sadar` keberadaannya Kyai ini akan memberikan rasa hormat yang besar pada Kyai."

---

<sup>20</sup> Ziemekl, Hal. 138

Selanjutnya Geertz dalam Ziemek meminjam penilaian tentang besarnya pengaruh Kyai terhadap masyarakat lewat ungkapan bangsawan Sunda, Pangeran Aria Achmad Djajaningrat, sebagai berikut: "...Orang yang tidak pernah menjadi siswa dalam suatu pesantren...nyaris tidak dapat menyadari betapa besar kekuasaan moral sang ulama atas massa rakyat."<sup>21</sup>

Pengaruh Kyai pesantren menengah dan besar, daya motivasi mereka di kalangan penduduk pedesaan acapkali berdasarkan kekuatan kharismatik. Seni berbicara dan berpidato yang terlatih, digabung dengan kecakapan mendalami jiwa penduduk desa, mengakibatkan Kyai dapat tampil sebagai juru bicara masyarakat yang diakui. Dengan demikian ia mempunyai kemungkinan yang besar untuk mempengaruhi pembentukan opini dan kehendak di kalangan penduduk

## **2. Pengertian shalat khusyu'**

Khusyu' atau kekhusyu'an adalah suatu keadaan atau pencapaian dari laku ibadah manusia. ini mestinya merupakan cita-cita dari laku ibadah manusia. Kapan dan saat apa khusyu' bisa kita capai atau rasakan, sebenarnya tidak pernah ada yang tahu, atau bahkan menjustifikasi bahwa seseorang telah beribadah dengan khusyu'.

Kristalisasi sikap khusyu' da dalam shalat secara menyeluruh, dapat disimpulkan dalam pengertian *ihsan* yang dijelaskan oleh Rasulullah saw:

---

<sup>21</sup> Ibid. Hal.138-139)

أَنْ تَعْبُدَا اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ

“menyembah Allah seolah-olah engkau melihat dia, karena walaupun engkau tidak melihatnya Allah melihat engkau” (Bukhari muslim).<sup>22</sup>

Saya meyakini untuk jaman sekarang, tidak ada seorang pun yang bisa melakukan ibadah sholat dengan khusyu'. tidak ada satupun. kalau pun toh ada, dia tidak akan bicara atau menceritakan.

Secara teori, khusyu' mudah untuk dikatakan, bahwa ketika seseorang mencapai khusyu' saat itu yang ada dibenaknya hanyalah satu, yaitu Allah. Yang dia ingat Allah. Yang dirasakan Allah. Yang dia pikirkan Allah. Yang diucapkan Allah. Tidak ada yang lain selain Allah. Adakah orang yang bisa seperti itu? Ali bin Abi Thalib ra pun gagal mencapainya. Lalu, kalau gitu gimana? ya tetap harus berupaya tanpa henti. Guru saya pernah bilang bahwa untuk mencapai khusyu (bagi manusia di jaman ini), tidak perlu sepanjang waktu sholat yang dimulai dengan takbiratul ikram sampai salam kita harus bisa khusyu', tapi cukup sesaat atau sedetik diantara waktu-waktu itu hati, pikiran, dan segenap rasa tertuju pada Allah sudahlah cukup.

M. Thalib dalam bukunya 20 *Tuntunan Khusyu' Shalat* membagi khusyu' dalam menjadi dua bagian, yaitu : *Pertama, lahiriyah*. Yakni melakukan gerak gerik shalat dan ucapannya sesuai dengan tuntunan dan ajaran Rasulullah saw. *Kedua, batiniyah*. Yakni melakukan shalat dengan hati

---

<sup>22</sup> Syafi'I A, *Shalat yang khusyu'*, Remaja Rosdakarya, Bandung, 1994. hal. 3

penuh rasa harap, cemas, takut, merasa diawasi dan suasana mendukung terciptanya pelaksanaan lahir batin dalam melakukan shalat khusyu'. Awalnya dari khusyu' adalah adanya kelembutan, ketenangan dan ketundukan hati. Bila hati seseorang khusyu', maka seluruh anggota tubuh lainnya akan khusyu' pula. *Khusyu' itu*, sabda Rasulullah saw yang pernah diriwayatkan oleh sahabat Ali bin Abi Thalib, (*Letaknya dalam hati*). Karena itu seandainya orang ini hatinya khusyu', maka sungguh akan khusyu' pula anggota badannya. Bila hati menjadi khusyu', maka penglihatan, pendengaran, kepala, wajah dan semua anggota tubuh yang lain akan menjadi khusyu' pula.<sup>23</sup>

Karena itu kita tidak perlu berkecil hati dengan sulitnya mencapai tingkatan khusyu'. kekhusyu'an seseorang tidak boleh dicerita-ceritakan, atau mungkin diajarkan. karena sekalipun yang diajarkan sama (metode-metodenya) setiap orang belum tentu dalam waktu yang bersamaan bisa khusyu'. Sebab sekalipun ilmunya kita kuasai bukan serta-merta kita bisa langsung khusyu'. untuk menuju khusyu' memerlukan pengondisian (atau prasyarat) yang terintegrasi di luar melakukan sholat. misalnya, tidak boleh sekalipun pernah berbohong, harus jujur, tidak boleh bersyak-wasangka, harus berpikir positif, suka menolong, tidak pernah memakan makan-makanan haram (baik dari material makanannya maupun cara mendapatkannya), dan sebagainya. nah, kalau ada orang seperti itu, insya Allah dia adalah orang yang memiliki probabilitas pencapaian khusyu'.

---

<sup>23</sup> Musbikin Imam, *Rahasia Shalat*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007, hal. 56

Karena itulah, bagi saya yang awam dan masih banyak bergelimang dosa, ibadah sholat saya, saya tujukan untuk sholat nikmat saja, yakni suatu tingkatan pencapaian yang bersifat dasar dimana seseorang yang melakukan sholat akan dapat merasakan nikmatnya sholat dan munculnya keinginan untuk melakukannya lagi. Pada pencapaian ini, sholat sudah bukan lagi kewajiban tetapi kebutuhan. dan itu bisa dicapai lho. itu saja sharing saya, yang mungkin lebih sedikit rasional dan terjangkau bagi kita-kita yang awam.<sup>24</sup>

### 3. Hikmah shalat khusyu'

Dalam Al-Quran, beberap kali disebutkan bahwa shalat dapat memperkuat jiwa manusia dalam menghadapi serangan setan dan pengikut-pengiktnya. Shalat juga mendekatkan manusia pada Allah. Ketika manusia dekat dengan Allah, ia akan mendapatkan rahmat, berkah, dan pertolongannya, hatinya akan dibersihkan dari bisikan-bisikan setan dan sisi-sisi lemah dalm dirinya akan diperkuat untuk melawan kekuatan jahat dari dalam maupun dari luar dirinya.<sup>25</sup>

Ada bererapa hikmah shalat di bawah ini yaitu:

*Pertama*, Allah mengingatkan kita lima kali sehari tentang waktu. Orang yang khusyu' dalam shalatnya dapat dilihat dari sikapnya yang efektif menggunakan waktu. Ia tidak mau waktunya berlalu sia-sia, karena ia yakin bahwa waktu adalah nikmat terbesar yang diberikan Allah kepada manusia.

---

<sup>24</sup> <http://osdir.com/ml/culture.religion.healer.mayapada/2006-09/msg00102.html>

<sup>25</sup> Rahman Afzalur dan dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007. hal.36

*kedua* dari shalat adalah kebersihan. Tidak akan pernah diterima shalat seseorang apabila tidak diawali dengan bersuci. Hikmahnya, orang yang akan sukses adalah orang yang sangat cinta dengan hidup bersih. Dalam QS. As Syams: 9-10 Allah SWT berfirman: "*Sesungguhnya beruntunglah orang yang membersihkan dirinya dan sesungguhnya sangat merugi orang yang mengotori dirinya*". Dengan kata lain, siapa yang shalatnya khuyu maka ia akan selalu berpikir bagaimana lahir batinnya bisa selalu bersih. Mulai dari dhahir, rumah harus bersih. Bersih dari sampah, dari kotoran, dan bersih dari barang-barang milik orang lain. Sikap pun harus bersih. Mata, telinga, dan juga lisan harus bersih dari maksiat dan hal-hal yang tak berguna. Dan yang terpenting pikiran dan hati kita harus bersih. Bersihnya hati akan memunculkan kepekaan terhadap setiap titik dosa, dan inilah awal dari kesuksesan.

*Ketiga*, sebelum memulai shalat kita harus memasang niat. Niat sangat penting dalam ibadah. Diterima tidaknya sebuah ibadah akan sangat dipengaruhi oleh niat. Seorang yang shalatnya khuyu akan selalu menjaga niat dalam setiap perbuatan yang dilakukannya. Ia tidak mau bertindak sebelum yakin niatnya lurus karena Allah. Ia yakin bahwa Allah hanya akan menerima amal yang ikhlas. Apa ciri orang ikhlas? Ia jarang kecewa dalam hidupnya. Dipuji dicaci, kaya miskin, dilihat tidak dilihat, tidak akan

berpengaruh pada dirinya, karena semua yang dilakukannya mutlak untuk Allah. Setelah niat, shalat memiliki rukun yang tertib dan urutannya. Jadi,

*Keempat* dari orang yang khusyuk dalam shalatnya adalah cinta keteraturan. Ketidakteraturan hanya akan menjadi masalah. Shalat mengajarkan kepada kita bahwa kesuksesan hanya milik orang yang mau teratur dalam hidupnya. Orang yang shalatnya khusyuk dapat dilihat bagaimana ia bisa tertib, teratur, dan prosedural dalam hidupnya.

*Kelima*, hikmah dari manajemen shalat yang khusyuk adalah tuma'ninah. Tuma'ninah mengandung arti tenang, konsentrasi, dan hadir dengan apa yang dilakukan. Shalat melatih kita memiliki ritme hidup yang indah, di mana setiap episode dinikmati dengan baik. Hak istirahat dipenuhi, hak keluarga, hak pikiran dipenuhi dengan sebaiknya. Rasulullah pun menganjurkan kita untuk proporsional dalam beragama, karena itu salah satu tanda kefakihan seseorang. Bila ini bisa kita lakukan dengan baik insya Allah kita akan mendapatkan kesuksesan yang paripurna., yaitu sukses di kantor, sukses di keluarga, dan sukses di masyarakat.

*Keenam*, shalat memiliki gerakan yang dinamis. Sujud adalah gerakan paling mengesankan dari dinamisasi shalat. Orang menganggap bahwa kepala merupakan sumber kemuliaan, tapi ketika sujud kepala dan kaki sama derajatnya. Bahkan setiap orang sama derajatnya ketika shalat. Ini mengandung hikmah bahwa dalam hidup kita harus tawadhu. Ketawadhuan adalah cerminan kesuksesan mengendalikan diri, mengenal Allah, dan



mengenal hakikat hidupnya. Bila kita tawadhu (rendah hati) maka Allah akan mengangkat derajat kita. Kesuksesan seorang yang shalat dapat dilihat dari kesantunan, keramahan, dan kerendahan hatinya. Apa cirinya? Ia tidak melihat orang lain lebih rendah daripada dirinya.

*Tujuh* adalah salam. Shalat selalu diakhiri dengan salam, yang merupakan sebuah doa semoga Allah memberikan keselamatan, rahmat, dan keberkahan bagimu. Ucapan salam ketika shalat merupakan garansi bahwa diri kita tidak akan pernah berbuat zalim pada orang lain. Ini adalah kunci sukses, karena setiap kali kita berbuat zalim, maka kezaliman itu akan kembali pada diri kita. Inilah tujuh hikmah yang bisa kita ambil dari manajemen shalat khushyuk. Bila kita mampu mengaplikasikannya, insya Allah kesuksesan dunia dan akhirat ada dalam genggamannya. Wallahu a'lam bish-shawab.<sup>26</sup>

### **C. Tinjauan tentang pelatihan shalat khushyuk**

#### **1. Pelatihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu'**

“Barang siapa mengingat Allah (dzikrullah) ketika wudhu', niscaya disucikan oleh Allah tubuhnya secara keseluruhan. Dan barang siapa tiada mengingat Allah (dzikrullah) niscaya tiada disucikan oleh Allah dari tubuhnya selain yang kena air saja”. (HR. daruquthni dari Abu Huraira).

---

<sup>26</sup> www.mualaf.com

Sentot haryanto mengungkapkan seperti mandi wudhu' ternyata memiliki efek *refreshing*, penyegaran, membersihkan badan dan jiwa. Serta pemulihan tenaga. Dengan beginilah raga kita menjadi siaga atau siap untuk shalat.<sup>27</sup>

Ada beberapa langkah dalam pelatihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu' yaitu:

Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku, dan sapulah tanganmu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki.<sup>28</sup>

#### **a. Mencuci Tangan**

Cucilah tangan sambil merasakan aliran air yang lembut menyentuh syaraf-syaraf tangan. Air yang mengalir lembut dengan suhu dingin memberikan rasa segar dan menenangkan pikiran, apalagi disaat tubuh terasa penat dan suhu badan meninggi. Anggaplah anda sedang iseng-iseng bermain air. Kalau anda merasakan sentuhannya, maka pikiran Anda akan bersatu dengan aliran air yang menyebabkan pikiran beristirahat dan kendor. Lakukanlah beberapa menit sampai Anda benar-benar merasa santai. Dalam suasana seperti inilah saat yang paling tepat untuk mengraahkan jiwa dengan niat mengingat Allah untuk membersihkan diri. Nabi mengatakan bahwa:

---

<sup>27</sup> Shodiq Mustika Muhammad, *Pelatihan Shalat S.M.A.R.T*, Hikmah, Jakarta, 2007, hal. 66

<sup>28</sup> Thib Raya Ahmad, Musdah Mulia Siti, *Menyelami Seluk-Beluk Ibadah Dalam Islam*, Kencana, Jakarta Timur, 2003, Hal. 147

*“Barang siapa mengingat Allah (dzikrullah) ketika wadhu’, niscaya disucikan oleh Allah tubuhnya secara keseluruhan. Dan barang siapa tiada mengingat Allah (dzikrullah)niscaya tiada disucikan oleh Allah dari tubuhnya selain yang kena air saja”* (HR. Abdul Razaq Filjam Ishaghir)

Dalam berwudhu’, disamping kita melakukan pengendoran atau relaksasi dengan terapi air, pengendoran ruhani jauh lebih penting. Pengendoran ruhani bisa terjadi hanya dengan penyerahan diri kepada Allah. Sebutlah nama Allah Yang Maha Suci, lalu biarkan ruh menghampiri Allah untuk memohon dibersihkan jiwanya. Dan rasakan sentuhan Allah mengalirkan rasa sejuk ke dalam bathin Anda. Semakin kita hadirkan jiwa kita, semakin bening pula rasanya. Getaran halus dapat tiba-tiba mengalir menyelimuti sekujur tubuh, menimbulkan rasa seperti menggigil atau merinding.

Lakukanlah sikap mengingat kepada Allah ini dalam setiap gerakan dan pembasuhan air pada seluruh anggota tubuh yang dibasuh dalam berwudhu’. Semakin sering Anda mendapatkan getaran dalam berwudhu’, akan sangat memengaruhi perjalanan ruhani Anda dalam shalat. Tanpa Anda sadari, ruh meluncur dengan cepat sebelum Anda melakukan takbir. Getaran sebagai kesambungan rasa ihsan bisa Anda rasakan benar-benar ada. Bahkan rasa khusyu’ itu muncul sebelum shalat berlangsung. Pada proses awal, Anda barang kali tidak akan kuat membaca surat Al Qur’an, bahkan untuk berdiri pun sulit dilakukan karena begitu besarnya pengaruh kalimat-kalimat yang dibaca dalam sholat kepada jiwa kita. Apabila di saat ada tarikan ruhani

(*mi'raj*), akan muncul kenikmatan yang sangat luar biasa yang menyebabkan Anda enggan untuk menghentikan shalat.

Praktekanlah hal ini dalam setiap gerakan wudhu' untuk menjaga kesadaran agar jiwa tetap hadir kepada Allah. Insya Allah wudhu' kita akan memberikan terapi bagi jiwa agar menjadi bersih dan tenang.

#### **b. Mencuci Mulut/Bekumur-kumur**

Mulut adalah organ tubuh yang paling penting untuk dibersihkan. Di tempat inilah segala makanan dikunyah. Sisa-sisa makanan yang tertinggal disela-sela gigi akan merangsang pertumbuhan kuman-kuman yang merusak kesehatan mulut kita.

*“ Abu Hurairah r.a. meriwayatkan, Rasulullah bersabda: seandainya tidak (takut)memberatkan umatku, maka saya memerintahkan mereka(untuk membersihkan gigi mereka)dengan siwak setiap waktu akan shalat”. (HR. Muslim )*

Namun demikian kesehatan mulut saja tidallah cukup. Yang lebih penting adalah kesehatan ruhani, karena mulut memiliki potensi menyakiti orang lain. Pepatah mengatakan, lidah memang tidak bertulang tetapi bahayanya melebihi tajamnya pedang. Berdzikirlah untuk membersihkan sifat-sifat mulut yang tidak baik. Mohonkan cahaya untuk menerangi kegelapan mulut yang selalu spontan berkata tidak baik.

#### **c. Mencuci lubang hidung**

Bulu-bulu yang tumbuh di dinding lobang hidung tidak cukup mampu untuk menyaring kotoran-kotoran udara yang penuh polusi, termasuk

bibit kuman yang ikut berterbangan. Dengan membersihkan sesering mungkin kotoran-kotoran tersebut, hidung akan bersih dan pernafasan kita akan lebih lancar sehingga baik untuk kesehatan paru-paru kita. Menurut Nabi, setan bermalam di lubang hidung. Maka berdzikirlah untuk hidung agar dibersihkan dari hawa yang selalu mengajak kepada perbuatan yang tidak baik.

**d. Membasuh muka**

Kemudian basuhlah muka Anda dengan mengguyur air di pancuran (air kran). Usaplah wajah secara perlahan-lahan dan hati-hati dengan kedua tangan sambil memijat lembut. Ulangi beberapa kali sampai Anda merasakan muka Anda tidak tegang lagi. Mandi wajah ini harus dilakukan setidaknya lima kali sehari. Mandi ini akan membuat wajah selalu segar dan bersih. Juga bermamfaat untuk melancarkan peredaran darah. Disaat Anda mengguyurkan air ke muka, rasakanlah kesejukan air sambil dzikir kepada Allah. Basuhlahruih wajah kita dengan kalimat *tayyibah* agar muka kita mendapatkan getaran nur Ilahi, yang membuat wajah kiata semakin bersih dan lembut.

**e. Membasuh tangan hingga siku-siku**

Membasuh tangan hingga siku-siku dilakukan dengan membenamkan kedua bagian tubuh ini di bak air atau menyiramnya dengan air pancuran sambil menggosok-gosokkan sampai rata. Smedley, seorang ahli terapi air, mengatakan bahwa mandi tangan dan siku ini sangat bermamfaat

untuk mengatasi kondisi pembekakan di daerah tangan lengan dan bahu, disamping akan memulihkan fisik yang kelelahan.<sup>29</sup>

Selama mencuci tangan hingga siku-siku, jagalah pancaran ruhani kita sehingga getaran itu tidak hilang. Dengan menjaga rasa ihsan dan penyerahan diri, Anda akan menuju kepada relaksasi yang lebih dalam. Tidak hanya sekedar mengendorkan tubuh, tetapi juga membuat ruhani kita akan semakin tunduk dan *sumeleh* (merendah). Tubuh kita serasa istirahat penuh.

#### **f. Mengusap Kepala**

Hal ini baik untuk menurunkan ketegangan-ketegangan pada kepala dan berfungsi juga untuk menurunkan suhu badan. usaplah dengan air sampai merata ke seluruh kepala atau sebagian saja. Anda akan merasakan segar kembali sehingga pikiran menjadi jernih. Apabiala ini dilakukan dengan sempurna dan diniatkan untuk menterapi pikiran, maka mengusap kepala sangat baik untuk menghindari penyakit *stress* dan tekanan darah tinggi, serta melancarkan aliran darah ke otak dan berfungsi sebagai “tonik” yang kuat terhadap pusat-pusat syaraf.

Otaklah yang mengatur suhu badan, tekanan darah, keseimbangan kadar kimiawi oksigen dan oksida karbon dalam darah, serta kadar berbagai zat kimia yang dikirim ke seluruh organ tubuh. Arus informasi dari semua bagian tubuh mengalir ke otak dengan bantuan kurir-kurir elektris dan

---

<sup>29</sup> *Terapi air*, terjemahan Sudarmadji. Lading Pustaka & Intimedia.

kimiawi. Prak bertindak sebagai computer yang mengatur seluruh pergerakan dan segala sesuatunya ke seluruh tubuh.

Mengsap air ke kepala berarti membasuk kepala yang berhubungan langsung dengan pernafasan lewat poro-pori. Secara psikologis, air mempunyai efek menemtramkan pikiran dan jiwa, sehingga disaat akan melakukan shalat pikiran kita sudah siap menerima intuisi-intuisi yang disalurkan melalui getaran-getaran. Hanya kepada hati dan pikiran yang jernihlah ilham diturunkan oleh Allah SWT.

Di saat Anda mambasuh kepala, basuhlah bathin yang ada di dalam kepala dengan berdzikir kepada Allah agar pikiran kita dibersihkan oleh Allah dan digantikan dengan pikiran-pikiran *ilahiyah* yang akan menjadi saluran kehendak-Nya.

#### **g. Mengusap telinga**

Di saat-saat kita tegang atau marah, tersa kedua telinga kita menjadi panas dan memerah. Hal ini akan hilang dan ketegangan akan menurun apabila di usap-usap dengan air. Lebih baik lagi dengan memijit-mijit, kerana di area terdapat titik-titik akupunktur. Syaraf-syaraf yang berhubungan dengan organ-organ yang lainnya dapat dibangkitkan sehingga aliran darah yang tersumbat akan kembali lancar. Pijat di telinga sebagai terapi dapat pula menurunkan emosi.

Menurut Prof. Hembing, telinga terdiri dua satuan fungsional, yaitu sebagai alat pendengaran dan sebagian dari system keseimbangan tubuh.<sup>30</sup> Dengan membersihkan telinga setiap saat, akan menghasilkan rasa lebih sensitif terhadap getaran suara yang ditangkap oleh sel-sel pendengaran yang berbentuk rambut-rambut halus. Bahkan jik dilakukan dengan benar, gelombang pada frekwuensi 20.000 hertz akan tertangkap dengan baik. Tetapi hal ini sulit dilakukan jika jiwa tidak tenang, karena frekwuensi ini berasal dari gelombang yang paling halus (tinggi). Hanya dengan melatih jiwa berdzikir kepada Allahlah kehalusan rasa kita akan tercapai.

#### **h. Membasuh kedua kaki**

Membasuh kedua kaki dilakukan dengan merendamkan atau menyalurkan air ke seluruh kaki setinggi lutut. Membasuh kedua kaki ini dapat melancarkan aliran darah dan berfungsi untuk menguatkan kaki. Membasuh kedua kaki juga mempunyai efek menenangkan dan membuat kita tidur lebih nyenyak. Lakukanlah dengan serius sambil membersihkan sela-sela jari-jari kaki dan menyentuhnya dengan lembut ke seluruh bagian tubuh ini dengan sempurna.

Karena air memiliki wujud yang lembut dan menyegarkan, sungguh sangat memungkinkan bila air mampu menterapi mental orang yang sedang *stress*. Baik dengan mengguyur atau merendam seluruh maupun sebagian anggota tubuh kita. Sudah terbukti, bahwa di seluruh dunia telah banyak yang

---

<sup>30</sup> Wijayakusuma Hembing. *Hikmah Shalat untuk Pengobatan*, Pustaka Kartini, 1994.



memamfaatkan air sebagai media perawatan obat yang menyembuhkan berbagai macam penyakit yang mereka derita.

“Humran rahmatullahialihi, hamba yang dibebaskan oleh Usman r.a. menceritakan: Usman ibnu Affan r.a. meminta iar kemudian berwudhu’. Ia membaui tangannya tiga kali, kemudian ia memasukkan air kemulutnya dan hidungnya dan membasuh mukanya tiga kali. Kemudian ia membasuh lengan kanannya sampai ke siku tiga kali, dan membasuh lengan kirinya seperti itu juga, kemudian menyapukan kepalanya dengan tangannya yang basah dan ia membasuh kaki kanannya hingga kedua mata kaki tiga kali, kemudian ia membasuh kaki kirinya seperti itu juga, dan ia berkata: saya melihat Rasulullah SAW mengerjakan wudhu’nya serupa dengan wudhu’ku, dan Rasulullah bersabda: Barang siapa yang wudhu’nya serupa dengan wudhu’ku, kemudian berdiri dan mengerjakan dua rakaat, tidak memikirkan sesuatu yang lain (dengan penuh konsentrasi), maka segala dosa-dosanya yang terdahulu diampuni. Ibnu Sihab rahmatullahialihi berkata ulama-ulama kita mengatakan, untuk shalat inilah wudhu’ yang paling sempurna.”(HR. Muslim)

Lengkaplah sudah proses pembersihan lahir dan bathin kita. Air membersihkan lahir sedangkan dzikir membersihkan bathin kita. Sempurnalah persiapan perjalanan ruhani kita menuju Allah. Pertahankan kebenaran hati kita dengan tetap menghubungkan ruhani kepada Allah secara terus menerus.

## **2. Latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka’at dan bacaan shalat**

*“Sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidupku dan matiku mengikuti zat yang Maha Mengatur Alam Semesta.”<sup>31</sup>*

Ilmu pengetahuan modern setuju, bahwa segala sesuatu di alam raya ini tak lebih dari permainan energi vibrasi yang berlangsung terus menerus, sedangkan bunyi tidak lebih dari vibrasi khusus. Lapisan-lapisan yang berbeda

---

<sup>31</sup> Ayyaub, Hasan Muahammad, *Panduan Beribadah khusus Pria*, Almahira, Jakarta, 2007, Hal. 199

dari pikiran dan tubuh, baik kasar maupun halus, merupakan manifestasi dari sejumlah vibrasi suara yang berbeda, yang tak terhitung jumlahnya dalam berbagai susunan dan kombinasi. Kita dapat mengatakan, pikiran dan tubuh adalah bentuk padat dari bunyi sehingga di dalam latihan ini diharapkan setiap gerak merupakan salah satu cara menghubungkannya kepada vibrasi yang lebih besar. Gerak yang bersatu yang bersatu dengan vibrasi alam serta vibrasi iman (keyakinan) yang dihubungkan dengan vibrasi kehendak Ilahi melalui nama-Nya yang Agung. Mustahil akan mendapatkan getaran energi alam apabila gerakan kita tidak dilakukan dengan kendor dan rileks. Nabi Muhammad menyarankan, agar di dalam setiap melakukan gerakan shalat kita dianjurkan bersikap rileks (tuma'ninah) sehingga kita bisa mengistirahatkan tubuh, serta dapat mempertemukan tubuh dengan vibrasi hati yang telah diterangi oleh Allah.

Bacaan Al-Qur'an yang tartil atau doa-doa yang lembut akan memberikan vibrasi yang kuat kepada perubahan mental dan mengandung kekuatan penyembuhan (asy syifa'). Bacaan Al-Qur'an atau doa yang diucapkan mengandung bunyi potensial yang dapat digunakan untuk mempengaruhi perubahan kesadaran. Hal seperti ini juga terdapat pada setiap kata atau kalimat bacaan shalat yang diulang-ulang. Pengulangan ini memiliki kekuatan untuk mensugesti dan menghipnosa mental yang gelisah dan bingung atau memasukkan (menenggelamkan) pikiran ke dalam ketenangan

yang luar biasa, yang sangat bermanfaat untuk menangkap ilham atau intuisi yang bisa digunakan sebagai petunjuk dalam kehidupan.

Ada beberapa langkah dalam pelatihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat, yaitu:

**a. Nama Tuhan yang Manggetarkan**

Sebuah pepatah mengatakan “ Apa arti nama?”. Bagi orang tertentu nama itu adalah sekedar sebuah panggilan untuk sesuatu atau seseorang. Pada tingkat yang lain, nama dapat digunakan sebagai perkakas bertenaga, lambang-lambang potensial yang dapat digunakan untuk mengejutkan, menggetarkan, menenangkan dan merangsang hambatan-hambatan energi di dalam diri sendiri atau orang lain. Penggunaannya memerlukan pemahaman dan pengalaman tingkat tinggi, dan biasanya digunakan oleh seorang guru spiritual terhadap muridnya yang terlatih, seorang penyembuh pada pasiennya, atau seorang ahli bela diri atas musuhnya.

Islam memiliki nama-nama Tuhan (*asmaul husna*) yang mengandung potensi yang dalam, sehingga diperlukan pula pemahaman yang dalam atas nama-nama tersebut. Jika tidak, maka tidak ada bedanya menyebut nama-nama Tuhan dengan menyebut nama-nama benda seperti gelas, piring, batu atau pasir. Begitu ketika menyebut benda tersebut, kesadaran kita langsung kepada sosok yang dibatasi oleh wujud dan sifatnya. Nabi melarang melakukan hal ini ketika menyebut nama Allah, karena kesadaran kita akan berhenti kepada batasan yang terendah atau bahasa agama disebut *syirik*.

“Allah” bukan sekedar lafaz yang terdiri dari “*alif lam ha*” tetapi sebuah peta atau alamat yang jelas, yaitu zat yang tidak terbatasi atau zat yang tertinggi.

Jika kita percaya dengan sepenuh hati ketika menyatakan kalimat *Allahu akbar* di awal shalat kita, sebagai kesaksian atas kebesaran dan kemuliaan Allah, dan keyakinan ini masuk ke dalam lubuk hati kita serata meliputi seluruh jiwa raga kita, maka di depan mata kita, kekuatan dan kemegahan duniawi para raja, pemimpin politik, dan penguasa tiada berarti sama sekali. Kita menjadi tidak tertarik serta sama sekali tidak terkesan oleh kekayaan dan kekuasaan.<sup>32</sup>

Mengangkat kedua tangan sambil sambil mengatakan (*Allahu Akbar*) menandakan penolakan terhadap segala sesuatu selain Allah dan menempatkan diri seseorang langsung di bawah perlindungan-Nya. Kemudian kedua tangan tersebut dilipat dan seseorang berdiri di hadapan Allah dengan rendah hati dan mengucapkan puji-pujian bagi-Nya.<sup>33</sup>

Ketika menyebut nama Allah, secara otomatis kesadaran kita menembus (melampaui) alam-alam benda maupun rupa yang memiliki batasan. Begitu seseorang menyebut nama Allah, ia langsung menanggalkan batasan-batasan kesadaran rendahnya menuju kesadaran wujud tertinggi dan terbatas. Diibaratkan sebuah lukisan, yang terlihat jelas oleh kesadaran tinggi adalah kanvasnya. Akan tetapi bagi orang awam, yang terlihat adalah gambar

---

<sup>32</sup> Rahman Afzalur dkk, *Energi Shalat*, Jakarta, 2007, hal.40

<sup>33</sup> Maulana Syed Muhammad Zauqi syah, *bimbingan Bagi para murid Spiritua*, PM-xx-xxx-xx, Kuala Lumpur, 2001,hal.35

yang digores di atas kanvas. Pandangannya tertutup oleh warna-warni yang menghiasi kanvas tersebut.

Nama Allah bukan mantra tetapi sebuah arah spiritual yang jelas, yang menuntut orang untuk mencapai keadaan yang tertinggi. *Laa ilaha illallah* menunjukkan bahwa, tiada yang tinggi kecuali yang Tertinggi. Namun banyak juga orang yang hanya menjadikan nama Allah sebagai mantra sehingga tidak tercapai potensi kedalaman jiwanya. Ia hanya terbatas pada tulisan A\*L\*L\*A\*H dan suara (Allaaaaah) yang hanya memberikan efek terbatas kepada mengheningkan pikiran atau menurunkan frekwensi gelombang otak. Efeknya hampir sama dengan efek yang dirasakan oleh orang yang sedang menonton opera atau wayang kulit, pergi kegunung, bermain bilyard, bernyanyi di kamar mandi atau menenangkan permainan judi. Banyak orang yang terjebak kepada kesadaran ini sehingga mengira tengah menuju puncak spiritual. Inilah yang dinamakan sebagai permainan “stimulasi biologis”. Semua orang bisa merasakannya tanpa menyebut nama Tuhan sekali pun.

### **Praktek Berdiri dan Takbiratul Ihram**

Setiap orang bisa melakukansikap berdiri, tetapi sikap ini akan terasa berbeda jika Anda sedang berdiri di depan panggung untuk pertama kalinya. Tanpa sadar, keringat telah membasahi seluruh tubuh. Leher terasa sulit digerakkan, seolah tidak ada pelumanya. Perut jadi kaku, keinginan untuk kencing pun ikut-ikutan menyibukkan menjelang acara naik panggung.

Keadaan ini sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari yang selalu menghiasi kehidupan kita, baik di kantor, di rumah, di ruang pertemuan, di saat mendengarkan kiai memberikan ceramah, bahkan mungkin di saat kita melakukan shalat. Hampir 24 jam kita diliputi rasa tegang dan cemas (*nervous*). Tanpa terasa, kita telah menyiksa tubuh kita sehingga banyak menimbulkan dampak yang tidak baik terhadap organ-organ tubuh. Hidup seperti didera oleh kehidupan yang menyiksa.

Sulit untuk memberikan gambaran seperti apa yang dimaksudkan dengan rileks, karena orang ketika diinstruksikan untuk rileks malah “mencari rileks”. Sebenarnya yang harus dilakukan bukan “mencari” tetapi “kembali”. Barangkali Anda masih ingat, ketika masa kanak-kanak sedang bermain di lapangan sambil membawa lari sebuah layang-layang yang dihiasi ekor yang panjang, sambil mengharap ada angin kencang yang akan membawanya terbang ke angkasa tinggi sekali. Anak-anak tidak pernah memeras otak berpikir panjang seperti halnya orang dewasa. Ia hanya berfokus kepada apa yang ia kerjakan. Coba Anda bayangkan kembali saat Anda menarik benang lalu mengulur. Lakukan sekarang, seolah-olah ada bditangan Anda. Rasakan, bahwa Anda telah mengembalikan keadaan seperti di masa kanak-kanak yang sudah lama tidak kita dapatkan. Guru-guru *tai chi* di cina menamakannya *sung*, yaitu sebuah rasa pergerakan yang bukan berasal dari kekuatan otot, melainkan dari energi internal yang menggabungkan pernafasan dan pikiran.

Upaya tanpa usaha, sebuah kontradiksi yang dapat dicapai dengan cara menanamkan sikap rela (pasrah) secara terus menerus, mengalahkan ego dan melepaskan ketegangan yang tak diinginkan. Keadaan ini hanya bisa dilakukan jika kesadaran kita berada di atas kesadaran tubuh.

Sekarang lakukan latihan sebagaimana di bawah ini.

Berdirilah dengan kaki sejajar, terpisah selebar bahu, dengan berat tubuh terbagi rata. Posisi rangka tubuh menggantung, seolah ditahan dari puncak kepala, ibarat kain basah yang digantung.

Kendurkan seluruh persendian, sehingga berat tubuh bertumpu ke bawah dan mengakar melalui kedua kaki. Seperti pohon cemara yang lentur diterpa oleh angin kencang, akarnya berfungsi sebagai tumpuan batang yang mengikuti getaran kemampuan angin bertiup.

Biarkan kedua tangan Anda menggantung bebas di kedua sisi tubuh.

Berdirilah diam. Bernafaslah secara alamiah dan biarkan tubuh mengenali hubungannya dengan bumi. Biarkan beberapa saat sehingga Anda benar-benar merasakan persendian tubuh kembali pada tempatnya semula.

Setelah tubuh Anda merasa kendor dan nyaman, pelan-pelan sadarkan diri Anda bahwa kita bukanlah tubuh ini, bukan kepala, bukan hati (perasan). “Aku” adalah yang selalu sadar berada di atas perasaan, di atas tubuh ini, di atas pikiran, di atas rasa gelisah. “Aku” adalah makhluk mental yang berasal dari tiupan Ilahi yang suci. Kalau Anda memejamkan mata, Anda akan merasakan dan bisa membedakan mana “Aku” yang sebenarnya.

Disitu ada “Aku” yang memperhatikan sensasi badan seperti lapar, sakit, sensasi yang menyenangkan, juga kesedihan. Anda akan bisa menyadari, bahwa ternyata sebenarnya bukan “Aku” yang lapar, sakit, dan sedih, akan tetapi semua itu adalah sensasi peralatan atau instrument yang dimiliki oleh sang “Aku”. Anda sebenarnya berada di luar atau di atas semua alat-alat tadi! Maka dari itu, Anda harus melepaskan diri Anda dari yang bukan hakiki (sebenarnya), agar tidak diombang-ambingkan oleh peralatan Anda sendiri.

Sadari “Aku” adalah yang menguasai perasaan dan pikiran. Jadilah tuan atas diri Anda sendiri. Keluarlah dari tubuh Anda seperti Anda melapaskan baju, lalu tinggalkan dan jangan Anda memikirkans semua itu. Karena peralatan Anda mempunyai naluri yang akan bergerak menurut fungsinya masing-masing. Perhatikan saat Anda tidur, “Aku” Anda meninggalkan tubuh tanpa harus memikirkan bagaimana badanku nanti. Kenyataan, instrument tubuh dapat bekerja menurut yang dikehendaki oleh nalurinya sendiri.<sup>34</sup>

#### **b. Sang Aku Naik ke Langit (mi’raj)**

Aku datang kepada wujud Zat yang menciptakan langit dan bumi dengan selurus-lurusnya. Sebuah perjalanan spiritual yang harus diperhatikan sehingga jiwa kita benar-benar menembus wilayah yang tiada ujung, yang lepas tak terbatas (*takbiratul ihram*). Inilah kesadaran tertinggi dalam spiritual shalat (*mi’rajul mukminin*).

---

<sup>34</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu’*, Baitul Ihsan, Jakarta, 2006, hal. 83



Sadarkan bahwa sang Aku adalah ruh yang murni, yang berada di atas tubuh, di atas pikiran, di atas perasaan, di atas sedih. Lepaskan pelan-pelan ruh Anda (Aku) lalu bergeraklah untuk hadir menuju Zat Yang Maha Tak Terhingga. Diamlah sejenak sehingga Anda adalah sesuatu yang terpisah dengan tubuh dan sensasi instrumennya. Aku adalah ruh murni yang bersih, yang selalu sadar kepada Allah untuk kembali, *innalillahi wainnailaihi rajiun*.

Apabila Anda melakukannya dengan tepat, maka ruh itu akan bergerak sendiri tanpa dikendalikan oleh emosi atau pikiran Anda. Ia akan bergerak dengan cepat menuju keadaan yang luas tak terbatas. Posisi ini merupakan pembebasan (kemerdekaan) bagi jiwa dari dorongan untuk mengikuti nafsu-nafsu yang muncul dari tubuh kita. Ia akan selalu berada di atas tubuh kita, sehingga ia tidak mudah terseret dan diombang-ambing oleh laluri tubuhnya.

Bertakbirlah dengan: “*Allahu Akbar*”..... lepaskan ruh Anda sehingga terarah kepada yang Maha Besar, yang Tak Terbatas. Pertahankan keadaan yang laus dan bebas. Biarkan sampai Anda tidak merasa goyah lagi. Teguhkan bahwa sang Aku adalah berasal dari tiupan Ilahi, yang akan menangkap kalam-kalam Ilahi. Diamlah agar Anda benar-benar murni, Anda akan merasakan getaran yang menyelimuti halus sekali. Kemudian lakukan sikap memasrahkan diri.

*“Sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidupku dan matiku mengikuti zat yang Maha Mengatur Alam Semesta.”* (Al An’am:162)

Rasakan perubahan keadaan jiwa dan tubuh Anda. Ulangi lagi sampai Anda benar-benar merasakan ruh Anda bergerak.....bangkit. pastikan bahwa sang Aku telah bebas dari kesadaran rendahnya, lalu bacalah surat Al fatihah sebagai navigator (petunjuk jalan) perjalanan ruhani kita menuju Allah. Biarkan roh meluncur dibawa oleh tuntunan Allah SWT:

*“Hanya kepada Engkaulah kami menyembah dan hanya kepada Engkaulah kami mohon pertolongan”.* (Al Fatihah: 5)

Pada saat inilah keadaanroh kita merasa bebas dan luas sekali. Sebuah kenikmatan yang tiada bandingnya. Lanjutkanlah dengan membaca surat Al qur’an yang mudah bagi Anda. Bacalah, seolah Anda membacanya dihadapan Sang pencipta, sambil mengharapagar diturunkan ketenangan dn rahmat-Nya. Disamping itu, bacaan Al-Qur’an juga mengandung getaran yang mampu mengubah jiwa kita.

### **c. Rukuk**

*“Nabi bersabda: tidak sempurna shalat seseorang hingga diluruskannya belakangnya diwaktu ruku’ dan di waktu sujud.”* (HR. Abu Dawud dan Tirmizi).

Ruku’ merupakan ibadah yang menggambarkan sifat tawadhu’ dan tunduknya seorang hamba kepada Allah SWT. Ruku’ yang di dalamnya mengandung arti tawadhu’ itu lebih sesuai daripada keadaan berdiri dan hal ini sudah diketahui oleh manusia. Sehingga menjadi kebiasaan orang Arab ketika menghormati orang lain mereka menundukkan kepalanya seperti ruku’.

Tunduk yang sempurna ketika ruku' adalah hati yang tunduk kepada Allah dan merasa rendah di hadapan-Nya batin maupun lahirnya. Karenanya, pada waktu ruku', nabi saw mengatakan :

*“Maha Suci Tuhanku Yang Maha Agung”* (HR. Muslim)

Kalimat tersebut dibaca secara berulang-ulang pada lisan dan hatinya supaya rasa tunduknya menjadi kuat dan sempurna kepada Allah SWT.<sup>35</sup>

Kita sering menganggap, bahwa gerakan-gerakan shalat bukan dari bagian pekerjaan salah sehingga kita hanya berkonsentrasi pada bacaannya saja untuk kemudian cepat-cepat menyelesaikannya. Padahal ruku' merupakan rukun dari shalat itu sendiri sehingga diperlukan gerakan yang sempurna dan *tuma'ninah*. Mari kita buang pandangan lama kita tentang shalat. Sebenarnya kita melakukan shalat adalah untuk melatih ruhani dan fisik, sebagaimana orang-orang melatih dirinya dengan meditasi yoga atau yang lainnya, sehingga kita mendapatkan dampak yang baik setelah menjalankan shalat, baik secara kejiwaan maupun jasmani. Karena itu, rukuklah dengan sempurna.<sup>36</sup>

Sesudah membaca beberapa ayat Al-Quran dalam posisi berdiri (*qiyam*), kemudian membungkuk (*ruku'*), meluruskan punggung seraya membaca, “maha suci Tuhanku, Mahaagung, dan segala puji bagi-Nya,” yang diulang tiga kali. Membungkukkan kepala dan badan dalam rukuk mempunyai makna bahwa kita setia dan pasrah diri pada Allah. Sang hamba

---

<sup>35</sup> Abdu Misa, *Menjernihkan Batin dengan Shalat khusyu'*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007. hal 138

<sup>36</sup> Ibid, hal.87

mengakui kerendahannya dengan menundukkan kepala di depan Allah serta meminta rahmat dan berkah dari-Nya.<sup>37</sup>

Jika sikap rukuk ini dilaksanakan secara sempurna maka penyakit yang bersumber pada ruas tulang belakang dapat dihindari, seperti nyeri tulang belakang (*acute lumbago*) dan nyeri bahu. Sementara itu, jiwa menjadi tenang dan tunduk mengikuti kemauan penciptanya.<sup>38</sup>

### **Praktek rukuk**

Sambil mengucapkan takbir: “*Allahu Akbar*”, dengan kesadaran sang Aku tetap berada di atas tubuh, rukuklah pada posisi rukuk, kedua kaki rapat dan kedua tangan memegang kedua lutut berdampingan. Demikian pula halnya dengan tumit, keduanya harus sejajar. Kedua lutu harus diluruskan dan dirapatkan. Daggu diletakkan di atas tulang dada. Selanjutnya, badan dilengkungkan dengan dahi kea rah lutut. Lakukan dengan sikap sempurna sampai Anda merasakan ada tarikan otot di belakang lutut Anda.

Posisi lutut ini melenturkan tulang belakang, menggerakkan otot-otot yang kaku serta mengendorkan ruas-ruas tulang belakang agar tualang belakang kembali sesuai dengan anatominya. Latihan ini akan membuat Anda berada dalam posisi istirahat. Tulang-tulang kembali pada tempatnya yang tentunya akan menyehatkan Anda. Biarkan ebebrapa saat sehingga Anda benar-benar pada posisi intirahat danrileks ini.

---

<sup>37</sup> Rahman Afzalur dan dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007. hal. 44

<sup>38</sup> Ibid, hal. 88

Sikap ni harus dilanjutkan dengan melatih jiwa kita dengan terapi kalimat yang penting dalam bacaan rukuk. Pengulangan kalimat ini mengandung vibrasi yang sangat kuat dalam mempengaruhi kejiwaan kita, apalagi dilakukan dengan benar dan bersikap meditative.

*Subhanarabiyal 'adhimi wabihamdihi,*  
*Subhanarabiyal 'adhimi wabihamdihi,*  
*Subhanarabiyal 'adhimi wabihamdihi,*

Lalau diamlah sehingga Anda benar-benar meraskan getaran yang dikandung kalimat tersebut, bahwa Maha Suci Yang Maha Agung dan dengan segala puji bagi-Nya. Keadaan ini akan membuat Anda menjadi nol kembali, seperti alam, dimana alam bergerak tanpa kemauan dirinya. Alam hanya bergerak mengikuti nalurinya yang dikendalikan oleh Yang Maha Besar. Kita akan menjadi nol seperti bayi! Inilah keadaan yang dicari orang dalam meditasi *tai chi* yaitu *tao* (kosong tapi ada).<sup>39</sup>

#### **d. I'tidal (sikap pengembalian)**

Sikap pengembalian, dilakukan dengan berdiri kembali setelah melakukan rukuk. Diamlah sebentar dan biarkan tulang-tulang kembali pada posisinya semula. Dengan melakukan gerakan *I'tidal* agak lama, memberikan kesempatan agar aliran darah dari otak turun kembali keseluruh tubuh. Pada saat sama, secara kejiwaan kita mengatakan, bahwa Allah Maha Mendengar doa dari orang yang memuji-Nya, ini berarti penerimaan kesetian dan doa

---

<sup>39</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta, 2006, hal. 88

kita. Di sini Allah menyuruh kita memohon apa yang kita inginkan (*sami'allahu liman hamidah*).

*“Rabbana walakalhamdu mil-ussamaawati wa mil-ul-ardhi wa mil-umaa syi'tamin syai-in ba'du”*.

*Ya Tuhan, milik Mu segala puji sepenuh langit dan bumi dan sepenuh sesuatu yang Engkau kehendaki sesuatu itu.*<sup>40</sup>

Kalimat ini mengingatkan pada diri mushalli bahwa Allah mendengarkannya ketika ia memuji kepada-Nya.<sup>41</sup>

Jika dilakukan dengan benar, bacaan ini sangat mempengaruhi pembacanya. Kita akan merasakan kebebasan dan kemerdekaan yang luar biasa. Jiwa kita seakan diangkat ke langit spiritual yang tak terbatas. Kita menjadi tidak membawa apa-apa. Milik Tuhan telah kita kembalikan. Roh kita telah bebas terbang tidak terikat oleh nafsu-nafsu yang mengungkungnya. Rasa memiliki inilah yang membuat kita sering tersiksa serta membuat kita panik dan gelisah. Allah bersabda:

*“Apabila datang musibah kepada mereka maka mereka mengatakan: sesungguhnya Aku berasal dari Allah dan kepada-Nya aku kembali.”*(Al-baqarah, 2: 156 )

Dengan sikap pengembalian inilah manusia manusia menjadi terbatas dari sensasi perasaan yang berasal dari hati dan sensasi pikiran yang muncul dari otak, serta sensasi nafsu yang muncul dari libido (sex) tubuh kita. Karena sang Aku bukan itu semua. “Aku” bebas dari itu semua karena “Aku”

---

<sup>40</sup> Rahman Afzalur dan dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007. hal.45

<sup>41</sup> Abdu Misa, *Menjernihkan Batin dengan Shalat khusyu'*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007.hal.

kembali kepada Allah. Kondisi seperti ini menurut ahli psikologi dinamakan sebagai *Gate Control Theory*, yaitu hilangnya pengaruh sensasi tubuh termasuk rasa sakit, rasa gelisah, rasa sedih, dan rasa capek, karena adanya rangsangan dari dalam diri sendiri yang lebih besar dibandingkan rangsangan dari luar sehingga menghambat rangsangan dari luar tersebut masuk ke dalam otak. Rangsangan yang lebih besar pada saat seseorang melakukan sikap pengambalian adalah meningkatnya tingkat kesadaran (*altered states of consciousness*), dimana muncul kesadaran jiwa untuk lepas dari ikatan tubuh.

42

Sebuah kisah terjadi pada peristiwa Sayyidina Ali, di saat itu tubuhnya tertusuk anak panah. Beliau merasakan kesakitan ketika anak panah dicabut oleh sahabat yang lain. Karena tidak tahan dengan sakitnya, maka beliau memutuskan untuk melakukan shalat dua raka'at sambil memesan kepada sahabatnya; "cabutlah anak panah ini di saat saya sedang shalat". Sungguh ajaib, beliau tidak merasakan sakit sama sekali di saat anak panah itu dicabut dari tubuhnya. Rasa sakit (sensasi rasa sakit) telah dihambat oleh rasa yang lebih besar yaitu rasa tenang dan nikmat memenuhi otak beliau ketika melakukan shalat.

Seorang yang kaya raya telah meminjamkan rumah dan segala perabotannya kepada orang lain selama dua puluh tahun dengan janji akan diminta kembali pada waktunya nanti. Setelah waktunya tiba, si pemilik

---

<sup>42</sup> Haryanto Sentot, *Psikologi Shalat*, Mitra Pustaka, 2003

rumah datang untuk mengambil hak miliknya. Jika si peminjam adalah seorang yang sadar atas hal tersebut, maka ia akan berterima kasih atas kebaikan yang telah diberikan kepadanya. Ia tidak akan kecewa, malah terharu, karena dijamin sekarang masih ada orang yang mau membantu meminjamkan rumahnya sekian lamanya. Ia akan berterima kasih berulang-ulang kepada si pemilik rumah dan kalau sudah mengucapkannya, rasanya plong sekali dan penuh kebahagiaan.

Sikap ini akan terjadi tatkala kita mengembalikan kesadaran kita, bahwa segala sesuatu adalah milik Allah. Dengan demikian, akan muncul perasaan bahwa sebenarnya kita tidak memiliki. Hati bening sekali di kala rumah kita terbakar, anak kita mati. Itu semua bukan cobaan, tetapi hanyalah fitnah (persepsi) pikiran kita yang keliru, karena menganggap semua itu adalah hasil karya kita dan milik kita. Semakin kesadaran kita tertutup (rendah), maka semakin banyak pula ketersiksaan hati kita.

### **Praktek I'tidal**

Berdirilah dengan tenang dan biarkan jiwa kembali pergi ke hadiratnya. Sadarkan, bahwa penglihatan dan pendengaran yang kita sandang, pernafasan yang mengalir sendiri, jantung berdenyut tiada henti, daya kekuatan diri serta otak yang berpikir, kita selaraskan dengan kemauan kodrat Ilahi. Lepaskan semua itu pelan-pelan dan layangkan kepada zat Yang Maha Meliputi. Setelah kita benar-benar melepaskan semua energi dan rasa memiliki, kita akan berada pada suasana tidak punya apa-apa. Kita hanyalah



mahluk mendapatkan celupan Allah (*sidghatullah*). Kita berada dalam kendali kehendak zat Yang Maha Cerdas.

Biarkan suasana itu terasa sampai mantap. Jangan terburu-buru untuk bersujud. Dalam kondisi seperti ini, tubuh akan secara otomatis menjadi rileks dan santai. Kondisi dimana otak tidak bekerja optimal, seperti pikiran anak kecil berpikir tanpa pola dan tanpa persepsi. Yang dirasakan hanya getaran yang mengalir ke seujur tubuh yang mengangkat perasaan lepas.<sup>43</sup>

#### **e. Sujud**

Sujud merupakan puncak dari perjalanan ruhani. Pada saat itu kita lepas dari seluruh ikatan duniawi, lepas dari apa yang kita miliki, dan lepas dari pengakuan-pengakuan diri.

Dalam keadaan sujud ini akan menghancurkan kesombongan dan keangkuhan kita serta membawa kita pada kesetian dan kerendahan di hadapan Allah. Dengan menempatkan bagian tubuh kita yang paling berharga, kepala, di tanah, menyampaikan penghormatan tertinggi pada Allah Yang Mahabesar dan Mahakuasa dengan mengatakan, “Maha Suci Tuhanku Yang Maha Tinggi.”<sup>44</sup>

Kita adalah hamba Allah yang hanya menerima kuasa-Nya, dihidupkan, dinafaskan, diimankan, ditundukkan, digerakkan, ditakwakan, diislamkan, dilembutkan, ditenangkan, diterangkan, dimatikan dan

---

<sup>43</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta, 2006, hal. 91

<sup>44</sup> Rahman Afzalur dan dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007. hal. 44

diperjalankan menuju kehadirat-Nya. Nabi bersabda, bahwa dariseluruh gerakan shalat, di dalam sujud inilah saat yang paling dekat dengan Allah secara emosional.

Posisi sujud mempunyai dampak positif baik secara fisik maupun spritual. Pada saat sujud, seseorang disadarkan bahwa dirinya adalah makhluk yang rendah, makhluk yang lemah. Kemudian diperkuat dengan terapi kalimat yang memiliki getaran transendental yang akan membawa orang semakin masuk dalam diri yang bening:

*Subhanarabiyal a'la wabihamdihi (Maha Suci Tuhan Yang Maha Tinggi dan Maha Terpuji ).*

Dua sujud ini akan menguatkan sifat tawadhu', memuliakan dan mengagungkan Allah SWT. Kerena sujud jika dilakukan hanya sekali maka pengaruhnya masih lemah. Sehingga dengan dua kali sujud mata hatinya menjadi terketuk dan tampak pengaruhnya pada waktu itu. Sehingga rasa harapnya untuk mendapatkan rahmat Allah SWT nyata-nyata dikabulkan.<sup>45</sup>

Profesor Hembing menjelaskan, bahwa pada gerakan sujud, semua otot akan berkontraksi. Akibatnya bukan saja otot-otot akan menjadi besar dan kuat, tetapi juga membuat urat-urat darah seperti pembuluh nadi (*arteria*) dan pembuluh darah balik (*venae*), serta urat-urat getah bening (*lympa*) akan terpijat atau terurut, sehingga membuat peredaran darah dan *lympa* menjadi lancar. Beliau juga menegaskan bahwa sujud sangat baik untuk membantu

---

<sup>45</sup> Abdu Misa, *Menjernihkan Batin dengan Shalat khusyu'*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007.hal. 142

pekerjaan jantung dan menghindarkan mengerutnya dinding-dinding pembuluh darah (*arteriosclerosis*). Waktu sujud, darah dikirim ke otak, berkumpul di otak dan mengalirkan kebutuhan oksigen untuk otak. Oksigen ini sangat dibutuhkan otak. Menurut ahlikesehatan, otak membutuhkan 20 persen oksigen dari seluruh oksigen yang masuk ke dalam tubuh. Setelah sujud, terus duduk (*iftiray*) atau berdiri kembali sehingga darah turun dari otak kembali lagi ke seluruh tubuh sesuai dengan fisiologi tubuh. Proses sirkulasi darah itu mengangkut darah yang baru untuk memberikan zat pembakar (oksigen) kepada jaringan-jaringan tubuh.<sup>46</sup>

Di dalam shalat yang dilakukan sendiri, sering Nabi melakukan sujud lama sekali sehingga diriwayatkan beliau memiliki tubuh yang sehat ideal. Padahal beliau melakukan aktivitas yang sangat padat dan berat. Bagi beliau, shalat merupakan tempat mengistirahatkan tubuh dan pikiran. Dengan shalat, beliau merasa tenang dan bahagia, kondisi sangat dibutuhkan bagi seorang pejuang maupun profesional.

### **Praktek sujud**

Lakukan sujud sehingga sempurna. Bagi laki-laki, kedua siku hendaknya agak diregangkan dari pinggang. Demikian pula, hendaknya diregangkan jarak antara kedua kaki. Sebaliknya bagi wanita, hendaknya merapatkan antara kedua kakinya. Bagi laki-laki sebaiknya bersujud dengan perut agak terangkat. Sebaliknya bagi wanita, sebaiknya bersujud dengan lebih

---

<sup>46</sup> Hembing. op. cit

merapatkan perut dengan pahanya. Untuk kedua telapak tangan, hendaknya diletakkan di atas tanah sejajar dengan bahu sambil merapatkan atau merenggangkan semua jari-jari tangan. Lalu diamlah sehingga benar-benar terasa telah berserah total.

Ketinggian kesadaran manusia adalah setelah ia menyadari bahwa dirinya adalah tubuh yang terbuat dari tanah kemudian akan dikembalikan sebagai tanah asalnya. Ketinggian ruhani manusia adalah di saat ruh pergi kehadirat-Nya, sebagai asal muasal sebelum ruh ditiupkan kepada seongkah tanah yang tidak bisa apa-apa. Inilah puncak kesadaran kita sebagai manusia, Rasulullah ketika melakukan sujud sering dianggap telah meninggal karena saking lamanya.

Dengan membaca:

*Subhanarabiyal a'la wa bihamdihi*

*Subhanarabiyal a'la wa bihamdihi*

*Subhanarabiyal a'la wa bihamdihi*

Dan menterapi mental kita untuk menjadi manusia yang lebih baik, yaitu manusia yang selalu sadar akan dirinya, *man arafa nafsahu faqad arafa rabbahu*, sehingga ia akan selalu bersujud dalam segenap keadaan.<sup>47</sup>

#### **f. Duduk iftirasy**

Dalam sujud, hamba berada dekat (*qarb*) dengan Allah yang, dengan rahmat-Nya, merentangkan tangan-Nya dan membuatnya duduk tegak.

---

<sup>47</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta, 2006, hal. 93

Sebagai rasa syukur atas bukti cinta tuhan ini, hamba tersebut melakukan sujud lagi.<sup>48</sup>

Setelah sujud, kita kembali ke posisi duduk sambil mengucapkan “*Allahu akbar*”. Diharapkan kita dapat mempertahankan posisi jiwa tetap berada di atas, selalu berad dalam keadaan *mi'raj* dan selalu ada di dalam kesadaran sedang berada dihadapan-Nya (ihsan).

Sikap ihsan ini tidak akan bisa terjadi dengan menciptakan suasana tertentu di dalam pikiran. Ihsan benar-benar bisa terjadi karena adanya kekuatan yang membawa kita pada posisi seperti ini, sehingga kita tidak sibuk dan capek untuk menciptakan suasana (*conditioning*). Kita bukan mengadakan, bukan menciptkan, tetapi rasa ihsan akan ada begitu saja karena adanya ruh Ilahi yang memancar kepadanya. Jadi kita hanya diterangi, dibawa, diperjalankan. Kita bukanlah membuat shalat menjadi enak, tetapi shalatlah yang menjadi kita enak dan nyaman.

Pada posisi duduk *iftirasy* ini, Rasulullah melakukannya lama sekali sehingga dikira beliau lupa oleh jamaah di belakangnya. Bisa dipahami mengapa Rasulullah begitu lama melakukannya. Di dalamnya terdapat bacaan doa yang mengajak kita untuk berkomunikasi kepada Allah, meminta pertimbangan, memohon kesejahteraan, dan kesehatan maupun ampunan. Secara psikologis manusia akan merasa lega setelah melampiskan persoalan

---

<sup>48</sup> Maulana Syed Muhammad Zauqi syah, *bimbingan Bagi para murid Spiritua*, PM-xx-xxx-xx, kuala Lumpur, 2001,hal.35

yang menghimpitnya kepada sahabat yang paling dekat. Ia akan merasa puas apabila sang sahabat memberikan tanggapan dan empati yang menenangkan, menghibur dan memberinya jalan keluar. Keadaan itu masih terasa sampai ke esokan harinya. Persoalan dalam dadanya terasa dicabut.

Saat kita mengatakan kepada Allah : “Ya Allah ampuni aku”, diamlah sejenak. Biarkan sampai merasakan sesuatu yang mengalir, seolah sedang menunggu respons yang yang membyat dada seperti diberi energi yang menyejukkan. Lanjutkan : “Ya Allah rahmati aku”, lalu diam lagi sejenak, sehingga benar-benar bisa membedakan energi yang mengalir antara kata-kata yang satu dengan yang lainnya.

“Ya Allah beri aku jalan mendapatkan rizki”,.... Biarkan berpikir nol (zero mind) gar mempu menangkap getaran ilham. Ilham itu akan turun spontan ke dalam pikiran spiritual berupa *insight*, yaitu suatu bahasa setitik (*enlightment*) tetapi mengandung ilmu pengetahuan yang sangat luas. Di datang dengan pengertian yang tiba-tiba, bukan hasil lamunan, yaitu sebuah keputusan yang jelas dan tidak meragukan. Biasanya ilham itu masih terasa saat dibawa ke dalam aktivitas di luar shalat. Hal ini baik bagi orang-orang yang sibuk serta banyak memerlukan inspirasi dan kreasi dalam menjalankan pekerjaannya. Rasulullah telah mempraktekannya. Di saat beliau mengalami kebuntuan di dalam menjalankan strategi dakwahnya serta mendapat serangan dan ancaman kaum yang memusuhinya, maka beliau segera melakukan shalat dua raka'at.

Lanjutkan memoho : “Ya Allah berilah saya informasi dan petunjuk (hadayah)”. Lalu diamlah sambil menyampaikan apa yang menjadi persoalan kita. Tunggu keputusan Allah yang akan disampaikan melalui getaran ilham (kalam), atau tuntunan (siymat) yang terkadang disampaikan melalui tanda alam sambil dibarengi perasaan yang jelas. Atau lebih enak lagi kalau disampaikan berupa keadaan yang sebenarnya (kasyaf), dimana kita ditampakkan keadaan dengan gambar yang jelas tanpa *hijab*. Apapun bentuknya, semua petunjuk itu dalah baik dan berguna. Tetapi jangan mengatur kehendak Allah, biarkan Dia yang menuntun dengan kemauan-Nya yang *haq*.

Kemidian kita lanjutkan dialog kita dengan mengatakan : “Ya Allah mohon kesembuhan (afiat)”. Pikirkan bagian tubuh kita yang teras sakit, lalu sampaikan rasa sakit tersebut sehingga merasakan ada respons getaran yang mengalir terhadap bagian yang sakit itu. Pelan-pelan akan terasa berkurang rasa sakitnya. Jangan memaksa Allah dalam melakukan penyembuhan terhadap sakit kita, kita diminta untuk berserah diri. Kalaupun Allah menolak untuk menyembuhkan, itupun akan disampaikan melalui shalat kita dan kita pun dipersiapkan (dialiri rasa bersedia oleh Allah) untuk menerima atas keputusan Allah tersebut, sehingga sakit bukan lagi sebagai siksaan tetapi menjadi sarana untuk menyerahkan diri dengan serela-relanya.

Kemudian tutuplah dengan : “Ya Allah ampuni aku”.<sup>49</sup>

### **Praktek duduk iftirasy**

Duduklah dengan tenang dan berdialoglah dengan Allah dengan sebenar-benarnya.

*Rabbighfirli.* Diamlah sampai Anda merasakan respons ampunan-Nya.

*Warhamni.* Diamlah sampai ada aliran rasa kasih menelusup ke dalam jiwa

*Wajburni.* Diamlah, biarkan energi Ilahi membenahi kekurangan dan kelemahan kita.

*Warfa'ni.* Diamlah sejenak agar ketinggian derajat Allah mengangkat mertabat kita.

*Warzuqni.* Diamlah. Bukan melamun tetapi menyampaikan hajat kita tentang persoalan rizki dan usaha kita. Pastikan sampai ada pencerahan tentang jalan keluar maupun kabar gembira dari Allah.

*Wahdini.* Mohonlah petunjuk dengan penuh kesadaran dan menunggu informasi yang kita butuhkan.

*Wa a'fini.* Serahkanlah kontrol atas kesehatan tubuh yang tampak maupun yang tidak tampak. Rasakan munculnya perubahan-perubahan secara fisik atau berkurangnya rasa sakit.

---

<sup>49</sup> Abdu Misa, *Menjernihkan Batin dengan Shalat khusyu'*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007.hal. 145



*Wa'fu'anni*. Haturkan permohonan maaf kepada Allah dengan sepenuh jiwa, agar respons maaf dari Allah itu dikirimkan ke dalam jiwa sehingga kita merasakan kelegaan yang luar biasa.<sup>50</sup>

#### **g. Tasyahud awal dan akhir**

Sesudah menyelesaikan rakaat dalam shalat dengan berdiri, rukuk, dan sujud, kita kemudian duduk dan membaca *tsyahhud* untuk menyelesaikan shalat kita. Dengan penuh ketulusan, kita berkata, “seluruh ibadah, baik dengan kata-kata, tindakan, maupun kebajikan hanyalah untuk Allah.”<sup>51</sup>

*Tasyahud* merupakan persaksian dan penghormatan seorang hamba kepada Tuhan semesta alam. Saat itu kita sedang berada dihadapan-Nya. Perjalanan spritual kita telah sampai kepada tujuan utamanya yaitu untuk bermusyahadah dan memberi penghormatan yang setinggi-tingginya kepada Allah. Inilah cita-cita yang paling ditunggu-tunggu oleh orang-orang mukmin, yaitu bertemu langsung dengan Allah. Ingin mengungkapkan dan mengenang kerinduan persaksian ruh di alam *azali*, di saat Allah berkata: “*Alastu birabbikum? Qaluu bala syahidna-Bukankah Aku ini Tuhanmu?* (jawab ruh) *Tentu ya Allah, kami semua bersaksi*”. (QS. Al A'raaf: 172)

Kesadaran ini membuat kita tidak bisa berkata apa-apa lagi karena begitu besarnya rahmat Allah yang mengalir. Tanpa disadari derai air mata tiba-tiba membasahi pipi, bahkan tubuh kita bergetar di saat mengatakan:

---

<sup>50</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta, 2006, hal. 96

<sup>51</sup> Rahman Afzalur dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007. hal.46

“*Asyhadu an laailaha illallah wa asyhadu anna muhammadar rasulullahi*”. Entah apalagi yang bisa diucapkan kepada-Nya kecuali hanya memberi salam penghormatan yang tinggi dan menitip salam kepada kekasih Allah, Muhammad yang mulia. Juga menitip salam kepada hamba-hamba yang bersanding disisi-Nya, yaitu para nabi dan para wali. Pertemuan ini akan selalu kita adakan sesering mungkin agar rahmat itu tidak putus dan informasi (ilham) akan selalu mengalir untuk menjadi petunjuk hidup pribadi kita.<sup>52</sup>

### **Praktek tasyahud**

*Attahiyyatul mubarakatush shalawatut thayyibatulillah.* Sadari, bahwa Anda sedang bertemu dengan Allah (*musyahadah*). Sikap ihsan ini harus dijaga agar Anda selalu mendapatkan getaran iman secara konkrit serta kebenaran-Nya. Sampaikan salam penghormatan yang paling tinggi kepada Allah dan tundukkan hati agar keberkatan itu mengalir ke dalam hati kita. Diamlah sejenak dan rasakan respons keberkatan tersebut.

*Asslamu’alaika ayyhannabiyyu warahmatullahi wabarakaatuhu.* Ucapkan salam kepada Nabi kita agar rahmat dan keberkahan dari Allah SWT selalu tercurahkan kepadanya.

*Assalamu’alaina wa’ala ‘ibadillahish shalihin.* Ucapkan salam pada ruh kita semua dan ruh hamba-hamba yang saleh yang berada di sisi Allah.

---

<sup>52</sup> Abdu Misa, *Menjernihkan Batin dengan Shalat khusyu’*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007.hal. 146

*Asyhadu an la ilaha illallahu wa asyhadu anna muhammadar rasulullahi.* Berikrarlah dengan sungguh-sungguh di hadapan-Nya. Kita benar-benar bersaksi (*ma'rifatullah*) atas kebenaran Allah dan Rasul-Nya.

*Allahumma shalli 'ala muhammad wa'ala ali Muhammad kama shallaita 'ala ibrahim wa 'ala ali ibrahim.* Berdoalah kepada Allah dan titipkan salam agar Allah mengalirkan salawat kepada Rasulullah dan keluarganya sebagaimana Allah telah membeirkan salawat kepada Nabi ibrahim dan keluarganya.

*Wa barik 'ala Muhammad wa 'ala ali Muhammad kama barakta 'ala Ibrahim wa 'ala ali ibrahim fil 'alamina innaka hamidum majiid.* Mohonlah keberkatan untuk nabi dan keluarganya sebagaimana Allah telah membeirkan salawat kepada Nabi ibrahim dan keluarganya.

Diamlah sejenak, kemudian tutuplah dengan salam.

*Assalamu'alakum wa rahmatullahi wabaratu* (menoleh kekanan).

*Assalamu'alakum wa rahmatullahi wabaratu* (menoleh kekiri)<sup>53</sup>

### **3. Latihan dzikir dan doa**

#### **1. Dzikir**

Dzikrullah sudah dikenal oleh umat Islam di seluruh dunia semenjak kelahiran Islam. dzikir yang pertama kali yang dikumandangkan oleh Rasulullah kepada ummatnya adalah kalimat *laailaha illallah*. sebuah kalimat yang membuat telinga masyarakat jahiliyah kepanasan, panic, dan merasa

---

<sup>53</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta, 2006, hal. 96

terganggu. tatanan spiritual nenek moyang mereka yang telah mapan menjadi porak poranda. kalimat-kalimat yang dianggap suci dan diagungkan oleh kaum jahiliyah, yaitu *latta* dan *uzza*, telah kebingungan pamornya karena Muhammad dianggap telah melecehkan keberadaannya dengan kalimat *laa illha* yang secara otomatis menafikan (meniadakan) keberadaan dan kekuasaannya kecuali Allah, *illallaha*.

Kaum jahiliyah menentanginya sampai-sampai mereka mau mengorbankan harta dan jiwanya untuk melawan sang pembaharu, Muhammad Al Amin. beliau dan pegikut-pegikutnya harus dimusnahkan, agar kalimat-kalimat yang dikumandangkan tidak menggemadi negaranya. Bilal bin Raba, seorang budak, merupakan salah satu korban penganiayaan oleh orang-orang yang tidak menginginkan kalimat-kalimat suci keluar dari mulutnya, namun ia tetap meneguhkan kata-kata suci tersebut: "*Ahad, Ahad, Ahad*", kendati tubuhnya ditindih dengan batu besar di tengah padang yang tandus dan panas. kalimat yang ia baca adalah sikap jiwa yang menetapkan hanya Allah satu-satunya Tuhan yang patut disembah dan tempat kembalinya ruh. sikap inilah yang diajarkan Nabi.

Banyak cara dzikir yang telah diajarkan oleh Nabi. ada dzikir yang diulang-ulang (*warid*), ada dzikir dengan mengeraskan suara (azan, takbiran, talbiyah), ada dzikir di dalam hati (*sirri*), ada dzikir dengan pikiran (tafakkur,

memahami penciptaan alam sebagai ayat Allah), ada pula dzikir dalam segenap keadaan (berjalan, duduk, berdiri, berbaring dan bekerja).<sup>54</sup>

Semua dzikir di atas diperbolehkan sebagai sarana menterapi pikiran dan mental untuk mencapai tarap kesadaran ketuhanan yang tinggi (*dzikrullah*) serta membersihkan jiwa.

Tujuan berdzikir bukan sekedar membaca dan mengulang kalimat suci. Dzikir merupakan upaya untuk membangkitkan kesadaran diri menuju kesadaran yang lebih tinggi, yaitu Bergeraknya ruhani seseorang menuju kepada Allah. Artinya, di saat kita menyebut nama Allah seharusnya kita sekaligus mengarahkan jiwa kita tertuju kepada-Nya dan kembali kepada-Nya. Kemudian secara sadar, memberikan ruh kita untuk menerima bimbingan dan tuntunan-Nya serta diterangi oleh sinr-Nya.

Sering kita mengatakan dalam setiap doa: “Ya Allah kepadamu kami menyembah dan kepadamulah kami memohon tuntunan”, tetapi tanpa kita sadari kita tidak siap dan bersedia untuk menerima tuntunan-Nya. Padahal Allah akan merespon setiap doa kita (*ud’uni astajib lakum*). Kita tidak sabar barangkali tidak percaya diri tidak yakin, bahwa Allah ada dekat kita dan mendengar setiap keluhan kita. Jangan terpengaruh dengan pendapat orang lain, bahwa menuju Tuhan hati harus bersih dan memiliki ilmu yang tinggi.

---

<sup>54</sup> Ahmad bib Abdullah Isa, *Ensiklopedi Doa dan Wirid Shahih*, Pustaka eLBA, Surabaya, 2007, Hal. 25

Tidak!! Karena hati kita tidak akan pernah bersih selama-lamanya akan tetapi Allah-lah yang membersihkan hati setiap orang dikehendaki-Nya.

Lantas ilmu apa yang yang akan kita bawa menuju Allah? Tidak lain hanyalah pasrah dan yakin bahwa Allah dekat! Orang yang tinggi derajatnya dihadapan Allah bukanlah orang yang hebat oleh karena ahli bahasa Arab, bukan profesor agama, tetapi orang yang bertakwa kepada Allah, yaitu orang yang percaya dan yakin bahwa Allah dekat, bahkan lebih dekat dari uratleher kita.

### **Praktek dzikir**

Praktekkan dzikir seperti yang biasa kita lakukan setiap selesai shalat atau bisa juga dilakukan secara khusyu' di tengah malam di saat orang lain tidur lelap.

Terlebih dahulu sucikan diri dengan berwudhu'. Kamudian, bila mungkin, carilah tempat atau ruangan yang terbebas dari gangguan, agar bathin merasa aman dan tenang. Duduklah yang enak, rileks agar dapat mengendorkan otot-otot dan membebaskan ketegangan sraraf. Lepaskan ketegangan dan biarkan otot-otot menjadi lemas, sampai terasa tenang dan damai meresapi seluruh tubuh. Istiratkan badan dan pasrahkan seluruh jiwa dan raga. Atau dapat juga dilakukan dalam posisi berdiri sambil mengangkat tangan seperti orang berdoa lalu memanggil asma Allah (dzikrullah). Sadarkan sang aku (fitrah), hungkan Zat Yang Maha Mutlak. Hadirilah

dihadapat-Nya sebagaimana kesaksian “Aku” di alam ‘azali. Panggillah penuh santun dan penuh harapan agar ruh dituntun kehadirat-Nya.

*Ya Allah....Ya Allah.... Ya Allah.....*

Berikan rohani seperti di saat-saat kritis dalam menjelang kematian. Tidak ada pilihan lagi kecuali kembali kepada Allah, memegang teguh pendirian tauhid kita sebagaimana bila bersikap:

*Ahad.... Ahad.... Ahad.... Ahad....*

Seperti merasakan geliat ruhani mengguncangkan tubuh dan menggetarkan hati yang paling dalam. Jika hal ini terjadi jangan takut, biarkan sensasi getaran itu menyelimuti tubuh dan hati. Lama-lama getaran itu akan hilang sendiri. Keadaannya akan berubah, hati akan menjadi tenang dan bening.

Sensasi itu terkadang membuat kita menangis yang tidak bisa ditahan, tubuh kita seperti menggigil kedinginan, bahkan seluruh tubuh semakin terguncang saat kita mengucapkan:

*Ya Allah....Ya Allah.... Ya Allah.....*

Disinilah terkadang muncul perasaan ragu-ragu atau takut dalam hati kita. Getaran apakah ini yang tiba-tiba menelusup ke dalam dadaku, merambahlah kesekujur tubuh. Namun hati ini tidak mau dihentikan untuk selalu mengucapkan:

*Ya Allah....Ya Allah.... Ya Allah.....*

Suaana hatimenjadi sangathening, pikiran dan tubuh menjadi rileks tanpa diperintahkan oleh kemauan pikiran. Ruhani terasa bergerak terus menrus menjulang, mengarah kepada Allah. Hal yang paling menyenangkan di saat ruhani berhubungan dengan Allah adalah keadaan hati menjadi terasa sangat sejuk dan nikmat.<sup>55</sup>

## **2. Doa merupakan inti dari peribadatan**

Doa adalah senjata orang mukmin, bahkan dikatakan oleh Nabi sebagai intinya peribadatan, barang siapa berdoa kepada Allah dengan benar (sungguh-sungguh) maka karomah Allah akan turun sebagaimana telah diturunkan kepada orang-orang terdahulu yang dikasihi Allah. Nabi Yusuf selamat dari godaan nafsunya dengan berdoa, nabi Ibrahim selamat dari panasnya api unggun yang membakarnya, namun tersa dingin karena berserah dan berlindung kepada Allah dan nabi-nabi yang lain.

Dengan demikian hanya dengan keyakinan yang kuat serta kesadaran yang tinggi, doa kita akan mendapat sambutan yang konkrit.

### **Praktek berdoa**

Duduklah dengan tenang dan rileks. Sediakan hati untuk menerima hembusan ilham dan penegtahuan Allah. Bersikaplah waspada atas kesadaran yang kita beningkan. Hubungkan bathin kita dengan Allah sehingga kita merasakan getaran qalbu yang menenangkan. Hadirkan jiwa dengan sungguh-sungguh.

---

<sup>55</sup> Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta, 2006, hal. 104



Bacalah basmalah, kemudian bersaksilah dengan dua kalimat syahadat, dan berselawatlah kepada Nabi Muhammad *shalallahu 'alaihi wasallam*. Sampaikan hajat kita misalnya ada saudara kita yang sakit..

*Ya Allah ampunilah dosaku, ampunilah saudaraku ini, aku mohon ridomu, aku mohon kuasamu, dan kehendakmu. Aku mohon kesembuhan atas penyakit saudaraku ni.....*

Setelah kita menyampaikan hajat, diamlah dalam keheningan sambil terus memancarkan kesambungan rohani kita kepada Allah. Sebutlah nama Allah berulang-ulang. Rasakan respon yang mengalir dari getaran rasa sakit yang diderita saudara kita.

Doa harus dilakuakn dengan sungguh-sungguh. Allah akan memberikan kepada kita, baik itu dikabulkan maupun tidak dikabulkan. Allah tetap merespon doa kita, tetapi belum tentu dipenuhi kemauan kita itulah sikap berketuhanan yang seharusnya kita aplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.<sup>56</sup>

---

<sup>56</sup> Ibid, hal. 109

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Untuk mendapatkan data tentang persepsi kiai terhadap pelatihan shalat khusyu', penulis mendatangi langsung obyek penelitian (kiai-kiai pondok pesantren yang ada di Probolinggo) dan mengambil data-data yang diperlukan dengan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data.

Secara lebih jelasnya rancangan penelitian yang penulis laksanakan adalah sebagaimana di bawah ini.

##### 1) Persiapan

Dalam suatu kegiatan, persiapan merupakan unsur-unsur yang sangat penting. Begitu juga dalam kegiatan penelitian, persiapan merupakan unsur yang perlu diperhitungkan dengan baik sebab yang baik akan memperlancar jalannya penelitian.

Sehubungan dengan judul dan rumusan masalah yang telah disebutkan pada bab terdahulu, maka persiapan dalam melaksanakan penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### a) Menyusun rencana

Dalam menyusun rencana ini penulis menetapkan beberapa hal seperti berikut ini.

- 1) Judul penelitian
- 2) Alasan penelitian
- 3) Problema penelitian
- 4) Tujuan penelitian
- 5) Obyek penelitian
- 6) Metode yang dipergunakan

b) Ijin melaksanakan penelitian

Dengan surat pengantar dari Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah Universitas Islam negeri (UIN) Malang, penulis dimohonkan ijin ke Kiai-kiai pondok pesantren yang ada di Probolinggo. Dengan demikian penulis telah mendapatkan ijin untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.

c) Mempersiapkan alat pengumpul data yang berhubungan dengan pelatihan shalat khusyu', yakni menyusun instrumen dan wawancara serta dokumentasi.

2) Pelaksanaan

Setelah persiapan dianggap matang, maka tahap selanjutnya adalah melaksanakan penelitian. Dalam pelaksanaan tahap ini peneliti mengumpulkan data-data yang diperlukan dengan menggunakan beberapa metode, antara lain :

- a) Observasi
  - b) Wawancara / interview
  - c) Dokumentasi
- 3) Penyelesaian

Setelah kegiatan penelitian selesai, penulis mulai menyusun langkah-langkah berikutnya, yaitu :

- a. Menyusun kerangka laporan hasil penelitian dengan mentabulasikan dan menganalisis data yang telah diperoleh, yang kemudian dikonsultasikan kepada Dosen Pembimbing dengan harapan apabila ada hal-hal yang perlu direvisi, akan segera dilakukan sehingga memperoleh suatu hasil yang optimal.
- b. Laporan yang sudah selesai kemudian akan dipertaruhkan di depan Dewan Penguji, kemudian hasil penelitian ini digandakan dan disampaikan kepada pihak-pihak yang terkait.

## **B. Populasi Penelitian**

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Studi atau penelitiannya disebut studi populasi.<sup>57</sup>

M. Iqbal Hasan menyebutkan dalam bukunya (*pokok-pokok metodologi penelitian*) populasi adalah totalitas dari semua objek atau individu yang memiliki

---

<sup>57</sup> Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian*, Rineka Cipta, Jakarta, 2002, hal. 108

karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang akan diteliti. Objek atau nilai yang akan diteliti dalam populasi disebut unit analisis atau elemen populasi. Unit analisis dapat berupa orang, perusahaan, media, dan sebagainya.<sup>58</sup>

Bertolak dari pengertian di atas, maka dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh kiai-kiai Probolinggo yang dianggap mampu melakukan shalat dengan khusyu' yakni sebanyak 5 orang.

### **C. Teknik Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan apa yang diharapkan, sehingga data yang diperoleh itu benar-benar valid, maka dalam setiap penelitian terlebih dahulu harus menentukan metode apa yang akan dipakai untuk mendapatkan serta mengumpulkannya. Sebab metode merupakan kunci keberhasilan dalam suatu penelitian.

Adapun metode yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **1. Metode Observasi**

Observasi adalah pemilihan, pengubahan, pencatatan dan pengodeansangkaian perilaku dan suasana yang berkenaan dengan organisme in situ, sesuai dengan tujuan-tujuan empiris.<sup>59</sup>

---

<sup>58</sup> Hasan Iqbal, *Pokok-pokok Materi metodologi penelitian*, Galia Indonesia, Jakarta, 2002. hal. 58

<sup>59</sup> Ibid. hal. 86

Dalam menggunakan metode observasi cara yang paling efektif adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen. Format yang disusun berisi item-item tentang kejadian atau tingkah laku yang digambarkan akan terjadi.

Dari penelitian berpengalaman diperoleh suatu petunjuk bahwa mencatat data observasi bukanlah sekedar mencatat, tetapi juga mengadakan pertimbangan kemudian mengadakan penilaian ke dalam suatu skala bertingkat. Misalnya kita memperhatikan reaksi penonton televisi itu, bukan hanya mencatat bagaimana reaksi itu, dan berapa kali muncul, tetapi juga menilai, reaksi tersebut sangat kurang atau tidak sesuai dengan yang kita kehendaki.<sup>60</sup>

Berdasarkan pendapat-pendapat dapat dikemukakan bahwa Observasi adalah merupakan teknik atau metode untuk mengadakan penelitian dengan cara mengamati langsung terhadap kejadian, dan hasilnya dicatat secara sempurna.

Dengan metode ini peneliti mengadakan pengamatan secara langsung terhadap obyek penelitian, dalam hal ini yang diamati adalah lokasi atau letak penelitian kegiatan kiai-kiai Probolinggo dalam melakukan shalat khusyu'.

## 2. Metode Wawancara/interview

---

<sup>60</sup> Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian*, Rineka Cipta, Jakarta, 2002, hal. 204

Wawancara adalah teknik pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan langsung oleh pewawancara kepada responden, dan jawaban-jawaban responden dicatat atau direkam.

Teknik wawancara ini dapat dibedakan atas dua, yaitu sebagai berikut:

- a. Wawancara berstruktur, merupakan teknik wawancara di mana pewawancara menggunakan (mempersiapkan) daftar pertanyaan, atau daftar isian sebagai pedoman saat melakukan wawancara.
- b. Wawancara tidak berstruktur, yaitu merupakan teknik wawancara di mana pewawancara tidak menggunakan daftar pertanyaan atau daftar isian sebagai penuntun selama dalam proses wawancara.

Berdasarkan hal tersebut di atas, dalam penelitian ini penulis menggunakan wawancara yang bersifat tidak berstruktur, yaitu wawancara dengan kiai-kiai Probolinggo, untuk memperoleh data mengenai pelaksanaan shalat khusyu' yang dilaksanakan dalam setiap waktu.<sup>61</sup>

### 3. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang tidak langsung ditujukan pada subyek penelitian, namun melalui dokumen. Dokumen yang digunakan dapat berupa buku harian, surat pribadi, laporan,

---

<sup>61</sup> Hasan Iqbal, *Pokok-pokok Materi metodologi penelitian*, Galia Indonesia, Jakarta, 2002. hal. 85

notulen rapat, catatan kasusu dalam pekerjaan sosial dan dokumentasi lainnya.<sup>62</sup>

Dan peneliti menggunakan metode ini adalah untuk memperoleh data kiai-kia Probolinggo dalam mengerjakan shalat dengan khusyu' terutama data mengenai persepsi kiai dalam pelatihan shalat khusyu'.

#### **D. Metode Analisis/Paparan Data**

Setelah mengadakan serangkaian kegiatan (penelitian) dengan menggunakan beberapa metode di atas, maka data-data yang terkumpul dianalisa/dipaparkan dengan menggunakan metode analisis diskriptif kualitatif, yaitu berupa data-data yang tertulis ataulisan dari orang dan prilaku yang diamati sehingga dalam hal ini penulis berupaya menggunakan penelitian yang bersifat kualitatif.

---

<sup>62</sup> Ibid. hal. 87



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

Dalam bab ini penulis akan mengemukakan semua hasil-hasil penelitian, berupa data yang berhasil penulis kumpulkan selama pelaksanaan penelitian.

Pembahasan dalam bab ini penulis akan menjelaskan latar belakang objek penelitian ( profil kiai-kiai), serta lokasi dan lembaga-lembaga yang didirikan oleh kiai-kiai tersebut, kemudian penulis akan menjelaskan hasil wawancara dan memaparkan data hasil penelitian.

#### **A. Latar Belakang Objek Penelitian (Profil kiai)**

##### **1. Nama kiai, lembaga yang didirikan dan lokasi**

###### **a. KH. A. Nizar Ja'far**

KH. A. Nizar Ja'far adalah menantu dari Bapak KH. FATHULLAH, seorang pendiri Pondok Pesantren FATAHILLAH yang semula berdomisili di Desa Sebaung Gending Probolinggo akibat perkembangan santri yang semakin pesat terpaksa harus mencari lokasi baru untuk dapat menampung santri yang berdatangan dari beberapa daerah, dan ia pindah kedesa Sumberkerang Gending Probolinggo Jatim

Pondok Pesantren Fatahillah merupakan salah satu dari elemen pendidikan bangsa ini. Lembaga ini secara resmi bernama: Lembaga Pondok Pesantren FATAHILLAH.

Pondok Pesantren FATAHILLAH didirikan pada tanggal 24 Oktober 1988 M. / 13 Robiul Awwal 1409 H., Pondok Pesantren FATAHILLAH semenjak awal hingga saat ini menggunakan ciri pendidikan salaf sebagai pola dasar pendidikannya. Yakni pola pendidikan yang melestarikan corak pengajaran berbasis kitab kuning salaf sebagai ciri khas pengajaran dan pendidikannya. Sampai saat ini pola pendidik tersebut masih dipertahankan kelestariannya.

Alamat dan letak geografis Pondok Pesantren FATAHILLAH Sumberkerang yang beralamat di desa Sumberkerang Kec. Gending Kab. Probolinggo Kode Pos 67272 Jawa Timur, yang jauh dari keramaian dan kebisingan suara, sehingga memungkinkan pada santri untuk belajar dengan konsentrasi penuh, dengan menghirup udara segar yang sangat cocok bagi kesehatan.

Ada dua jalur yang dapat dilalui untuk menuju kelokasi Pondok Pesantren FATAHILLAH, yaitu dari arah selatan, tepatnya 8 km dari arah Gunung Geni, dari arah utara, tepatnya 3 km dari pabrik Sasa Inti Gending

Dasar-dasar pengembangan Pesantren FATAHILLAH diarahkan pada pendidikan sesuai dengan kebutuhan zaman akan tetapi pendidikan pesantren pada setiap satuan pendidikan tetap memperkuat jati dirinya sebagai bagian dari Pesantren Salafiyah degan berpedoman pada kaidah.

" ALMUHAAFADHATU 'ALA QODIIMIS SHOLEH WAL AKHDU biljaDIDIL ASHLAH"

Yang artinya "mempertahankan metodologi yang lama dan mempergunakan metodologi yang baru yang lebih baik".

Dasar tersebut diatas itulah yang dijadikan pedoman bagi pengembangan pendidikan Pesantren FATAHILLAH yang ditandai dengan dibukanya Madrasah Aliyah dengan menggunakan metodologi yang baru dalam konsep pembelajarannya yang dapat memperkuat jati diri lulusan pendidikan pesantren tetap berpegang teguh pada moralitas, budi pekerti yang luhur dan konsep penanaman ibadah sebagai bagian dari ketuntasan belajar dan bagian jati dirinya.

Pondok Pesantren FATAHILLAH terletak kearah timur kota Probolinggo  $\pm$  12 km di Desa Sumberkerang Kecamatan gending Probolinggo yang dibangun diatas tanah seluas  $\pm$  8000 M<sup>2</sup>.

### VISI dan MISI

#### a. VISI

1. Mewujudkan manusai beriman, bertaqwa, berilmu dan berakhlaqul karimah.

#### b. MISI

1. Melatih pembeiasaan berbuat sifat-sifat terpuji dalam kehidupan sehari-sehari .
2. melatih pemiasaan melaksanakan ibadah baik yang wajib maupun yang sunnah.
3. Melaksanakan bimbingan intensif membaca al-qur'an dan membaca kitab salafiyah.

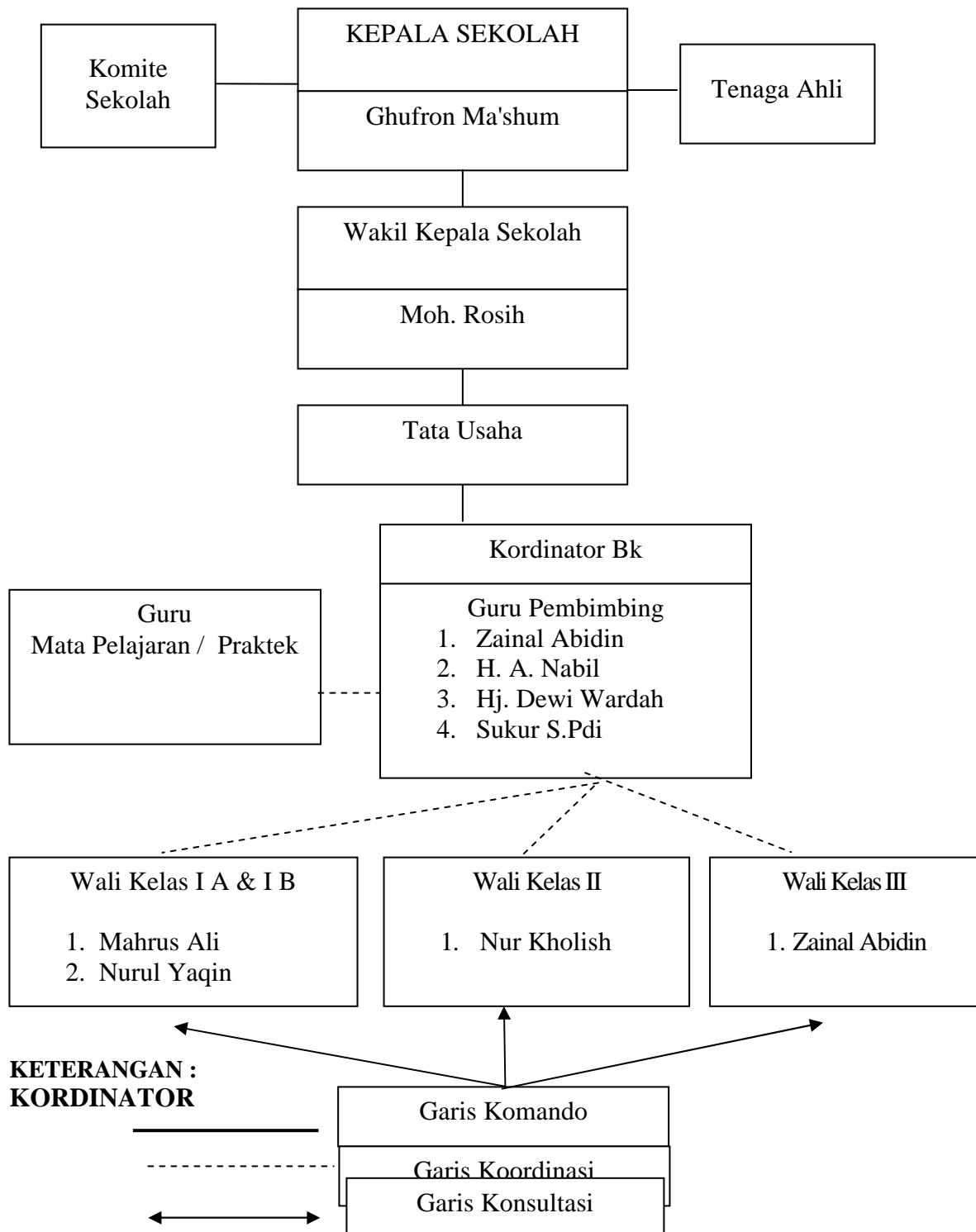
4. Menyelenggarakan bimbingan belajar yang disesuaikan dengan kemampuan santri.
5. Melaksanakan bimbingan terpadu antara kegiatan pesantren dengan kegiatan sekolah.

c. Tujuan

Mendidik, melatih dan membimbing para santri sesuai dengan tingkatan satuan pendidikannya memiliki tujuan.

1. Agar para santri memiliki identitas nilai-nilai anak sholeh
2. Agar para santri mampu mengaktualisasikan nilai-nilai islam dalam kehidupan sehari-hari
3. Agar para santri membiasakan berperilaku sifat-sifat terpuji dan bertanggung jawab sesuai dengan disiplin ilmunya ditengah kehidupan masyarakat
4. Agar para santri memiliki keunggulan-keunggulan dalam melaksanakan ibadah kepada Allah SWT. Dengan identitas budi pekerti yang luhur dan memiliki kecakapan dan keterampilan sesuai disiplin Ilmu

**Struktur Pondok Pesantren Fatahillah  
Sumberkerang Gending Probolinggo**



**Susunan Pengurus Mu'adalah  
Madrasah Aliyah Fatahillah  
Sumberkerang Gending Probolinggo**

- |                                  |                        |
|----------------------------------|------------------------|
| 1. Pelindung/ Pembina            | : KH. A. Nizar Ja'far  |
| 2. Penasehat                     | : H. Ahmad Nabil Nizar |
|                                  | : Moh. Sakhi Aniz S. A |
| 3. Kepala Pondok                 | : Nur Kholish          |
| 4. Wakil Kepala Madrasah         | : Moh. Rosih           |
| 5. a. Waka. Bidang Kurikulum dan |                        |
| Waka. Bidang Kesiswaan           | : Moh. Wahyudi         |
| b. Waka. Bidang Sarana dan Waka  |                        |
| Bidang Humas                     | : Samiruddin           |
| 6. Tata Usaha                    | : Nurul Yaqin          |
| 7. Bendahara                     | : Moh. Nur Ihsan       |
| 8. Perlengkapan                  | : Nur Kholish          |

Sumberkerang, 20 Nopember 2007

b. KH. Nur Hasan Abdul Jalil

KH. Nur Hasan Abdul Jalil adalah seorang pendiri Yayasan Kholafiyah Hasaniyah yang berdomisili di Desa Gading Wetan kecamatan Wangkal kabupaten Probolinggo yang didirikan pada tahun 1962. Yayasan Kholafiyah Hasaniyah adalah satu-satunya yayasan yang ada di kecamatan Wangkal kabupaten Probolinggo, karena satu-satunya lembaga Islami yang setara dengan

SD, lembaga tersebut semakin maju dan banyak masyarakat yang menyekolahkan anak-anaknya pada lembaga itu. Lebih jelasnya lihat profil dibawah ini :

Nama : Yayasan Kholafiyah Hasaniyah

Propensi : JATIM

OTODA : Probolinggo

Kec : Wangkal

Desa/Kel : Gading Wetan

Jl. & Nomor : Jl. Raya gading Wetan No:

Kode Pos : 67285

Telepon : Kode Wilayah : 0334 Nomor : 844494

Faximil/Fax : Kode Wilayah : - Nomor : -

Daerah :  Perkotaan  Pedesaan

Status :  Negeri  Swasta

Kel. Sekolah :  Intri  Model  Filial  Terbuka

Tahun Berdiri : Th. 1962

Bangunan :  Milik Sendiri  Bukan

Jrk Ke Pst Kec : 1 Km

Jrk Ke Pst KOTADA : 36 Km

### VISI Dan MISI

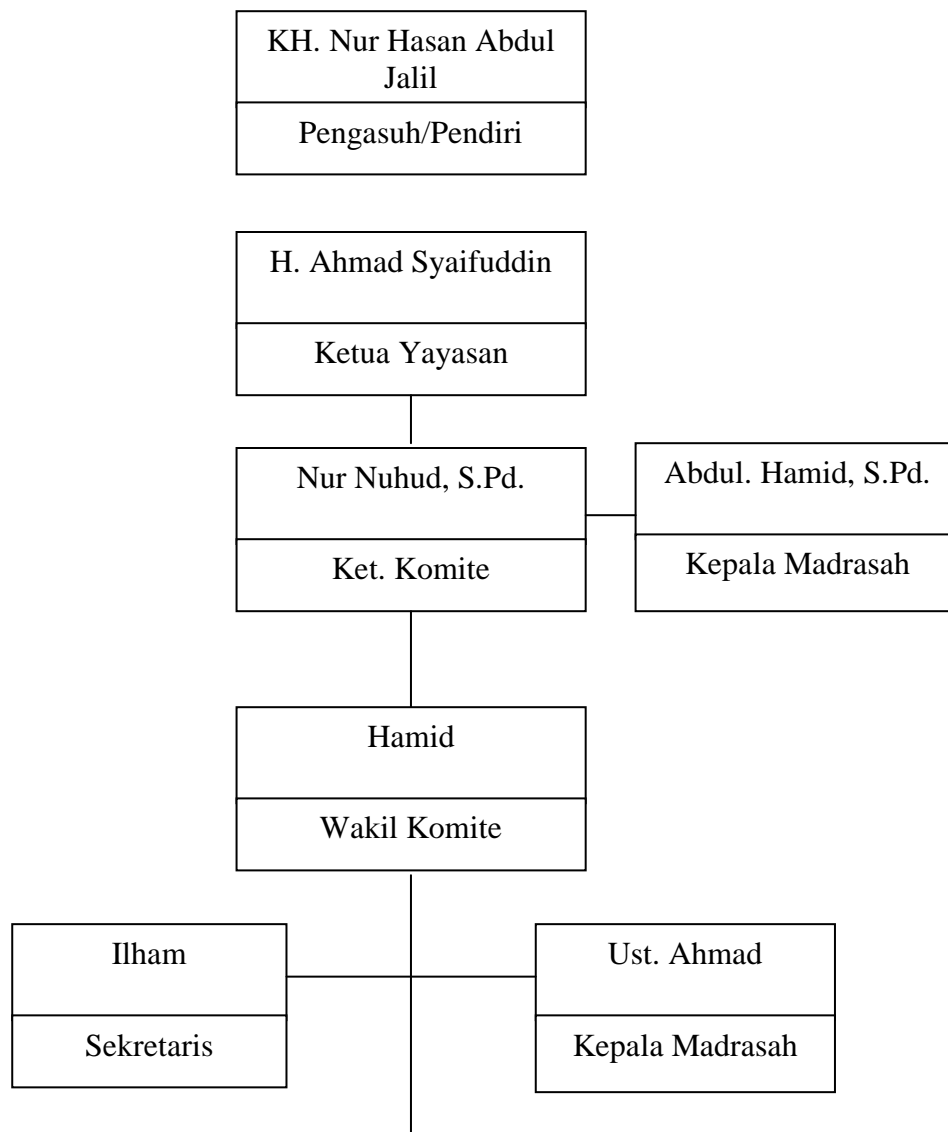
#### Visi :

1. Membina generasi dengan IMTAQ dan IPTEK menuju generasi unggul

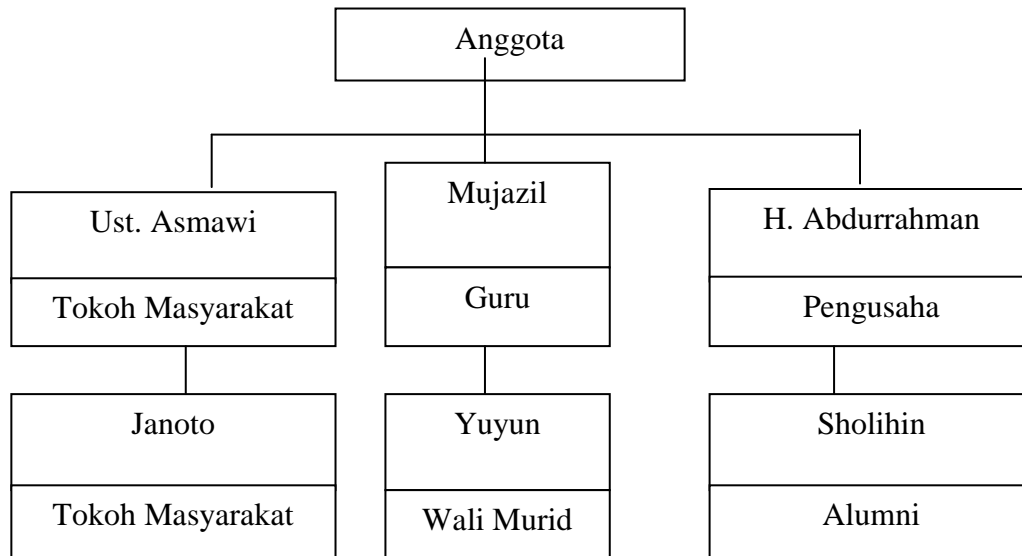
#### Misi :

1. Membekali siswa dengan akidah, keluhuran akhlak, dan pemahaman keilmuan sebagai dasar pengembangan ditingkat selanjutnya
2. memberikan layanan yang berkualitas kepada siswa sesuai dengan perkembangan dan mental, fisik, dan tuntutan jaman
3. pppengembangan potensi diri sebagai pondasi pengembangan kecakapan hidu

**Struktur Yayasan Kholafiyah Hasaniyah  
Gadind Wetan – Gading – Probolinggo**







c. K. Ahmad Juaini As'Ad, S.Pd.I

K. Ahmad Juaini As'Ad, S.Pd.I adalah pengasuh Pondok Pesantren Raudlatul Istiqomah yang semula berdomisili di Desa Randukining Pajajaran Probolinggo akibat lokasi kurang mendukung untuk mengembangkan suatu lembaga pendidikan, terpaksa harus mencari lokasi baru untuk dapat mengembangkan lembaga pendidikan tersebut.

Pondok Pesantren Raudlatul Istiqomah merupakan salah satu dari elemen pendidikan bangsa ini. Lembaga ini secara resmi bernama: Lembaga Pondok Pesantren Raudlatul Istiqomah

Pondok Pesantren Raudlatul Istiqomah didirikan pada tanggal 24 Desember 1960 Pondok Pesantren Raudlatul Istiqomah awalnya menggunakan ciri pendidikan salaf sebagai pola dasar pendidikannya. Yakni pola pendidikan yang melestarikan corak pengajaran berbasis kitab kuning salaf sebagai ciri khas

pengajaran dan pendidikannya. Karena berubahnya zaman dan berkembangnya teknologi maka pendidikannya berubah menjadi pendidikan salaf dan umum.

Alamat dan letak geografis Pondok Pesantren Raudlatul Istiqomah yang beralamat di desa Suko Kec. Maron Kab. Probolinggo Kod.Pos 67276 Jawa timur.

Dasar-dasar pengembangan Pesantren FATAHILLAH diarahkan pada pendidikan sesuai dengan kebutuhan zaman akan tetapi pendidikan pesantren pada setiap satuan pendidikan tetap memperkuat jati dirinya sebagai bagian dari Pesantren Salafiyah,yaitu "mempertahankan metodologi yang lama dan mempergunakan metodologi yang baru yang lebih baik".

Dasar tersebut diatas itulah yang dijadikan pedoman bagi pengembangan pendidikan Pesantren Raudlatul Istiqomah yang ditandai dengan dibukanya MI Raudlatul Istiqomah, Mts. Raudlatul Istiqomah, MA. Raudlatul Istiqomah, dan hingga kini didirikan PAUD, TK dan SD Raudlatul Istiqomah. Dengan menggunakan metodologi yang baru dalam konsep pembelajarannya yang dapat memperkuat jati diri lulusan pendidikan pesantren tetap berpegang teguh pada moralitas, budi pekerti yang luhur dan konsep penanaman ibadah sebagai bagian dari ketuntasan belajar dan bagian jati dirinya.

### VISI dan MISi

#### Visi:

1. Terwujudnya PP dan Lembaga Yayasan yang khas, unggul dalam Ilmu pengetahuan dan teknologi berdasarkan iman dan taqwa

Misi:

Menyelenggarakan lembaga PP. Dan Lembaga Yayasan yang berciri khas agama Islam dengan mewujudkan :

1. Lingkungan PP. Dan lembaga dengan fasilitas yang memadai, kondusif dan agamis.
2. Pembinaan ekstra-kurikuler secara optimal sesuai minat –bakat santri/siswa.
3. Pembiasaan shalat berjema'ah, shalat sunnah dan tartil Al-Qur'an serta ucapan kalimat thoyyibah.

Tujuan

Setelah santri/siswa didik selama 3 dan seterusnya diharapkan :

1. Mampu secara aktif melaksanakan Ibadah dengan benar dan tertib
2. Khatam Al-Qur'an dan tartil
3. Berakhlaq mulia (Akhlakur Karimah)
4. Mampu berbicara dengan Bahasa Inggris dan Bahasa Arab

**Tabel I**  
**Data Siswa dan Guru Pada Lembaga-lembaga Pendidikan**  
**Yayasan Raudlatul Istiqomah Desa Suko Kec. Maron Kab. Probolinggo**  
**Tahun Pelajaran 2007 – 2008**

No	Nama Lembaga	Jumlah Siswa		Jumlah Guru		Nama Kepala	Ket
		L	P	L	P		
1	PAUD (Taman Bermain Raudlis)	19	16	-	6	Dra. Suhartiningsih	
2	TK. Raudlatul Istiqomah	8	7	-	3	Sutriyana	
3	SDI Raudlatul Istiqomah	5	5	2	2	Moh. Yasin, S.Pd	
4	MTs. Raudlatul Istiqomah	41	33	9	7	Moh. Thohirin, S.PdI	
5	MA. Raudlatul Istiqomah	38	29	13	6	Syaiful Anwar, S.Pdi	
6	MI. Banin Raudlatul Istiqomah	84	52	22	2	M.Faishol, A.Ma	
7	MTs. Diniyah Raudlatul Istiqomah	10	5	7	-	Adi Kurniawan, A.Ma	

**Susunan Tata Kerja ( Job Discription )Pengurus**  
**Pondok Pesantren Raudlatul Istiqomah**  
**Suko Maron Probolinggo Periode 2005-2006**

**TUGAS-TUGAS**

1. Kepala Pondok
  - a. Memimpin dan melaksanakan kegiatan-kegiatan santri putra, dalam melaksanakan tugas tersebut bertanggung jawab kepada ketua III kepesantrenan.
  - b. Dalam melaksanakan tugas-tugas dan program pesantren dibantu oleh bagian-bagian.

- c. Landasan program kepesantrenan adalah Anggaran Rumah Tangga Yayasan, dalam hal ini ketua III kepesantrenan
  - d. Dalam melaksanakan tugasnya dibantu oleh seorang wakil kepala pondok.
2. Wakil Kepala
- e. Dalam melaksanakan tugasnya, wakil kepala pondok membantu kepala pondok.
  - f. Wakil kepala pondok melaksanakan tugasnya sebagaimana bab I apabila kepala pondok berhalangan tetap.
3. Bagian-bagian
- g. Bagian-bagian dalam kepengurusan pondok pesantren terdiri dari bagian-bagian:
 

1. Bagian Sekretaris	4. Bagian Kesehatan
2. Bagian Bendahara	5. Bagian Instalasi
3. Bagian Keamanan	6. Bagian Kesenian

**Yayasan Raudlatul Istiqomah al-basitiyah**

**Suko Maron Probolinggo**

Pendiri : KH. Abdul Basit As,ad

Pembina : Ahmad Juaini As'ad, S.Pd I

KH. Ali Munib As'ad

Drs. KH. Ali Maimun As'ad

Muhammad Fatihul Birri

Pengurus :

- a. Ketua : Izzul Islam, S.Pd  
Syaiful Anwar, S.Pd I
- b. Sekretaris : Nur Achmad  
Abd. Hafidz, A.Ma
- c. Bendahara : Moh. Shodiqin, A.Ma  
Abu Hasan

Pengawas :

- 1. Machfud, S.Pd
- 2. Misman Makhalli, S.Ag
- 3. Djumadi, S.Pd
- 4. Moh. Yasin, S.Pd
- d. K. Zulkarnain Huda

K. Zulkarnain Huda adalah putra dari KH. Nurul Huda Maksum (penasehat PP. Subulussalam) yang didirikan oleh KH. Maksum.

Pondok Pesantren Subulussalam didirikan pada tanggal 20 Oktober 1951. Pondok Pesantren Subulussalam awalnya menggunakan ciri pendidikan salaf sebagai pola dasar pendidikannya. Yakni pola pendidikan yang melestarikan corak pengajaran berbasis kitab kuning salaf sebagai ciri khas pengajaran dan pendidikannya. Karena berubahnya zaman dan berkembangnya teknologi maka pendidikannya berubah menjadi pendidikan salaf dan umum.

Pondok pesantren Subulussalam terletak di Desa Kapasan Kecamatan Pajarakan kabupaten Probolinggo. Jalur yang ditempuh yaitu, keselatan Pajarakan pas di sebelah utaranya PP. Genggong.

Adapun lembaga-lembaga yang ada di dalam pesantren itu adalah, PAUD, MI, Mts, dan MA Subulussalam.

### VISI DAN MISI

#### Visi :

1. Menyiapkan generasi muda sebagai pemimpin di masa yang akan datang yang berakhlakul karimah, berilmu pengetahuan dan bertakwa.

#### Misi :

1. Mendidik generasi muda agar menguasai Ilmu pengetahuan dan menjadi manusia yang beriman berguna bagi masyarakat dan agama.
2. Menyiapkan generasi muda yang memiliki skil keterampilan yang bermamfaat bagi masa depannya, baik dibidang IMTEK maupun IMTAK.

### **Struktur Personalia**

#### **PP. Subulussalam Kapasan Pajarakan Probolinggo**

**(2006-2008)**

1. Penasehat : K.H. Nurul Huda Maksu
2. Pengasuh Putra : K. Zulkarnain Huda
3. Pengasuh Putri : Ny. Nikmatul Mauda
4. Kepala Pondok : Murokib
5. Waka : Musaffa'

- 6. Sekertaris : Andi
- 7. Bendahara : Subur
- 8. Sek. Kebersihan : Andri Wahyudi
- 9. Keamanan : Fahmi Hasan
- 10. Humas : Zahriyatus Sufiah
- 11. Kesehatan : Kiswatun Jamilah

e. KH. Zainul Arifin, BA

KH. Zainul Arifin, BA adalah seorang Pengasuh PP. Miftahul Jannah putera dari KH. Ahmad Muhibban (pendiri PP. Miftahul Jannah) yang berdomisili di Desa Wangkal kabupaten Probolinggo yang didirikan pada tahun 1956. PP. Miftahul Jannah adalah satu-satunya lembaga pesantren yang tertua di kecamatan Wangkal kabupaten Probolinggo, karena satu-satunya lembaga Islami yang tertua di Kecamatan Wangkal, sehingga lembaga tersebut lebih dominan dalam menampung dari santri-santri sehingga semakin maju dan banyak masyarakat yang menyekolahkan anak-anaknya pada lembaga itu. Lebih jelasnya lihat profil KH. Zainul Arifin, BA dibawah ini :

- 1. MI. Darul Ulum
- 2. PGA 6 tahun
- 3. Aktif Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan BP
- 4. Kepala sekolah MTS Mifahul Jennah 1980-2000
- 5. Pengurus NU Ketua MWC
- 6. Anggota DPR 2 priode



7. Pengasuh PP. MJ
8. Bendahara IKAMI (Ikatan cendikiawn Muslim Indonesia)

### **Pengurus pondok pesantren miftahul jannah**

#### **Tahun 2007-2012**

Pelindung	: Yayasan PP. Miftahul Jannah
Pendiri	: KH. Ahmad Muhibban
Pengasuh	: K.H. Zainul Arifin BA
Sekretaris	: M. Sholihin SPd.I
Bendahara	: H. Abd. Rahman
seksi Kepdidikan	: M. Fauzan Addin MPd.I
Seksi Humas	: Ahsan Nuruddin
Seksi Pengembangan SDM	: Drs. Jusali Albadri
seksi Pendanaan	: H. Sholihuddin
Seksi Bidtren	: Aziz Amir Amrullah

#### VISI dan MISI

##### Visi :

1. Pondok pesantren adalah tempat ibadah mencari ilmu guna mendekatkan diri kepada Allah SWT.
2. Pondok pesantren harus menjadi sumber pengetahuan agama Islam, pengetahuan umum, dan tetap berjiwa pondok pesantren.

##### Misi :

1. Membentuk pribadi umat yang unggul dan berkualitas yang berahlakul karimah
2. Berpikiran bebas selaras dengan ajaran agama Islam.
3. Berkhidmat kepada pondok pesantren dan masyarakat.
4. Mempersiapkan warga Negara yang berkepribadian Indonesia dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

### **B. Hasil Wawancara dengan Kiai-kiai**

Dalam wawancara ini peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan terhadap kiai-kiai dengan pertanyaan-pertanyaan yang sama tentang shalat khusyu' dan pelatihan shalat khusyu', yaitu:

1. Seperti apa shalat dalam keadaan khusyu' itu menurut kiai? Jawaban kiai-kiai tersebut sama yaitu, menyembah Allah seolah-olah engkau melihat dia, karena walaupun engkau tidak melihatnya Allah melihat engkau, dan pendapat K. Zulkarnain Huda selaku pengasuh PP. Subulussalam Pajarakan sediki berbeda kalimat sedangkan maksudnya sama yaitu, memutuskan sesuatu selain Allah.
2. Bagaimana cara melatih diri kiai untuk mencapai kekhusyukan dalam shalat? jawaban dari kiai-kiai tersebut yaitu, sebelum shalat badan, pakaian, dan tempat shalat harus bersih dan wangi, karena tidak bersih atau bau itu sesuatu yang bisa menghilangkan konsentrasi dalam shalat. Contoh: ketika dalam shalat waktu sujud sajadah kita bau otomatis kita tidak berpikiran keshalat lagi maka kita berpikiran pada bau itu. Dan juga ushakan ketika

shalat tidak shalat dibelakangnya orang yang memakai baju bergambar seperti kartun atau sebagainya, itu juga akan menghilangkan kekhusyukan kita dalam shalat.

3. Setujukah kiai terhadap pelatihan shalat khusyu' sebagaimana yang dijelaskan dalam bukunya Abu Angkan?sebelum pertanyaan ini peneliti lontarkan pada kiai-kiai tersebut, peneliti menjelaskan terlebih dahulu bagaimana pelatihan shalat menurut Abu Sangkan. setelah selesai menjelaskannya, peneliti menanyakan pertanyaan tersebut. Dan kiai-kiai menjawab "iya sangat setuju". Karena dalam melatih konsentrsi/khusyu' kita harus menyiapkan yang dzohir (jazad)dulu kemudian yang bathin (ruh), kalau semuanya itu sudah siap pasti kita bisa mencapai kekhusyukan.

### **C. Paparan Data Hasil Penelitian**

Dari penelitian yang telah penulis lakukan, diperoleh data bahwa dalam melatih kekhusyukan dalam shalat memerlukan upaya yang sungguh-sungguh dan latihan terus menerus dari orang-orang yang mengerjakan shalat tersebut. Hal ini disebabkan karena segala sesuatu tidak bisa langsung dicapai tanpa latihan secara terus menerus.

Sesuai dengan judul skripsi yang penulis susun, yaitu Persepsi Kiai Terhadap Pelatihan Shalat Khusyu' (Studi Kasus Pada Kiai-kiai Probolinggo), maka laporan ini hanya penulis fokuskan pada masalah-masalah berikut ini :

1. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu'.
  2. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat.
  3. Persepsi kiai tentang latihan dzikir dan do'a.
- 1. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu'.**

Dari hasil wawancara dengan kiai-kiai Probolinggo yaitu, KH A. Nizar Ja, far, KH. Nur Hasan Abdul Jalil, K. Ahmad Juaini As'ad, S.Pd I, K. Zulkarnain Huda, K.H. Zainul Arifin BA, menunjukkan adanya upaya-upaya yang tidak jauh beda antara kiai-kiai tersebut dalam latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu', untuk itu peneliti akan menjadikan satu paparan dari semua persepsi-persepsi antara kiai yang satu dengan kiai yang lain yakni :

Jika hendak berwudhu, hendaklah Anda berniat dengan penuh konsentrasi, dengan maksud menghilangkan hadats kecil. Kemudian lakukan hal-hal berikut ini supaya wudhu' kita sempurna dan memenuhi semua yang wajib dan yang sunat.

a. Mencuci tangan

Cuci kedua telapak tangan kita tiga kali sambil membaca bismillah dan alhamdulillah. Jika berwudhu, dalam bejana, janganlah memasukkan

tangan ke dalamnya karena kotoran yang menempel ditangan terbawa air yang di alirkan di tangan tersebut.

Membasuh tangan membuat syaraf-syaraf yang tegang menjadi kendur dan tenang kembali.

b. Mencuci mulut

Mencuci/berkumur tiga kali dan lakukan secara maksimal, disamping itu gosokkan siwak atau sikat, atau jari telunjuk untuk menghilangkan kotoran sisa makanan yang ada pada gigi. Karena kotoran yang tersisa dimulut akan mengganggu kekhusyukan kita dalam shalat.

c. Mencuci lubang hidung

Lubang hidung adalah tempat keluar-masuknya kotoran yang berterbangan dan terhirup oleh hidung sehingga akan menimbulkan pernafasan kita menjadi kurang sempurna. Maka dari itu perlu kita bersihkan . Dengan membersihkan sesering mungkin kotoran-kotoran tersebut, hidung akan bersih dan pernafasan kita akan lebih lancar sehingga baik untuk kesehatan paru-paru kita caranya yaitu:

Masukkan air ke dalam hidung tiga kali, untuk kemudian keluarkan tiga kali juga, sehingga hidung kita bersih. Berkumur dan memasukkan air ke dalam hidung dilakukan dengan tangan kanan, sementara mengeluarkannya dengan tangan kiri.

d. Membasuh muka

Basuh wajah Anda tiga kali, mulai dari bagian tumbuhnya rambut (dahi atas) sampai bagian bawah dagu. Jika Anda berjenggot lebat, Anda harus menyela-nyelanya, yakni memasukkan jari-jari tangan Anda yang sudah dibasahi dengan air ke celah-celah rambut.

Mencuci muka ini akan membuat wajah selalu segar dan bersih. Juga bermamfaat untuk melancarkan peredaran darah. Disaat Anda mengguyurkan air ke muka, rasakanlah kesegaran air sambil dzikir kepada Allah. Ini akan mengantarkan kita dalam kekhusyukan.

e. Membasuh tangan hingga siku-siku

Basuh kedua tangan hingga siku-siku Anda tiga kali disertai gosokan supaya air menyerap kedalam pori-pori sampai benar-benar merata, lakukan dengan sebelah kanan kemudian sebelah kiri.

Mandi tangan dan siku ini sangat bermamfaat untuk mengatasi kondisi pembekakan di daerah tangan lengan dan bahu, disamping akan memulihkan fisik yang kelelahan

f. Mengusap kepala

Usap semua bagian kepala Anda dengan kedua telapak tangan Anda, mulai bagian depan kepala sampai bagian belakang, kemudian kembali ke depan lagi supaya air masuk kedalam kulit dan menembus ke dalam otak.

Anda akan merasakan segar kembali sehingga pikiran menjadi jernih. Apabila ini dilakukan dengan sempurna dan diniatkan untuk menterapi pikiran, maka membasuh kepala sangat baik untuk menghindari penyakit

*stress* dan tekanan darah tinggi, serta melancarkan aliran darah ke otak dan berfungsi sebagai “tonik” yang kuat terhadap pusat-pusat syaraf

g. Mengusap telinga

Usaplah kedua telinga Anda dengan air baru, setelah mengusap kepala, caranya usap kedua telinga dengan memasukkan jari telunjuk dan kemudian memutarinya ke bagian dalam telinga, dan pada saat yang bersamaan Anda memutar ibu jari Anda di sekitar telinga bagian luar. Lebih baik lagi dengan memijit-mijit, kerana di area terdapat titik-titik akupunktur. Syaraf-syaraf yang berhubunagan dengan organ-organ yang lainnya dapat dibangkitkan sehingga aliran darah yang tersumbat akan kembali lancar. Pijat di telinga sebagai terapi dapat pula menurunkan emosi.

h. Membasuh kaki

Basuh kedua kaki Anda tiga kali disertai gosokan.pastikan bahwa air sudah merata, termasuk ke telapak kaki dan mata kaki. Lakukan penyelaan ke jemari kaki Anda dengan memasukkan air di sela-selanya supaya air bisa merata ke semua permukaan kulit. Mulailah dengan kaki kanan, baru kemudian kaki kiri.

air memiliki wujud yang lembut dan menyegarkan, sungguh sangat memungkinkan bila air mampu menterapi mental orang yang sedang *stress*. Baik dengan mengguyur atau merendam seluruh maupun sebagian anggota tubuh kita

## **2. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat**

Dalam melakukan shalat ketenangan jasmani maupun rohani sangat diperlukan untuk mencapai kekhushyukan dalam shalat. Dalam hal ini penulis akan memaparkan hasil wawancara dengan kiai-kiai tentang *latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat*.

Karena hasil wawancara tidak ada perbedaan antara persepsi kiai yang satu dengan kiai yang lain, maka peneliti akan memaparkan hasil wawancara menjadi satu paparan yaitu sebagai berikut:

### a. Nama Tuhan yang Manggetarkan

Ini adalah merupakan permulaan atau persiapan untuk melakukan gerakan dan bacaan-bacaan dalam shalat, disini kita memusatkan pikiran kita kepada satu tujuan yaitu menghadap Sang Khalik Sang Penguasa alam semesta, dan pikirkan kalau kita dalam pengawasan-Nya, sehingga kita merasa gemetar dan tunduk kepada-Nya. Persiapkan anggota tubuh kita tuk memulai shalat.

### b. Sang Aku Naik ke Langit (mi'raj)

Disitulah kita mengembalikan jiwa raga kita kepada-Nya, berfikirlah kalau kita sedang ada di depan-Nya tiada sesuatu apapun disekitar kita kecuali Sang khalik yang berada di depan kita.

Sadarkan bahwa sang kita adalah ruh yang murni, yang berada di atas tubuh, di atas pikiran, di atas perasaan, di atas sedih. Lepaskan pelan-



pelan ruh kita lalu bergeraklah untuk hadir menuju Zat Yang Maha Tak Terhingga. Diamlah sejenak sehingga Anda adalah sesuatu yang terpisah dengan tubuh dan sensasi instrumennya. Kita adalah ruh murni yang bersih, yang selalu sadar kepada Allah untuk kembali, *innalillahi wainnailaihi rajiun.*

Posisi ini merupakan pembebasan (kemerdekaan) bagi jiwa dari dorongan untuk mengikuti nafsu-nafsu yang muncul dari tubuh kita. Ia akan selalu berada di atas tubuh kita, sehingga ia tidak mudah terseret dan diombang-ambing oleh laluri tubuhnya.

Bertakbirlah dengan: “*Allahu Akbar*”..... lepaskan ruh kita sehingga terarah kepada yang Maha Besar, yang Tak Terbatas. Pertahankan keadaan yang laus dan bebas. Biarkan sampai kita tidak merasa goyah lagi. Teguhkan bahwa kita adalah berasal dari tiupan Ilahi, yang akan menangkap kalam-kalam Ilahi. Diamlah agar kita benar-benar murni, kita akan merasakan getaran yang menyelimuti halus sekali. Kemudian lakukan sikap memasrahkan diri.

*“Sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidupku dan matiku mengikuti zat yang Maha Mengatur Alam Semesta.* Kemudian dilanjutkan rukuk.

#### c. Rukuk

Sesudah membaca beberapa ayat Al-Quran dalam posisi berdiri (*qiyam*), kemudian membungkuk (*ruku'*), meluruskan punggung seraya membaca, “maha suci Tuhanku, Mahaagung, dan segala puji

bagi-Nya,” yang diulang minimal tiga kali, KH. Nur Hasan Abdul Jalil menambahkan bacaan ruku’ boleh dibaca lima, tujuh dan maksimal sepuluh itu kalau shalat berjemaah, kalau shalatnya sendirian lebih banyak itu diperbolehkan.

Membungkukkan kepala dan badan dalam rukuk mempunyai makna bahwa kita setia dan pasrah diri pada Allah. Sang hamba mengakui kerendahannya dengan menundukkan kepala di depan Allah serta meminta rahmat dan berkah dari-Nya.

Tunduk yang sempurna ketika ruku’ adalah hati yang tunduk kepada Allah dan merasa rendah di hadapan-Nya batin maupun lahirnya.

Karenanya, pada waktu ruku’, nabi saw mengatakan :

*“Maha Suci Tuhanku Yang Maha Agung”* (HR. Muslim)

Kalimat tersebut dibaca secara berulang-ulang pada lisan dan hatinya supaya rasa tunduknya menjadi kuat dan sempurna kepada Allah SWT

Jika sikap rukuk ini dilaksanakan secara sempurna maka penyakit yang bersumber pada ruas tulang belakang dapat dihindari, seperti nyeri tulang belakang (*acute lumbago*) dan nyeri bahu. Sementara itu, jiwa menjadi tenang dan tunduk mengikuti kemauan penciptanya

d. I’tidal (sikap pengembalian)

Sikap pengembalian, dilakukan dengan berdiri kembali setelah melakukan rukuk. Diamlah sebentar dan biarkan tulang-tulang

kembali pada posisinya semula. Dengan melakukan gerakan *I'tidal* agak lama, memberikan kesempatan agar aliran darah dari otak turun kembali keseluruh tubuh. Pada saat sama, secara kejiwaan kita mengatakan, bahwa Allah Maha Mendengar doa dari orang yang memuji-Nya, ini berarti penerimaan kesetiaan dan doa kita. Di sini Allah menyuruh kita memohon apa yang kita inginkan (*sami'allahu liman hamidah*).

Biarkan suasana itu terasa sampai mantap. Jangan terburu-buru untuk bersujud. Dalam kondisi seperti ini, tubuh akan secara otomatis menjadi rileks dan santai. Kondisi dimana otak tidak bekerja optimal, seperti pikiran anak kecil berpikir tanpa pola dan tanpa persepsi. Yang dirasakan hanya getaran yang mengalir ke sekujur tubuh yang mengangkat perasaan lepas, setelah suasana terasa tenang, anggota tubuh telah terasa santai baru melanjutkan gerakan selanjutnya yaitu sujud.

#### e. Sujud

Persepsi K. Zulkarnain Huda, sujud adalah puncak penyadaran diri terhadap hakikat kita, bahwa kita adalah hamba Allah yang terbuat dari tanah dan akan kembali keasalnya yaitu tanah.

Dalam keadaan sujud ini akan menghancurkan kesombongan dan keangkuhan kita serta membawa kita pada kesetiaan dan kerendahan di hadapan Allah. Dengan menempatkan bagian tubuh kita yang paling

berharga, kepala, di tanah, menyampaikan penghormatan tertinggi pada Allah Yang Mahabesar dan Mahakuasa dengan mengatakan, “Mahasuci tuhanku Yang mahatinggi.”<sup>63</sup>

Posisi sujud mempunyai dampak positif baik secara fisik maupun spritual. Pada saat sujud, seseorang disadarkan bahwa dirinya adalah makhluk yang rendah, makhluk yang lemah. Kemudian diperkuat dengan terapi kalimat yang memiliki getaran transendental yang akan membawa orang semakin masuk dalam diri yang bening:

*Subhanarabiyal a’la wabihamdihi (Maha Suci Tuhan Yang Maha Tinggi dan Maha Terpuji ).*

Dua sujud ini akan menguatkan sifat tawadhu’, memuliakan dan mengagungkan Allah SWT. Kerena sujud jika dilakukan hanya sekali maka pengaruhnya masih lemah. Sehingga dengan dua kali sujud mata hatinya menjadi terketuk dan tampak pengaruhnya pada waktu itu. Sehingga rasa harapnya untuk mendapatkan rahmat Allah SWT nyata-nyata dikabulkan.

#### f. Duduk iftirasy

Dalam duduk iftirasy ini di anjurkan untuk tidak terburu-buru, karena di dalamnya terdapat bacaan doa yang mengajak kita untuk berkomunikasi kepada Allah, meminta pertimbangan, memohon

---

<sup>63</sup> Wawancara dengan K. Zulkarnain Huda, Pengasuh PP. Subulssalam Kapasan Pajarakan Probolinggo, tanggal 22 September 2008

kesejahteraan, dan kesehatan maupun ampunan. Secara psikologis manusia akan merasa lega setelah melampirkan persoalan yang menghimpitnya kepada sahabat yang paling dekat. Ia akan merasa puas apabila sang sahabat memberikan tanggapan dan empati yang menenangkan, menghibur dan memberinya jalan keluar. Keadaan itu masih terasa sampai ke esokan harinya. Persoalan dalam dadanya terasa dicabut.

g. Tasyahhud awal dan akhir

Pada gerakan inilah kita sedang berhadapan dengan Allah (*musyhadah*) di sini kita melakukan penghormatan yang paling tinggi kepada Allah dan menundukkan hati agar keberkatan itu mengalir ke dalam hati kita. Diamlah sejenak dan rasakan respons keberkatan tersebut

Ucapkan salam kepada Nabi kita agar rahmat dan keberkahan dari Allah SWT selalu tercurahkan kepadanya, dan ucapkan salam pada ruh kita semua dan ruh hamba-hamba yang saleh yang berada di sisi Allah.

Dan di sini kita berikrar dengan sungguh-sungguh atas kebenaran Allah dan Rasulnya, serta berdoa kepada Allah agar Allah mengalirkan salawat kepada Rasulullah dan keluarganya sebagaimana Allah telah membeirkan salawat kepada Nabi Ibrahim dan keluarganya.

Setelah itu diamlah sejenak, kemudian tutuplah dengan salam.

### 3. Persepsi Kiai Tentang Latihan dzikir dan doa

#### a. Dzikir

Menurut KH. A. Nabil Nizar, di antara hal-hal yang membuat seseorang konsekuen dan terus-menerus berzikir kepada Allah adalah: mengikhlaskan segala amal perbuatan untuk Allah SWT. semata, membaca Al-Qur'an dengan merenungkan serta memahami kandungan maknanya, mempelajari *sirah* (sejarah) Nabi Muhammad SAW. Dan selalu mengikuti gerak-gerik beliau, *tafakkur* alam (yaitu, selalu memikirkan penciptaan langit, bumi, dan semua makhluk yang ada di antara keduanya), memilih teman-teman yang shalih, dan mempelajari ilmu-ilmu yang bermamfaat.<sup>64</sup>

Sedangkan menurut KH. Nur Hasan Abdul Jalil selaku pendiri Yayasan Kholafiah Hasaniyah, bahwa merenungkan makna dzikir, memahami arti, dan mengucapkannya secara fasih serta jelas, sangatlah diperlukan saat membaca dzikir. Karena, dengan ketiga hal di atas, hati menjadi lebih berkonsentrasi dan akan menghadirkan keagungan dan kemuliaan Allah SWT.<sup>65</sup>

Menurut K. Zulkarnain Huda selaku pengasuh PP. Subulussalam ini berpendapat bahwa yang harus diperhatikan oleh seseorang saat berdzikir adalah: menjaga kebersihan badan, menjaga kebersihan tempat yang digunakan berdzikir, memilih waktu yang tepat (seperti sepertiga malam), juga memilih tempat-tempat

---

<sup>64</sup> Wawancara dengan KH. A. Nabil Nizar, Pengasuh dan Penasehat PP. Fatahillah Sumberkerang Gending Probolinggo, tanggal 21 September 2008

<sup>65</sup> Wawancara dengan KH. Nur Hasan Abdul Jalil, Pendiri Yayasan Kholafiyah Hasaniyah Gading Wetan Probolinggo, tanggal 7 Oktober 2008

yang tenang dan mulia yang banyak berkahnya (seperti masjid, raudhah, dan lain sebagainya).<sup>66</sup>

K.H. Zainul Arifin BA selaku pengasuh PP. Miftahul Jannah Wangkal beliau mengatakan seorang muslim harus senantiasa membaca dzikir dan membiasakannya. Ia selalu menjaga dan menyempatkannya waktu untuk membacanya, dan tidak menyepelekan untuk mengqadha' (mengganti) jika lupa, seperti dzikir pagi dan petang.

Jika bisa menjaga dikir pagi dan petang, juga dzikir-dzikir lainnya pada setiap kesempatan yang berbeda insya Allah ia akan mendapatkan kekhusyukan dan ia termasuk orang-orang yang banyak berdzikir kepada Allah; yaitu dalam golongan *adz-dzaakiriina Allah katsira*.<sup>67</sup>

b. Doa merupakan inti dari peribadatan

Hakikat doa adalah seorang hamba menampakkan bahwa dirinya benar-benar membutuhkan Allah Yang Maha Suci, dengan melepaskan diri dari segala kekuatan dan daya manusia, serta hanya berlindung kepada Dzat Yang Maha Kuat dan Maha Mulia.

Berdoa itu adalah tali yang sangat kokoh, yang seorang hamba senantiasa bergantung padanya ketika ia berjalan untuk mengerjakan suatu amalan, ataumelangkah maju dalam setiap keadaan.

---

<sup>66</sup> Wawancara dengan K. Zulkarnain Huda, Pengasuh PP. Subulssalam Kapasan Pajarakan Probolinggo, tanggal 22 September 2008

<sup>67</sup> Wawancara dengan KH. Zainul Arifin BA, Pengasuh PP. Miftahul Jannah Wangkal Probolinggo, tanggal 4 Februari s/d 29 Maret 2008

Perumpamaan doa adalah ibarat obat yang ada di hadapan seorang penderita suatu penyakit. Maka, sangatlah tidak benar jika seorang yang sakit ini meninggalkan berobat, dan hanya berpasrah terhadap takdir Allah. Jika Allah mentakdirkan sembuh, pasti sembuh, dan jika tidak, pasti tidak sembuh, sama saja meminum obat atau tidak.

Demikian pula dengan doa. Sangatlah tidak patut jika seseorang muslim meninggalkan berdoa, dengan alasan berpasrah kepada takdir yang ditentukan Allah, tanpa memohon apapun kepada Allah SWT. Padahal, doa adalah intisari atau pokok ibadah seseorang hamba kepada Allah.

Orang yang berakal adalah yang berusaha keras dalam mengerjakan banyak sebab dengan penuh kegigihan dan keikhlasan, tidak hanya berpasrah pada takdir yang ada. Setelah ia berusaha keras, barulah ia memasrahkan diri terhadap hasil yang akan diberikan Allah kepadanya.<sup>68</sup>

---

<sup>68</sup> Wawancara dengan kiai-kiai (KH. A. Nizar Ja'far, KH. Nur Hasan Abdul Jalil, Ahmad Juaini As'ad, S.Pd I, K.H. Zainul Arifin BA, K. Zulkarnain Huda)



## **BAB V**

### **PENUTUP DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pemaparan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

**1. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air (*hydro therapy*) ketika berwudhu'.**

Sebagaimana yang telah dijelaskan peneliti di bab pembahasan bahwa persepsi kiai-kiai tentang latihan relaksasi dengan terapi air ketika berwudhu' yaitu: *mencuci tangan, mencuci mulut/kumur-kumur, mencuci lubang hidung, mencuci muka, membasuh tangan hingga siku-siku, mengusap kepala, mengusap telinga, dan membasuh kaki disertakan dengan menyebut nama Allah*. Dengan terapi semua itu secara terus menerus, jasmani maupun rohani kita akan siap untuk melakukan shalat dengan khusyu'.

**2. Persepsi kiai tentang latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat.**

Begitu juga dalam latihan relaksasi ini para kiai-kiai menganjurkan untuk membiasakan latihan relaksasi dan olah kejiwaan di dalam gerakan raka'at dan bacaan shalat, yaitu: *Nama Tuhan yang Manggetarkan, Sang Aku Naik ke Langit (mi'raj), Rukuk, I'tidal (sikap pengembalian), Sujud, Duduk iftirasy, Tasyahhud awal dan akhir*.

Dengan melakukan gerakan dengan rilek/tenang dan memahami bacaan-bacaan dan disertai dengan tawadu' dalam shalat akan menjadikan shalat kita menjadi khusyu'.

### **3. Persepsi kiai tentang latihan dzikir dan doa**

#### **a. Dzikir**

Bahwa merenungkan makna dzikir, memahami arti, dan mengucapkannya secara fasih serta jelas, dan tempat yang bersih serta tenang, sangatlah diperlukan saat membaca dzikir. Karena, dengan ketiga hal di atas, hati menjadi lebih berkonsentrasi dan akan menghadirkan keagungan dan kemuliaan Allah SWT

#### **b. Doa merupakan inti dari peribadatan**

Berdoa itu adalah tali yang sangat kokoh, yang seorang hamba senantiasa bergantung padanya ketika ia berjalan untuk mengerjakan suatu amalan, atau melangkah maju dalam setiap keadaan.

Perumpamaan doa adalah ibarat obat yang ada di hadapan seorang penderita suatu penyakit. Maka, sangatlah tidak benar jika seorang yang sakit ini meninggalkan berobat, dan hanya berpasrah terhadap takdir Allah. Jika Allah mentakdirkan sembuh, pasti sembuh, dan jika tidak, pasti tidak sembuh, sama saja meminum obat atau tidak.

Demikian pula dengan doa. Sangatlah tidak patut jika seseorang muslim meninggalkan berdoa, dengan alasan berpasrah kepada takdir yang ditentukan

Allah, tanpa memohon apapun kepada Allah SWT. Padahal, doa adalah intisari atau pokok ibadah seseorang hamba kepada Allah

## **B. Saran**

1. Diharapkan kepada kiai-kiai Probolinggo untuk meningkatkan pelatihan shalat khusyu' terhadap santri-santri yang diasuhnya
2. Untuk semua orang muslim shalatlah dengan penuh kekhusyukan, karena shalat yang khusyu' itu sungguh akan mendatangkan kebahagiaan.

## DAFTAR RUJUKAN

[www.Nursyifa.net](http://www.Nursyifa.net)

Imam al Ghazali, *Dibalik ketajaman mata hati*, Pustaka Amani, Jakarta, 1997.

Kartini Kartono, *Psikologo Umum*, Alumni Bandung, 1984.

Bimo Walgito, *Pengantar Psikolo Umum*, Andi Offsed, Yogyakarta, 1994.

Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Umum*, Alumni Bandung, 1984.

Muthmainnah, *Jembatan SURAMADU: Respon Ulama Terhadap Industrialisas,i*  
Yogyakarta: LKPSM, 1998.

Labib Mz, *Tuntunan Shalat*, Cipta Karya, Surabaya,, 2002.

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT. Bima  
Aksara, Jakarta, Cetakan VI, 1989

<http://osdir.com/ml/culture.religion.healer.mayapada/2006-09/msg00102.html>

Sangkan Abu, *Pelatihan Shalat Khusyu'*, Baitul Ihsan, Jakarta Pusat, 2006.

Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi*, Bulan Bintang, Jakarta, 1976

Atkinson dkk, *Pengantar Psikologi Jilid II*, Intereksa Batam, 1987

Su'adah, Fauzik Lendriyono, *Pengantar psikologi*, Bayumedia publishing, Malang,  
2003

Moebiman,1970

Wicket dalam Ziemek,1986

Syafi'I A, *Shalat yang khusyu'*, Remaja Rosdakarya, Bandung, 1994

- Musbikin Imam, *Rahasia Shalat*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007
- Rahman Afzalur dan dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007
- <http://osdir.com/ml/culture.religion.healer.mayapada/2006-09/msg00102.html>
- [www.mualaf.com](http://www.mualaf.com)
- Thib Raya Ahmad, Musdah Mulia Siti, *Menyelami Seluk-Beluk Ibadah Dalam Islam*, Kencana, Jakarta Timur, 2003
- Shodiq Mustika Muhammad, *Pelatihan Shalat S.M.A.R.T*, Hikmah, Jakarta, 2007,
- Terapi air*, terjemahan Sudarmadji. Lading Pustaka & Intimedia.
- Wijayakusuma Hembing. *Hikmah Shalat untuk Pengobatan*, Pustaka Kartini, 1994.
- Ayyaub, Hasan Muahammad, *Panduan Beribadah khusus Pria*, Almahira, Jakarta, 2007
- Rahman Afzalur dkk, *Energi Shalat*, Jakarta, 2007
- Maulana Syed Muhammad Zauqi syah, *bimbingan Bagi para murid Spiritua*, PM-xx-xxx-xx, Lumpur, 2001
- Abdu Misa, *Menjernihkan Batin dengan Shalat khusyu'*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2007
- Rahman Afzalur dan dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007
- Haryanto Sentot, *Psikologi Shalat*, Mitra Pustaka, 2003
- Hembing. op. cit
- Rahman Afzalur dkk, *Energi Shalat*, Seramb Ilmu Semesta, Jakarta, 2007.
- Ahmad bib Abdullah Isa, *Ensiklopedi Doa dan Wirid Shahih*, Pustaka eLBA, Surabaya, 2007

Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian*, Rineka Cipta, Jakarta, 2002

Hasan Iqbal, *Pokok-pokok Materi metodologi penelitian*, Galia Indonesia, Jakarta, 2002

Wawancara dengan K. Zulkarnain Huda, Pengasuh PP. Subulussalam Kapasan Pajarakan Probolinggo, tanggal 22 September 2008

Wawancara dengan KH. A. Nabil Nizar, Pengasuh dan Penasehat PP. Fatahillah Sumberkerang Gending Probolinggo, tanggal 21 September 2008

Wawancara dengan KH. Nur Hasan Abdul Jalil, Pendiri Yayasan Kholafiyah Hasaniyah Gading Wetan Probolinggo, tanggal 7 Oktober 2008

Wawancara dengan K. Zulkarnain Huda, Pengasuh PP. Subulssalam Kapasan Pajarakan Probolinggo, tanggal 22 September 2008

Wawancara dengan KH. Zainul Arifin BA, Pengasuh PP. Miftahul Jannah Wangkal Probolinggo, tanggal 4 Februari s/d 29 Maret 2008

Wawancara dengan kiai-kiai (KH. A. Nizar Ja'far, KH. Nur Hasan Abdul Jalil, Ahmad Juaini As'ad, S.Pd I, K.H. Zainul Arifin BA, K. Zulkarnain Huda)

# **LAMPIRAN**





**DATA SANTRI**  
**PONDOK PESANTREN RAUDLATUL ISTIQOMAH**  
**SUKO MARON PROBOLINGG**

No	Nama	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Alamat
1	M. Faishol, A.Ma	Probolinggo	19 Agustus 1983	Tiris Probolinggo
2	Syaiful Anwar, S.Pd.I	Probolinggo	01 Desember 1977	Wangkal Gading Probolinggo
3	Adi Kurniawan, A.Ma	Probolinggo	06 Mei 1978	Condong Gading Probolinggo
4	Moh. Shodiqin, A.Ma	Lumajang	10 Desember 1981	Sememu Pasirian Lumajang
5	Abuhasan	Lumajang	13 Maret 1983	Tempursari Kedungjajang Lumajang
6	Moh. Thohirin, S.Pd.I	Lumajang	09 Maret 1981	Suco Pasrujambe Lumajang
7	Isnaini Yusuf, A.Ma	Probolinggo	11 Mei 1987	Matekan Besuk Probolinggo
8	Abd. Hafidz, A.Ma	Lumajang	16 April 1983	Suco Pasrujambe Lumajang
9	Moh. Bakir	Probolinggo	07 Juli 1984	Kertosono Gading Probolinggo
10	Aly Syafi'i, A.Ma	Probolinggo	25 Juli 1981	Matekan Besuk Probolinggo
11	Ma'ruf Adnan	Probolinggo	25 Maret 1979	Tiris Probolinggo
12	Arofiq, A.Ma	Lumajang	26 April 1984	Tunjung Randu Agung Probolinggo
13	Moh. Tuhfah, PKP	Probolinggo	15 Mei 1985	Duren Tiris Probolinggo
14	Nur Achmad	Probolinggo	07 Januari 1977	Matekan Besuk Probolinggo
15	Moch.Kholid	Situbondo	02 Februari 1982	Selowego Bungatan Situbondo
16	Abd.Hamid	Lumajang	04 Mei 1981	Tempursari Kedungjajang Lumajang
17	Saiful Islam	Probolinggo	14 September 1985	Wangkal Gading Probolinggo
18	Moh Yasin	Lumajang	01 Oktober 1980	Tunjung Randu Agung Probolinggo
19	Islamul Haq, A.Ma	Probolinggo	24 April 1984	Matekan Besuk Probolinggo
20	Moch. Qusyairi	Probolinggo	04 Mei 1985	Matekan Besuk Probolinggo
21	Niman Taufiq	Probolinggo	06 Januari 1980	Wangkal Gading Probolinggo
22	Nur Qosim	Probolinggo	26 November 1982	Wonoasri Probolinggo
23	Sholehuddin	Situbondo	13 Mei 1983	Tegal Cina Melandingan Situbondo
24	Sulaiman	Probolinggo	16 April 1985	Jrebeng Lor Kedupok Probolinggo
25	Jamiluddin	Lumajang	25 Mei 1985	Ranu Pakis Klakah Lumajang
26	Asy'ari	Probolinggo	15 April 1986	Tiris Probolinggo
27	Ubaidillah, A.Ma	Probolinggo	23 Agustus 1987	Alasnyor Besuk Probolinggo
28	Syamsul Arifin, A.Ma	Jember	02 Mei 1986	Cakru Kencong Jember

29	Syamhadi	Probolinggo	10 April 1983	Roto Krucil Probolinggo
30	Moh. Huri	Lumajang	09 September 1988	Sememu Pasirian Lumajang
31	Sullamudin	Probolinggo	01 Maret 1988	Sumber Duren Krucil Probolinggo
32	Khusnul Basuki	Lumajang	11 Mei 1990	Tempursari Kedungjajang Lumajang
33	Fikri Hidayat	Probolinggo	21 Juni 1985	Wangkal Gading Probolinggo
34	Syamsuddin	Probolinggo	07 Juli 1984	Jangkang Tiris Probolinggo
35	Jalaluddin	Probolinggo	16 Juni 1989	Sumber Watu Gading Probolinggo
36	Sahrto	Probolinggo	05 Juni 1988	Sokaan Krejengan
37	Saiful Bahri	Probolinggo	02 April 1985	Wangkal Gading Probolinggo
38	Moh. Sonillah	Probolinggo	11 Oktober 1989	Jrebeng Kidul Wonoasih Probolinggo
39	Muhyiddin	Situbondo	12 Agustus 1985	Asem Bagus Situbondo
40	Abd. Wahfi	Probolinggo	27 Juli 1985	Karanganyar Bantaran Probolinggo
41	Hadi Ervan Efendi	Probolinggo	05 November 1985	Krucil Probolinggo
42	Nurul Arifin	Lumajang	07 September 1993	Tempursari Kedungjajang Lumajang
43	Ahmad Husen	Lumajang	16 Januari 1991	Tempursari Kedungjajang Lumajang
44	Samsul Munir	Lumajang	22 Januari 1993	Tempursari Kedungjajang Lumajang
45	Agus Setiawan	Lumajang	17 Mei 1990	Tempursari Kedungjajang Lumajang
46	Muhammad Syamsu	Lumajang	17 Juni 1994	Tempursari Kedungjajang Lumajang
47	Abd. Mujib	Lumajang	10 Oktober 1993	Tempursari Kedungjajang Lumajang
48	Khoirul Anam	Lumajang	05 Desember 1993	Tempursari Kedungjajang Lumajang
49	Solehuddin	Lumajang	30 Mei 1992	Tempursari Kedungjajang Lumajang
50	Imam Syafi'i	Lumajang	15 Mei 1989	Tempursari Kedungjajang Lumajang
51	Faizun (Emba)	Lumajang	15 Juli 1986	Tempursari Kedungjajang Lumajang
52	Baidawi	Probolinggo	16 Februari 1990	Rawan Krejengan Probolinggo
53	Holili	Probolinggo	10 Mei 1988	Kertosuko Krucil Probolinggo
54	Didik Wahyudi	Probolinggo	09 Juni 1994	Kertosuko Krucil Probolinggo
55	Akbar Guluh	Probolinggo	14 Mei 1988	Brani Wetan Maron Probolinggo
56	Latifi	Malang	13 September 1988	Padomasan Jombang Jember
57	Nur Yasin	Lumajang	13 Mei 1985	Jatisari Kedungjajang Lumajang
58	Zainal Abidin	Probolinggo	03 November 1992	Opo-opo Pendil Probolinggo
59	Roby Iriyanto	Probolinggo	08 Juni 1986	Bulu Kraksaan Probolinggo
60	Zainal Abidin	Probolinggo	24 Agustus 1983	Lagundi Bantaran Probolinggo

61	Fais Hasan Yamani	Probolinggo	06 April 1986	Wangkal Gading Probolinggo
62	M. Nawawi	Probolinggo	19 Juli 1989	Penambangan Pajarakan Probolinggo
63	Abd. Kholik	Probolinggo	05 Oktober 1993	Nogosaren Gading Probolinggo
64	Hizbullah Nyanta	Probolinggo	07 September 1988	Jrebeng Kidul Wonoasih Probolinggo
65	M. Sofa	Lumajang	10 Juni 1991	Sumber Wringin Klakah Lumajang
66	Salman Al-Farisi	Probolinggo	18 Juli 1988	Bima Pakuniran Probolinggo
67	Sulaiman (Sentul)	Probolinggo	09 Januari 1988	Betek Taman Gading Probolinggo
68	M. Zuhri	Probolinggo	24 Juli 1986	Jatiurip Krejengan Probolinggo
69	Suhermanto	Probolinggo	14 Desember 1989	Jrebeng Kidul Wonoasih Probolinggo
70	Sorrofuddin	Probolinggo	14 Desember 1988	Wedusan Tiris Probolinggo
71	Junaidi	Situbondo	10 Juli 1990	Selobanteng Banyu Glugur Situbondo
72	Choiruddin	Probolinggo	05 Januari 1991	Jrebeng Lor Kedupok Probolinggo
73	Mustaqim	Probolinggo	05 Juni 1990	Sumber Duren Krucil Probolinggo
74	Rahmat Fiqi Romadhoni	Probolinggo	13 Maret 1994	Bremi Krucil Probolinggo
75	Rudi Prasityo	Probolinggo	17 Juni 1995	Kertosuko Krucil Probolinggo
76	Abd. Rohman	Probolinggo	25 Maret 1988	Roto Krucil Probolinggo
77	Moh. Rofi'e	Bondowoso	04 Januari 1991	Ardisaeng Wringin Bondowoso
78	Moh. Sholeh Wafi	Probolinggo	04 Juli 1990	Sumber Duren Krucil Probolinggo
79	M. Nurus Soleh	Probolinggo	01 Januari 1989	Bremi Krucil Probolinggo
80	Miftahul Ulum	Probolinggo	04 Agustus 1993	Bago Pakuniran Probolinggo
81	Imam Arifin	Jember	10 September 1991	Cakru Kencong Jember
82	Misbahul Anwar	Probolinggo	26 Maret 1995	Kareng Kidul Wonomerto Probolinggo
83	Syaifur Rohman	Probolinggo	18 Mei 1992	Bremi Krucil Probolinggo
84	Samsul Arifin (Krucil)	Probolinggo	07 Agustus 1990	Krucil Probolinggo
85	Abd. Kadir	Probolinggo	05 Maret 1988	Ranuagung Tiris Probolinggo
86	M. Ishaq	Lumajang	15 November 1990	Suco Pasrujambe Lumajang
87	Bahrul Ilmi	Probolinggo	14 Februari 1992	Pekalen Maron Probolinggo
88	Mustofa	Probolinggo	12 Januari 1991	Ranuagung Tiris Probolinggo
89	Abd. Aziz	Probolinggo	16 November 1993	Sumber Duren Krucil Probolinggo
90	Misbahul Hasan	Probolinggo	05 Maret 1991	Ranuagung Tiris Probolinggo
91	Samsi Ridwan	Lumajang	05 Januari 1995	Jatisari Kedungjajang Lumajang
92	Mahmud Salim	Lumajang	06 September 1994	Jatisari Kedungjajang Lumajang

93	Ibnu Husnaini	Bondowoso	15 Mei 1988	Ambulu Wringin Bondowoso
94	Nasir Abu Fiki	Probolinggo	04 April 1991	Taman Paiton Probolinggo
95	M. Haris	Probolinggo	06 Juli 1986	Andung Biru Tiris Probolinggo
96	M. Fauzan	Probolinggo	11 September 1986	Tiris Probolinggo
97	Tufa Ali Wafa	Probolinggo	13 Januari 1990	Tiris Probolinggo
98	Faizul Mustaqim	Probolinggo	26 Februari 1991	Tiris Probolinggo
99	Zainul Jalil	Probolinggo	12 Mei 1990	Matekan Besuk Probolinggo
100	Imam Hambali	Lumajang	30 Mei 1989	Tempursari Kedungjajang Lumajang
101	Saman	Probolinggo	29 Mei 1992	Andung Biru Tiris Probolinggo
102	Misbahul Munir	Probolinggo	06 Januari 1988	Tiris Probolinggo
103	Fendi Abu Jahri	Lumajang	04 April 1993	Jatisari Kedungjajang Lumajang
104	Moh. Yunus	Probolinggo	14 Januari 1994	Wonorejo Maron Probolinggo
105	Khoirul Umam	Probolinggo	27 November 1994	Tiris Probolinggo
106	Solikin	Probolinggo	12 Januari 1991	Tiris Probolinggo
107	Rudianto	Probolinggo	17 Juni 1995	Kertosuko Krucil Probolinggo
108	Zamrotul Muhitiah	Lumajang	01 September 1990	Bondoyudo Sukodono Lumajang
109	Nur Yatimah	Lumajang	19 Agustus 1989	Tempursari Kedungjajang Lumajang
110	Nur Maulidiya	Lumajang	19 Oktober 1989	Sememu Pasirian Lumajang
111	Helmina	Probolinggo	16 Juni 1988	Matekan Besuk Probolinggo
112	Suhairiyah	Probolinggo	07 Agustus 1986	Krucil Probolinggo
113	Nurhaningsih	Probolinggo	18 Oktober 1987	Bremi Krucil Probolinggo
114	Suti Zulaikha	Probolinggo	05 Desember 1989	Wonorejo Maron Probolinggo
115	Sriwida Rahayu	Lumajang	05 Maret 1988	Jatiroto Lumajang
116	Yeni Indah Yati	Lumajang	06 Februari 1988	Tempursari Kedungjajang Lumajang
117	Firda Astutik	Probolinggo	02 Januari 1987	Besuk Probolinggo
118	Nur Hasanah	Probolinggo	05 Desember 1990	Suko Maron Probolinggo
119	Nur Halimah	Probolinggo	18 April 1992	Jangkang Tiris Probolinggo
120	Kartiningasih	Lumajang	11 April 1990	Gedangmas Randu Agung Lumajang
121	Faizah	Probolinggo	01 April 1991	Alaskandang Besuk Probolinggo
122	Sri Wahyuningsih	Probolinggo	06 November 1993	Jangkang Tiris Probolinggo
123	Anis Badriyah	Probolinggo	08 November 1993	Kedupok Probolinggo
124	Nurul Hidayatul Islam	Lumajang	12 Maret 1993	Nguter Pasirian Lumajang

125	Juhairiyah	Probolinggo	17 September 1994	Kareng Kidul Wonomerto Probolinggo
126	Endang Susilowati	Lumajang	19 Maret 1991	Tempursari Kedungjajang Lumajang
127	Hilbiatus Sofiana	Lumajang	10 Oktober 1992	Tempursari Kedungjajang Lumajang
128	Rustin Arimami	Lumajang	02 Juli 1988	Bondoyudo Sukodono Lumajang
129	Rohma Yuliani	Lumajang	18 Juli 1991	Tempursari Kedungjajang Lumajang
130	Salma Fitria	Lumajang	25 Juli 1994	Tempursari Kedungjajang Lumajang
131	Nur Fadilah	Lumajang	29 Februari 1991	Tempursari Kedungjajang Lumajang
132	Siti Romlah	Probolinggo	14 September 1991	Betek Taman Gading Probolinggo
133	Hamidah Takwa	Probolinggo	04 Agustus 1994	Betek Taman Gading Probolinggo
134	Neneng Barita	Probolinggo	01 September 1993	Bremi Krucil Probolinggo
135	Dewi Hajar Zam-zam	Probolinggo	10 Februari 1991	Suko Maron Probolinggo
136	Siti Zainab	Probolinggo	13 Mei 1990	Tiris Probolinggo
137	Haryanti	Probolinggo	26 September 1988	Kedaton Tiris Probolinggo
138	Hamidah	Probolinggo	15 April	Jurangjeruh Gading Probolinggo
139	Holisnawati	Probolinggo	17 Oktober 1990	Pesawahan Tiris Probolinggo
140	Siti Maisaroh	Probolinggo	05 Maret 1990	Tiris Probolinggo
141	Dewi Vita	Probolinggo	27 Februari 1991	Krucil Probolinggo
142	Siti Maimuna	Lumajang	14 Juni 1991	Sememu Pasirian Lumajang
143	Elfa Yunani	Probolinggo	20 Agustus 1994	Tiris Probolinggo
144	Najahatun	Lumajang	10 Juni 1991	Tempursari Kedungjajang Lumajang
145	Ula Fitriya	Lumajang	28 Desember 1988	Nguter Pasirian Lumajang
146	Ani Eka Prastiwi	Probolinggo	05 Februari 1995	Wonorejo Maron Probolinggo
147	Lalilatul Qomariah	Probolinggo	16 Juni 1995	Wonorejo Maron Probolinggo
148	Khosniah	Probolinggo	13 November 1992	Ganting Kulon Maron Probolinggo
149	Ika Putrianti	Malang	10 Oktober 1992	Jatiadi Gending Probolinggo
150	Luluk Nurmiati Ningsih	Probolinggo	20 Agustus 1993	Wonorejo Maron Probolinggo
151	Mariana Andang Dewi	Probolinggo	28 September 1995	Wonorejo Maron Probolinggo
152	Nur Hayati	Probolinggo	10 Oktober 1993	Suko Maron Probolinggo
153	Rova Novita	Probolinggo	03 Februari 1993	Wonorejo Maron Probolinggo
154	Riska Ningsih	Probolinggo	03 November 1993	Wonorejo Maron Probolinggo
155	Supriatin	Probolinggo	05 November 1991	Wonorejo Maron Probolinggo
156	Fitrianita	Probolinggo	29 September 1990	Ganting Maron Probolinggo

**DENAH LOKASI YAYASAN  
KHOLAFIYAH HASANIYAH  
GADING WETAN-GADING-PROBOLINGGO**

