

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Tinjauan Pustaka

Ada beberapa tinjauan pustaka yang mendukung penelitian ini, tinjauan pustaka merupakan kajian singkat tentang hasil penelitian, baik yang dibuat oleh mahasiswa maupun masyarakat umum yang berkaitan dengan penelitian ini. Tinjauan pustaka yang dilakukan peneliti guna menghindari unsur kesamaan dengan skripsi lain. penelitian menemukan pokok pembahasan penulisan antara lain:

Pertama, penelitian Memori Tutian (2017) yang berjudul “Fenomena Ziarah Makam Keramat Mbah Nurpiah Dan Pengaruhnya Terhadap Aqidah Islam”¹. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena makam mbah nurpiah merupakan salah satu tempat mustajabah untuk berdoa bagi para peziarah mulai dari mendoakan ahli kubur sampai berdoa secara khusus untuk diri sendiri seperti meminta untuk dimudahkan rezeki, jodoh, kecerdasan dan mengingat kematian agar menambah keimanan kepada Allah Swt. Penelitian ini merupakan jenis penelitian lapangan (field Research). Teknik pengumpulan data yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi serta dengan menggunakan pendekatan filosofis dan juga menggunakan metode deskriptif-kualitatif.

Kedua, penelitian Hana Nurrahman (2014) yang berjudul “ Tradisi Ziarah Kubur Studi Kasus Perilaku Masyarakat Muslim Karawang Yang

¹ Memori Tutian, *Fenomena Ziarah Makam Keramat Mbah Nurpiah Dan Pengaruhnya Terhadap Aqida h Islam*, Skripsi, (Lampung: Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Intan, 2017).

Mempertahankan Tradisi Ziarah Pada Makam Syeh Quro Di Kampung Pulobata Karawang”². Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ziarah kubur yang dilakukan oleh masyarakat karawang dan sekitarnya adalah kegiatan rutin dalam mendatangi makam terutama terhadap orang berjasa dalam menyebarkan agama Islam di daerah Karawang, mendoakan orang yang sudah meninggal, dengan tujuan beribadah untuk mendapatkan barokah serta mengingat tentang kematian dan akhirat. Dalam penelitian ini menggunakan metode pendekatan sosiologis dan antropologis.

Ketiga, penelitian Erliana Ayu Pratiwi (2010) yang berjudul “Karakteristik Wisatawan Ziarah Di Obyek Wisata Masjid Agung Demak”³. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa para wisatawan yang berkunjung ke Masjid Agung Demak mempunyai tujuan untuk mendoakan arwah para sultan dan mohon doa pribadi pada Allah SWT. Agar diberikan ketenangan dan ketentraman hidup, diberikan berkat rezeki dan juga ampunan atas dosa-dosa yang dilakukan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif.

Keempat, penelitian Dwi Astuti Wulandari (2018), “Menumbuhkan nilai budi pekerti Masyarakat Jawa mawas diri dengan Logo Terapi”⁴. Hasil penelitian ini mengatakan bahwa Penanaman sikap mawas diri haruslah ada pada diri sendiri serta dukung oleh lingkungan dimana dukungan ini akan

² Hana Nurrahman, *Tradisi Ziarah Kubur Studi Kasus Perilaku Masyarakat Muslim Karawang Yang Mempertahankan Tradisi Ziarah Pada Makam Syeh Quro Di Kampung Pulobata Kaeawang*, skripsi, (Jakarta: Fakultas Adab dan Humaniora UIN Syarif Hidayatullah, 2014).

³ Erliana Ayu Pratiwi (2010) yang berjudul “*Karakteristik Wisatawan Ziarah Di Obyek Wisata Masjid Agung Demak*”. Skripsi, (Semarang: Ilmu Sosial Universitas negeri semarang ,2010).

⁴ Dwi Astuti Wulandari, *Menumbuhkan nilai budi pekerti Masyarakat Jawa mawas diri dengan Logo Terapi*, Jurnal Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Vol.2, No 1, 2018, h.155.

membuat individu merasa percaya diri. Penelitian ini menggunakan metode Panca cara temuan makna dimana kehidupan harus memiliki makna agar dapat berhasil maka akan tercapai kebahagiaan yang hakiki yang membawa pada sikap mawas diri dalam bermasyarakat.

Kelima, penelitian Wiwien Dinar Pratisi (2012),”konsep mawas diri Suryomentaram dengan regulasi emosi”⁵. Hasil penelitian ini mengatakan bahwa perbedaan dan persamaan antara konsep mawas diri Suryomentaram dengan regulasi emosi persamaannya terletak pada tujuan akhir, peran dan fungsi, pendekatan kognitif serta generalisasi sedangkan perbedaannya terletak pada penggunaan istilah dengan tahapan yang terjadi. Penelitian ini menggunakan studi komparatif dengan pendekatan kualitatif.

Keenam, penelitian Istiana Kuswardani (2009) yang berjudul” Ngamuk Dan Psikoterapi Mawas Diri Suryomentaram”⁶. Hasil penelitian ini mengatakan bahwa ngamuk sebagai bentuk gangguan kontrol diri yang banyak muncul di Jawa, dipahami oleh orang Jawa hanya muncul di Jawa (dan beberapa daerah maupun Asia) karena pengaruh budaya Jawa, maka pendekatan psikoterapi yang paling tepat adalah psikoterapi yang dikembangkan oleh seorang filosof Jawa dengan pemikirannya mengenai konsep mawas diri. Penelitian ini menggunakan etnografi kualitatif.

⁵ Wiwien Dinar Pratisi, *konsep mawas diri Suryomentaram dengan regulasi emosi*, Jurnal fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakar , Jawa Tengah, Vol.13, No.1, 2012, h.16.

⁶ Istiana Kuswardani, *Ngamuk Dan Psikoterapi Mawas Diri Suryomentaram*, Jurnal, Fakultas psikologi Universitas Setia Budi Surakarta, Jawa Tengah, Vol.14, No.1, h. 5.

Dapat disimpulkan dari beberapa tinjauan pustaka penelitian sebelumnya terdapat perbedaan dan persamaan dengan penelitian ini. Perbedaannya terletak pada objek maupun ruang lingkup kajian metode penelitian yang digunakan responden dan tempat penelitian. Adapun persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian skripsi ini yaitu sama-sama membahas mengenai ziarah Kubur namun dalam penelitian ini penelitian lebih memfokuskan pada korelasi kebiasaan ziarah kubur dengan perilaku mawas diri atau introspeksi diri.

B. Landasan Teori

1. Kebiasaan Ziarah Kubur

a. Pengertian kebiasaan

Menurut Joko mengatakan kebiasaan merupakan perbuatan manusia yang tetap dilakukan berulang kali dalam suatu kegiatan yang sama. Kadang-kadang, kebiasaan yang terbentuk adalah penerapan prinsip-prinsip atau rutinitas secara otomatis. kebiasaan juga merupakan rutinitas yang harus selalu hadir di dalam cara berpikir kita, tidak peduli apa yang sedang kita pikirkan.

Setiap kebaikan akan dibentuk oleh satu atau dua pertanyaan yang seharusnya cukup sering diajukan oleh sang pemikir kepada dirinya sendiri, ada berapa orang yang bisa mengingat semua kebiasaan itu dan beberapa orang hanya mengingat satu atau dua buah, namun kebiasaan itu penting dan akan muncul pada setiap tahap berfikir.⁷

⁷ Edward de Bono, *Revolusi Berfikri* (London, kalifa PT Mizan Pustaka, 2007), h. 171

Dalam pengertian tersebut penelitian menyimpulkan bahwa kebiasaan itu merupakan perilaku manusia yang secara otomatis dilakukan setiap hari, minggu, atau sebulan yang pastikan dilakukannya jika tidak dilakukan maka akan merasakan kurang merasa nyaman.

b. Pengertian ziarah kubur

Kalimat ziarah kubur sangat dikenal oleh masyarakat. Kata “Ziarah Kubur” terdiri dari 2 kata, yaitu ziarah dan kubur. Ziarah berasal dari bahasa Indonesia yang berarti kunjungan ke tempat yang dianggap keramat (atau mulia, makam, disebut). Sedangkan berziarah adalah berkunjung ke tempat yang dianggap keramat atau mulia untuk berkiriman doa. Secara harfiah, kata ini berarti kunjungan, baik kepada orang yang masih hidup atau yang sudah meninggal. Sedangkan secara teknis, kata ini menunjuk pada serangkaian aktivitas mengunjungi makam tertentu, seperti makam Nabi, sahabat, wali, pahlawan, orang tua, kerabat, dan lain-lain. Sedangkan dalam bahasa Indonesia kubur artinya lubang di tanah untuk menanamkan mayat; (tanah) tempat menanamkan mayat; makam. Sedangkan kuburan adalah tanah tempat menguburkan mayat; makam.⁸ Ada juga yang berpendapat bahwa ziarah artinya datang untuk bertemu dan kubur artinya tempat untuk menguburkan manusia. Dengan demikian ziarah kubur adalah mendatangi atau menziarahi seseorang yang telah dikuburkan, dikebumikan atau disemayamkan dalam kubur.⁹

⁸ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *op. cit.*, h. 766

⁹ M. Hanif Muslih, *Kesahihan Dalil Ziarah Kubur*, (Semarang : ArRidha, 1998), h. 7

Menurut Munzir al-Musawa, ziarah kubur adalah mendatangi kuburan dengan tujuan untuk mendoakan ahli kubur dan sebagai pelajaran (ibrah) bagi peziarah bahwa tidak lama lagi juga akan menyusul penghuni kuburan sehingga dapat mendekatkan diri kepada Allah S.W.T. Ziarah kubur juga dapat dikatakan sebagai mengunjungi suatu tempat yang dimulakan atau dianggap suci, misalnya mengunjungi suatu tempat yang dimuliakan atau dianggap suci, misalnya mengunjungi makam Nabi Muhammad SAW di Madinah seperti yang sering dilakukan oleh jamaah haji.

Dari beberapa pendapat di atas maka penelitian menyimpulkan bahwa ziarah kubur merupakan satu kegiatan yang melekat erat dengan budaya Indonesia yang mendatangi kuburan orang tua, kerabat dan wali untuk mendoakan ahli kubur tersebut.

Maka yang menjadi perhatian para peziarah khususnya bagi kaum muslim biasanya makam orang-orang yang sama hidupnya membawa misi kebaikan terhadap lingkungannya, yaitu:

- a.) Para Nabi dan pemimpin agama, mereka yang telah menyebarkan agama serta mengajarkan mereka terhadap hal-hal kebaikan yang sesuai dengan syair'at.
- b.) Para Wali, ulama dan ilmuan besar yang memberikan ilmu pengetahuan serta mengenakan manusia terhadap kitab Tuhan serta ilmu alam dan ilmu ciptaan.

c.) Kelompok orang-orang tertentu seperti kerabat, sahabat, saudara terdekat mereka yang mempunyai tali kasih atau pengorbanan semasa hidupnya.¹⁰

Dalam syair¹⁰at Islam, ziarah kubur itu bukan sekadar menengok kubur bukan pula sekadar tahu dan mengerti di mana ia di kubur, atau untuk mengetahui keadaan kubur atau makam, akan tetapi kedatangan seorang ke kubur adalah dengan maksud untuk mendoakan kepada yang di kubur muslim dan mengirim pahala untuknya atas bacaan ayat-ayat Al-Quran dan kalimat-kalimat Tayyibah seperti tahlil, tahmid, tasbih, shalawat dan lainnya. Banyak masyarakat Indonesia yang melakukan ziarah ke tempat-tempat orang-orang soleh atau seorang wali.

Islam memandang bahwa ziarah kubur itu diperbolehkan dan bisa dikatakan amal ibadah selama yang di ziarah itu adalah kaum Muslimin. Para peziarah yang diperbolehkan itu adalah para peziarah yang telah mempunyai akidah Islam yang kuat dan mengetahui hukum ziarah dan tujuannya. Jika para peziarah itu belum mempunyai akidah yang kuat hasil akan terjadi kekhawatiran bahkan cenderung berlebihan dan menyimpang dari norma-norma ajaran agama Islam. Pendeknya kesyirikan yang timbul Islam juga melarang kepada orang-orang muslim berziarah ke makam orang-orang Kafir, dan orang-orang munafik.

¹⁰ Syaikh Ja'far Subhani, Tawasul Tabarruk Ziarah Kubur Karomah Wali, (Jakarta: Pustaka Hidayah, 2001), Cet Ke-2, h. 55

Dalam penjelasan diatas menunjukan data historis kebiasaan ziarah ke makam sudah ada sejak sebelum Islam datang, namun jumlahnya dilebih-lebihkan, sehingga di masa awal Islam (610-622), Nabi Muhammad melarangnya. Seiring dengan perkembangan Islam yang disertakan dengan pemahaman yang cukup, maka kebiasaan ziarah dihidupkan kembali, bahkan dianjurkan oleh Nabi, karena hal tersebut dapat mengingatkan kepada hari akhir, sehingga diharapkan pelakunya dapat melakukan kontrol diri dan ^{bisa} sadarkan diri sendiri bahwa mereka akan sama sepertinya.

c. Dasar-dasar ziarah kubur

Pada zaman permulaan Islam Nabi Muhammad melarang kaum Muslimin menziarahi kuburan, karena dikhawatirkan terjadi kemusrikan dan pemujaan terhadap kuburan tersebut.¹¹ Apabila yang sudah mati itu adalah bermaksud orang yang saleh. Hal itu dikarenakan keadaan masyarakat di saat itu adalah termaksud orang yang saleh. Hal itu dikarenakan keadaan masyarakat di saat itu masih rentang keimannya, sehingga dikhawatirkan mereka cenderung melakukan perbuatan-perbuatan yang dilarang oleh agama Islam itu juga mereka dikhawatirkan datang ke kuburan untuk menyembah dan memujanya seperti yang dilakukan oleh masyarakat jahiliah.¹² Tetapi ketika akidah mereka kuat, barulah Rasulullah memperbolehkan mereka berziarah

¹¹ Syaiful Khoir Ziarah kubur dalam Konteks TuidUluhiah Perspektif Ibnu Taimiyah, (Surabaya, konsentrasi Pemikiran Islam, 2005), h.3

¹² Muhammad Sholikin, Ritual dan Tradisi Islam Jawa, (Yogyakarta: Narasi, 2010), h.338

kubur, itu dengan maksud agar mereka mendoakan orang-orang yang telah meninggal dunia (Ahli Kubur) agar mereka senantiasa mereka ingat akan mati dan ingat adanya hari kiamat.¹³

Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* melarang karena biasanya mayat-mayat mereka diziarahi orang-orang kafir dan menyembah berhala. Padahal Islam telah memutuskan hubungan mereka dengan kemusrikan. Tapi mungkin juga karena kelompok mereka yang baru masuk Islam, di atas makam mereka melakukan kebatilan dan mengeluarkan ucapan-ucapan yang bertentangan dengan ajaran Islam, dan setelah kukuhnya imam dihati para pengikutnya, maka larangan tersebut dicabut kembali, sebab terdapat manfaat yang dapat mendidik dalam ziarah kubur.¹⁴ Ziarah kubur, merupakan salah satu kebiasaan umat Islam yang tidak bisa dihilangkan dengan berbagai nilai Islam, dan tradisi-tradisi tersebut berusaha untuk di akulturasikan ke dalam Islam dan disatukan sedemikian rupa menjadi budaya bercita rasa Islam dan Islam yang bercita rasa lokal, melalui perpaduan yang meyakinkan tersebut dengan memakai doa-doa Islam, tahlil dan sebagainya.

إِنِّي نَهَيْتُكُمْ عَنْ زِيَارَةِ الْقُبُورِ فَزُورُوهَا فَإِنَّ فِيهَا عِبْرَةً

“Sesungguhnya dulu aku telah melarang kalian dari berziarah kubur, maka sekarang ziarahilah kubur, sesungguhnya pada ziarah kubur itu ada pelajaran (bagi yang hidup).”¹⁵

¹³ *Ibid*, h. 389.

¹⁴ Syaikh Ja'far Subhani. *Trawasul Tabarruk Ziarah Kubur Karamah Wali*, (Jakarta:Pustaka Hidayah, 1999), Cet. Ke-5, h.50.

¹⁵ HR. Ahmad (III/38), al-Hakim (I/374-375), dan al-Baihaqy (IV/77). Al-Hakim berkata: “Hadits Shahih sesuai dengan syarat Muslim dan disepakati oleh adz-Dzahabi.”

Maka ziarah kubur merupakan perbuatan yang dianjurkan oleh Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam*.

d. Kebiasaan Ziarah kubur dalam pandangan Islam

Kegiatan ziarah kubur sudah ada sejak masa pra-Islam. Hal ini ditandai dengan adanya permohonan kepada arwah orang yang meninggal, dan penyembuhan terhadap arwah para leluhur yang terjadi di berbagai belahan dunia. Pada masa jahiliah masyarakat Arab masih mempunyai kebiasaan menyembah, mengagungkan berhala dan juga arwah-arwah leluhur mereka. Masyarakat jahiliah menganggap berhala dan arwah leluhur mempunyai kendali atas kehidupan mereka dan juga bisa mewujudkan apa yang mereka inginkan. Budaya mengagungkan leluhur sudah menjadi sebuah tradisi yang mengakar kuat bagi mereka di masa jahiliah.¹⁶

Pasca meninggalnya Nabi Muhammad Saw, umat Islam mulai membuka diri bagi dunia luar, imbasnya adalah Islam mengalami perkembangan terutama dari sisi kuantitas pemeluknya. Begitupun ajaran Islam juga mengalami dinamika perkembangan. Ajaran Islam mulai ditafsirkan sesuai dengan keadaan sosial budaya pemeluknya. Penafsiran tersebut tidak selamanya sama, dan yang paling membuka ruang perselisihan adalah praktik-praktik keagamaan yang tidak ditemukan ^{pada} zaman Nabi.¹⁷ Sebuah praktik keagamaan yang sering

¹⁶ M. Misbahul Mujib, Tradisi Ziarah Dalam Masyarakat Jawa: Kontestasi Kesalehan, Identitas Keagamaan dan Komersial, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, Vol. 14, No. 2, Desember 2016), h.208.

¹⁷ Arifuddin Ismail, Ziarah Ke Makam Wali: Fenomena Tradisional di Zaman Modern, (Semarang: Balai Penelitian dan Pengembangan Agama Semarang, 2013), h.149

diberi label Islam populer. Islam populer (popular Islam) adalah praktik keagamaan yang dilakukan oleh masyarakat Islam tetapi tidak memiliki landasan normatif dan hukum dalam Islam. Lawan dari Islam populer adalah Islam resmi (official Islam). Diantara praktik keagamaan yang dianggap populer adalah tradisi ziarah, sebuah fenomena yang demikian umum dalam Islam. Secara historis dalam tradisi Islam, ziarah kubur merupakan bagian dari ritual keagamaan yang biasa dilakukan oleh umat Islam di seluruh penjuru dunia. Pada zaman permulaan Islam Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* melarang kaum muslimin menziarahi kuburan, karena dikhawatirkan terjadi kemusyrikan dan pemujaan terhadap kuburan tersebut,¹⁸ apalagi bila yang mati itu adalah termasuk orang-orang yang saleh. Namun, pada masa selanjutnya kemudian Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* memperbolehkan umat Islam untuk melakukan ziarah.

Namun di awal perkembangan Islam, ziarah kubur sempat dilarang oleh syariat. Pertimbangan akan timbulnya fitnah syirik di tengah-tengah umat Islam menjadi faktor terlarangnya ziarah kubur di waktu itu. Seiring perkembangan dan kemajuan Islam, larangan ini dihapus dan syariat menganjurkan umat Islam untuk berziarah kubur agar dapat mengambil pelajaran dari hal tersebut, di antaranya mengingat kematian yang pasti dan akan segera menjemput, sehingga hal tersebut

¹⁸ Syifa'ul Khoir, *Ziarah Kubur Dalam Konteks Tauhid Ubudiyah (Perspektif Ibnu Taimiyah)*, (Surabaya: Pasca Sarjana IAIN Surabaya, Konsentrasi Pemikiran Islam, 2005), h.3.

dapat melembutkan hati dan senantiasa mengingat kehidupan akhirat yang akan dijalani kelak. Rasulullah bersabda:

“Dulu aku melarang kalian untuk berziarah kubur. Ziarahilah kubur, sesungguhnya hal itu dapat melembutkan hati, meneteskan air mata, dan mengingatkan kan pada kehidupan akhirat. (Ingatlah) jangan mengucapkan perkataan yang batin ketika berziarah kubur.” (HR. Hakim).¹⁹

Ziarah kubur biasanya juga dilakukan dengan mengunjungi makam, makam keluarga, kerabat, tokoh masyarakat, ulama, wali dan nabi yang telah berjasa bagi perkembangan agama Islam. Ziarah bisa dilakukan kapan saja, tanpa ada batasan dalam waktu pelaksanaannya. Akan tetapi, para peziarah biasanya melakukan ziarah pada hari jum'at, menjelang hari raya Idul Fitri dan pada bulan-bulan tertentu saat perayaan hari besar.²⁰

1.) Hukum dan Pembagian Macam-macam Ziarah

Pensyari'atan ziarah kubur bagi kaum pria sebelumnya sudah ditegaskan oleh Imam Nawawi, namun kebolehan mengenai ziarah kubur bagi wanita, para ulama masih berselisih pendapat dalam hal tersebut. Terdapat beberapa pendapat ulama dalam masalah ini, namun secara garis besar pendapat tersebut terbagi menjadi dua kelompok, antara yang mengharamkan dan membolehkan atau menganjurkan. Pendapat yang kuat dalam permasalahan ini adalah pendapat yang

¹⁹ Zafwiyatur Safitri, persepsi Masyarakat terhadap Praktik Ziarah Kubur pada Makam Ulama Di Samalang, Skripsi, (Aceh, fakultas Ushuluddin dan Filasafat Universita Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, 2017), h.25

²⁰ M. Misbahul Mujib, Tradisi Ziarah Dalam Masyarakat Jawa: Kontestasi Kesalehan, Identitas Keagamaan dan Komersial,(Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, Vol. 14, No. 2, Desember 2016),h. 207.

mbolehkan wanita untuk berziarah kubur, akan tetapi yang patut diingat adalah mereka dilarang sesering mungkin berziarah kubur. Pendapat inilah yang menggabungkan berbagai dalil yang dikemukakan oleh dua kelompok tersebut.

Kebolehan berziarah kubur bagi wanita menuai berbagai macam pendapat, seperti hadis diatas yang memperbolehkan ziarah kubur bagi wanita tetapi tidak diperbolehkan untuk melakukannya sesering terlalu sering. Karena hal tersebut akan mengantarkan kepada perbuatan yang menyelisihi syair^{at} seperti berteriak, tabarruj (bersolek didepan non mahram), membuang-buang waktu dengan meratap secara berlebihan dan berbagai kemungkaran lainnya. Perbuatan inilah yang disebut

Dalam hadis sahih dari Abu Hurairah radiaallahu „nahu, “Sesungguhnya Rasulullah SAWA melaknati wanita yang sering menziarahi kubur” (HR. Ibnu Majah).

Al-Qurthubi rahimahullah mengatakan, ”Laknat yang bercantum dalam hadis tersebut hanyalah di peruntukkan bagi wanita yang sering berziarah kubur. Kemungkinan penyebab laknat tersebut dijatuhkan pada mereka adalah karena para wanita tersebut menyia-nyiakan hak suami (dengan sering keluar rumah), bertabarruj, tatapan dan perbuatan terlarang yang lainnya. Terdapat pendapat yang menyatakan apabila seluruh hal tersebut dapat dihindari, maka boleh memberikan izin

kepada wanita untuk berziarah kubur, karena mengingat kematian merupakan suatu perkara yang dibutuhkan oleh pria maupun wanita.²¹

Tidak semua ziarah yang dilakukan oleh kaum Muslimin sesuai dengan syariat. Para ulama dalam beberapa kitab telah menerangkan berbagai bentuk tata cara ziarah kubur yang sesuai dengan tuntutan Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam*, praktik para sahabat dan ulama salaf. Tidak luput, mereka juga menjelaskan berbagai praktik yang keliru ketika seseorang berziarah kubur, tentunya kekeliruan tersebut timbul disebabkan ketidaktahuan pelakunya. Dengan demikian, pengategorian praktik ziarah kubur yang dilakukan oleh kaum muslimin adalah suatu niscaya. Sehingga dengan adanya pengategorian tersebut, setiap muslim mampu mempraktekkan ziarah kubur tanpa perlu diiringi dengan berbagai kekeliruan. Dari penjelasan para ulama di berbagai kitab mereka, ziarah kubur terbagi tiga kategori sebagai berikut:

a.) Ziarah Syar'iyah

Ziarah syair²¹ adalah ziarah kubur yang sesuai dengan tuntutan Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam*. Mengenai tata cara ziarah yang dilakukan Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* seperti terdapat dalam hadis sahih yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah, “Beliau Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam* menziarahi kubur para

²¹ Ibnu Hajar Al-Asqani, Fath Al-bari bisyih Shahih Al-Bukhari,(Jakarta: Pustaka Azzam, jilid I, 2005), h.149.

sahabatnya untuk mendoakan dan meminta ampun bagi mereka. Inilah praktik ziarah kubur yang beliau tuntunkan dan syariatkan bagi umatnya. Ketika berziarah kubur, beliau memerintahkan umatnya untuk mengucapkan “Semoga keselamatan tercurah bagimu penghuni kampung kediaman kaum Muslimin dan mukminin. Dan kami Insya Allah akan segera menyusul kalian. Kami memohon kepada Allah agar mencurahkan keselamatan kepada kami dan anda sekalian”.

Demikianlah tuntutan beliau dalam berziarah kubur serupa dengan tuntutan beliau tatkala mendoakan dan meminta ampun bagi mayat dalam shalat jenazah.²² Dari hadits diatas penulis menyimpulkan bahwa ziarah syar'iyah merupakan ziarah yang paling sesuai dengan sunnah Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam*. Hal ini dikarenakan tujuan yang terdapat didalamnya.

b.) Ziarah Bid'Iyyah

Ziarah bid'iyyah adalah tata cara ziarah kubur yang menyelisihi tuntutan Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam* yang dapat mengurangi kesempurnaan tauhid dan dapat menghantarkan pada kesyirikan. Di antaranya adalah berziarah ke kubur dengan tujuan beribadah kepada Allah di sisi kubur, atau bertujuan untuk mendapatkan berkah (tabarruk). Tidak terdapat dalil sahih yang menyatakan keutamaan beribadah di samping kubur bahkan terdapat dalil yang sahih yang secara tegas melarang peribadatan di kuburan.

²² *Ibid*, h.151

Abdul Abas al Hairani rahimahullah mengatakan, “Ziarah bid’iyyah semodel dengan ziarah kubur yang dilakukan oleh Yahudi, Nasrani dan pelaku bid’ah yang menjadikan kubur para nabi, orang shalih sebagai tempat peribadatan. Padahal telah tersebar luas dalam berbagai kitab sahih dan lainnya bahwa beliau bersabda menjelang beliau wafat, “Allah melaknati Yahudi dan Nasrani karena menjadikan kubur para nabi mereka sebagai tempat peribadatan”, beliau memperingatkan umat dari perbuatan mereka. Aisyah berkata, “Seandainya bukan karena hal tersebut, tentulah beliau akan dimakamkan di pemakaman umum. Akan tetapi karena dikhawatirkan kubur beliau dijadikan tempat peribadatan maka beliau dimakamkan didalam rumah.”²³

Beliau rahimallah melanjutkan “Maka yang di maksud dengan tata cara bida’iyyah adalah seperti bersengaja untuk solat atau berdoa’a di samping kubur para nabi atau orang Saleh, menjadikan penghuni kubur tersebut perantara dalam doa’a, meminta pada penghuni kubur untuk menunaikan hayatnya, meminta pertolongan kepadanya atau bersumpah kepada Allah dengan perantaraan penghuni kubur atau yang semisalnya. Semua hal tersebut merupakan bida’ah yang tidak pernah dilakukan oleh seorang sahabat, tabii dan tidak juga dituntunkan oleh Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam*, tidak pula dicontohkan oleh Khulafaurrasyidin, bahkan para imam kaum Muslimin yang masyhur melarang seluruh hal tersebut.”

²³ Ibnu Taimiyah, *Majmu’ul Fatawa*, (Jakarta: Pustaka Az’am, jilid 24, 2008), h.334-335

Begitu pula mencari berkah dikuburan dengan mengusap atau menciumnya. Ini termasuk perbuatan yang tidak pernah dituntunkan Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* apalagi dipraktikkan para sahabat beliau *radiallahu ta'ala ajma'in*.

An nawawi rahimahullah juga mengatakan, “ barang siapa yang terbersit di benaknya bahwa mengusap tangan (di kubur Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* atau semisalnya) lebih mampu untuk mendatangkan berkah, maka hal tersebut berasal dari kebodohan dan kelalaian karena berkah hanya dapat diperoleh dengan amal yang sesuai syariat. Bagaimana bisa karunia Allah SWT diperoleh dengan melakukan amal yang menyelisihi kebenaran.” Abu Hamid al-Ghazali dalam bukunya *Ihya' 'Ulumuddin* mengatakan tabarruk terhadap kubur merupakan ciri kaum Yahudi dan Nasrani.

c.) Ziarah Syirkiyyah

Ziarah yang mengandung penentangan terhadap tauhid dan dapat menghilangkan keimanan. Di antaranya berziarah kubur dengan tujuan meminta bantuan dan pertolongan pada penghuni kubur, menyembelih kurban untuk penghuni kubur (sesajen). Hal tersebut merupakan bentuk beribadah kepada selain Allah dan apabila pelaku sebelumnya adalah orang Islam, maka dia telah murtad, keluar dari Islam.

Imam an nawawi rahimahullah mengatakan “Adapun menyembelih untuk selain Allah S.W.T ta'ala. Seperti orang menyembelih dengan

menyebut nama selain Allah ta'ala. Seperti orang yang menyembelih untuk berhala, salib, Musa, Isa alaihissalam, atau untuk ka'bah dan semisalnya. Seluruh perbuatan ini haram, daging sembelihannya haram dimakan, baik sipenyembelih seorang Muslim, Nasrani ataupun Yahudi. Demikian yang ditegaskan imam Asy-Syafi'i. Apabila si penyembelih melakukannya dengan diiringi pengapungan terhadap objek tujuan penyembelihan, yaitu makhluk selain Allah S.W.T dan dalam rangka beribadah kepadanya, maka hal ini merupakan kekafiran. Apabila pelaku sebelumnya adalah seseorang muslim, maka dengan perbuatan tersebut ia telah murtad.

2.) Ziarah Kubur Bagi Perempuan

Secara umum jika melirik kepada sejumlah hadis diatas maka ziarah kubur adalah disyariatkan dan hukumnya adalah sunnah. Namun para ulama kemudian membagi hukumnya bagi laki-laki dan perempuan, jumhur ulama berpendapat bahwa ziarah kubur hukumnya sunnah untuk laki-laki. Namun mereka berbeda pendapat dalam menetapkan hukum ziarah kubur bagi perempuan. Para ulama berbeda pendapat dalam hukum ziarah kubur bagi wanita, perbedaan tersebut muncul dari hadis berikut:

Dari Abu Hurairah RA, beliau berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam melaknati para wanita-wanita peziarah kubur(H.R Tirmidzi, Ibnu Majah, Ahmad).

3.) Ziarah Kubur dalam Pandangan Ulama Empat Mazhab di dalam

Islam

Para ulama mujtahid dari keempat mazhab yakni Mazhab Malik, Hanafi, Syafi'i dan Hanbali memiliki pendapat yang sama dalam ziarah kubur. Bahwa ziarah kubur ke makam Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* dan para sahabat adalah sunnah secara mutlak baik bagi laki-laki maupun perempuan.²⁴ Para ulama sepakat atas bolehnya berziarah kubur. Perbedaan pendapat hanya terletak pada boleh tidaknya kaum perempuan muslimah berziarah kubur. Sedangkan bagi kaum laki-laki muslim ulama sepakat atas sunnahnya ziarah kubur. Ulama juga sepakat bahwa ziarah kubur ke makam Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam*, para nabi yang lain dan orang soleh itu juga sunnah bagi laki-laki dan perempuan dengan syarat tertentu.

a.) Pandangan Mazhab Hanafi

Zainuddin Ibn Najim, seorang ulama mazhab Hanafi menyatakan, “Boleh ziarah kubur dan mendoakan mayat apabila mereka muslim tanpa menginjak kuburan karena sabda Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam* “Aku dulu melarang kalian ziarah kubur, sekarang berziarahlah.” Dalam Al Mujtaba dijelaskan bahwa ziarah kubur bagi perempuan adalah sunnah. Ada yang mengatakan haram. Yang paling sah adalah yang mengatakan kebolehan ziarah kubur bagi laki-laki maupun wanita. Rasulullah juga mengaj *shallallahu 'alaihi wa sallam* arkan ucapan salam pada yang mati. Ar-Romli mengatakan Apapun

²⁴<http://www.fatihsyuhud.net/ziarah-kubur-2-pendapat-mazhab-empat/>, diakses pada tanggal 23 januari 2021, jam 21.00.

perempuan apabila mereka hendak ziarah kubur apabila hal itu untuk memperbaharui kesedihan, tangisan dan keluhan seperti yang berlaku dalam tradisi mereka maka tidak boleh ziarah; maka di sini kaitannya dengan hadis “Allah melaknati wanita peziarah kubur”. Apabila untuk tujuan (mengambil pelajaran), silaturrahim, tabarruk (mengharap berkah) dengan berziarah pada kuburan orang soleh maka tidak apa-apa apabila wanita tua. Dan makruhnya hadir dalam shalat berjemaah di masjid.”

Ibnu Abidin, seorang ulama mazhab Hanafi mengatakan “menurut pendapat yang paling sahih dari mazhab Hanafi, yaitu pendapat Al-Kharkhi dan lainnya, bahwa bolehnya ziarah kubur itu berlaku bagi laki-laki dan perempuan.

Dari kedua pernyataan ulama mazhab Hanafi penulis menyimpulkan bahwa ziarah kubur bagi laki-laki maupun perempuan diperbolehkan dengan tujuan untuk mengambil pelajaran dan hikmah. Khusus untuk perempuan, mazhab Hanafi membedakan status hukum perempuan tua dengan yang masih muda. Sebagaimana hukum shalat berjemaah.

b.) Pandangan Mazhab Maliki

Salah satu ulama mazhab Malik Al-Hattab Al-Ruaini menyatakan, “Abdurrahman Al-Tsa‘alibi dalam kitab Al-Ulum Al-Fakhirah fin Nadzar fi Umuril Akhirah berkata; Ziarah kubur bagi laki-laki itu disepakati bolehnya. Adapun bagi perempuan maka diperbolehkan bagi

perempuan tua dan haram bagi yang masih muda yang dikuatirkan terjadi fitnah.

Muhammad Al-Dasuki, ulama mazhab Malik lainnya mengatakan, “mengatakan tentang ziarah kubur bagi wanita ada tiga pendapat: 1.) dilarang, 2.) boleh dengan syarat yang sudah dimaklumi oleh syariah yaitu dengan penutup dan menjaga dari kembalihan yang terjadi di zaman ini, 3.) perbedaan antara perempuan tua dan muda. Dengan poin ketiga ini maka As-Sa‘alibi menetapkan bahwa perempuan tua boleh ziarah kubur dan haram bagi perempuan muda yang dikuatirkan akan menimbulkan fitnah.

Dari kedua pandangan ulama tersebut penulis menyimpulkan bahwa dalam mazhab Malik laki-laki boleh menziarahi kubur, sedangkan untuk perempuan harus melihat situasi dan kondisi. Apabila aman dari fitnah seperti perempuan tua, maka boleh. Sedangkan larangan bagi kaum perempuan muda karena dikhawatirkan akan menimbulkan fitnah jika berada ditempat umum bercampur dengan laki-laki.

c.) Pandangan Madzhab Syafi'i

Zakaria Al-Anshari mengatakan, “Ziarah kuburnya umat Islam itu sunnah bagi laki-laki karena ada hadis riwayat Muslim “Aku dulu melarang ziarah kubur, sekarang berziarahlah, karena ziarah kubur itu mengingatkan kan akhirat. “Ziarah kubur makruf bagi wanita karena lemahnya hati mereka. Tapi tidak haram berdasarkan hadis riwayat Muslim. Adapun hadis”Allah melaknati wanita peziarah kubur maka

hal ini dikaitkan apabila ziarah itu digunakan untuk mengais dan mengeluh seperti kebiasaan mereka.

Al-bakri menyatakan, “Kata makruf ziarah bagi perempuan karena akan membuat mereka menangis, dan meninggikan suara disebabkan lembunya hati wanita, banyaknya rasa khawatir, dan kurangnya kemampuan menahan musibah. Perempuan tidak haram ziarah kubur karena Nabi Muhammad *shallallahu ‘alaihi wa sallam* pernah di perjalanan bertemu dengan seorang wanita yang mengais disisi kuburan anaknya, lalu Nabi bersabda padanya: “Takutlah pada Allah S.W.T dan bersabarlah”. (muttafaq alah). Seandainya ziarah kubur itu haram, niscaya Rasulullah akan melarang wanita itu. Kemakruhan itu apabila keluarnya wanita untuk ziarah kubur tidak menimbulkan fitnah. Apabila timbul fitnah, maka tidak diragukan atas keharamannya. Dalam konteks ini maka berlaku hadis yang telah ditentukan atas larangan perempuan peziarah kubur.

Qolyubi dan *Umairoh* mengatakan, “Ziarah kubur itu sunnah bagi laki-laki berdasarkan hadis riwayat Muslim dan *Zuraidah*. *Imam Nawawi* berkata dalam *Al-majmuk Syariah Al-Muhadzab*, ulama berbeda pendapat apakah perempuan masuk di dalamnya. Pendapat terpilih dari mazhab Syafi'i adalah tidak termasuk. Ziarah kubur makruf bagi perempuan karena mereka kurang sabar dan mudah sedih. Pendapat lain menyatakan haram, ini pendapat Syairozi dalam *Al Muhadzab* dengan argumen hadis riwayat Tirmidzi dan lainnya dari

Abu Hurairah. Nabi melaknati perempuan yang ziarah kubur. Pendapat lain mengatakan boleh apabila aman dari fitnah berdasarkan pada hukum asal. Dengan demikian maka hadis ini dalam konteks apabila ziarah kubur berakibat pada tangisan dan kesedihan bagi perempuan. Penulis pendapat boleh berdasarkan pemahaman dari hikayah Imam *Syafi'i* tidak adanya kemakruhan. Pendapat ini diikuti oleh Imam *nawawi* dalam *Al-Raudhah* dan *Al-Majmuk Syariah Muhadzab*.²⁵

d.) Pandangan Madzhab Hanbali

Ibnu *Qudamah*, ulama mazhab Hanbali, dalam *Al-Mughni* menyatakan, “Disunahkan bagi laki-laki untuk ziarah kubur. Apakah makruf bagi wanita itu ada dua pendapat. Tidak ada perbedaan ulama pada sunnahnya ziarah kubur bagi laki-laki. Adapun bagi wanita ada dua riwayat. Pertama, makruf karena hadis riwayat *muttafaq* alaih dari Umum atiyah ia berkata, “kami dilarang ziarah kubur.” Nabi juga bersabda dalam hadis sahih riwayat Tarmizi, “Allah melaknati perempuan yang ziarah kubur” hadis ini khusus bagi wanita. Adapun larangan yang dihapus status hukumnya (naskah) itu berlaku umum bagi laki-laki dan wanita. Namun bisa saja khusus bagi laki-laki.

Dari empat pendapat diatas penulis menyimpulkan tidak ada larangan bagi wanita untuk menziarahi kubur. Adapun tentang hadis yang melaknati peziarah wanita itu setelah adanya perintah ziarah kubur

²⁵ Qolyubi Dan Umairah, *Hasyiyah Qolyubi wa Umairah*, (Kairo: Musthofa Al-Babi Al-Halabi, 2013), h.441.

bagi laki-laki. Apabila demikian maka hukumnya berkisar antara haram dan boleh, yaitu makruf. Selain itu, perempuan kurang sabar dan mudah bersedih. Ziarah mereka ke kuburan dapat menimbulkan kesedihan baru. Maka ziarah perempuan Kebiasaan Ziarah kubur dalam pandangan Islam

e. Kebiasaan Ziarah Kubur di Indonesia

Indonesia merupakan salah satu negara yang sangat kaya akan kebudayaan dan tradisi, baik itu tradisi yang ada sebelum pra Islam maupun sesudahnya. Salah satu tradisi Islam yang masih melekat sampai saat ini adalah pemujaan pemitosan roh nenek moyang yang mendorong munculnya pola-pola relasi hukum adat dengan unsur-unsur keagamaan.²⁶ Selain tradisi pemujaan terhadap roh nenek moyang, di dalam Islam juga dikenal adanya kebiasaan ziarah kubur atau nyekar dan kebiasaan ini masih berlangsung hingga sekarang di seluruh Indonesia.

1.) Sejarah Ziarah Kubur di Indonesia

Di Indonesia, ziarah kubur juga disebut sebagai salah satu kebiasaan bagi masyarakat. Kebiasaan ini dipercayai sudah ada sejak lama sebelum Islam datang ke Indonesia. Indonesia mempunyai sejarah yang

²⁶ Simuh, Sufisme Jawa: Transformasi Tasawuf Islam Kemistik Jawa (Yogyakarta: Bintang Budaya, 1989),h. 111.

panjang mengenai penyebaran Islam di Indonesia hingga menjadi sebuah negara dengan penduduk muslim terbanyak di dunia.²⁷

Penyebaran Islam di Jawa setidaknya menggunakan dua pendekatan, agar nilai-nilai Islam mudah diserap oleh masyarakat. Pendekatan pertama adalah pendekatan Islamisasi Kultur Jawa. Pendekatan ini mengupayakan agar budaya yang telah ada di masyarakat tampak bercorak Islam, baik secara formal maupun *substansial*. Hal ini ditandai dengan penggunaan istilah-istilah Islam didalamnya. Sedangkan Pendekatan kedua adalah Jawanisasi Islam, yaitu melalui budaya Jawa yang disusupi dengan Islam. Jadi dalam hal ini istilah-istilah dalam budaya Jawa masih dipakai tetapi nilai yang dikandungnya adalah nilai Islam, sehingga Islam menjadi men-Jawa.

Agama Islam menjadi sebuah agama yang melakukan interaksi dengan kebudayaan dan tradisi-tradisi setempat yang sebelumnya sudah ada. Perpaduan ini disebut dengan *sinkretisme*. *Sinkretisme* adalah sebuah hal yang tidak bisa dihindari dari adanya pertemuan satu budaya ke budaya yang lain dan akan menimbulkan budaya baru yang dianut secara bersama-sama. Hingga saat ini *sinkretisme* masih terus hidup di masyarakat Muslim Indonesia. Salah satu ritual yang dianggap dari hasil *sinkretisme* di Indonesia adalah ziarah kubur. Islam datang dengan membawa perubahan bentuk dan esensi dari sebuah kegiatan ziarah.

²⁷ M. Misbahul Mujib, Tradisi Ziarah Dalam Masyarakat Jawa: Kontestasi Kesalehan, Identitas Keagamaan dan Komersial,(Yogyakarta: Ibda“, hal 205-225,UIN Sunan Kalijaga, Vol. 14, No. 2, Desember 2016), h.209.

Kegiatan ziarah yang dibawa dan diajarkan Islam dari luar hampir tidak banyak mengubah tradisi ziarah masyarakat sebelumnya. Perubahan pokok yang ada adalah pada tataran niat dan tujuan dari ziarah. Yang semula ziarah ditunjukkan untuk meminta kepada arwah yang dipercaya memiliki kekuatan, dirubah untuk mengingat mati, akhirat dan mendoakan para jenazah yang telah dikuburkan di makam tersebut.

Akan tetapi, walaupun Islam telah masuk ke Indonesia dan menjadi agama mayoritas penduduk Indonesia dalam waktu yang cukup lama, ternyata pengaruh kepercayaan *animisme* dan *dinamisme* belumlah hilang secara tuntas dan masih mewarnai sebagian masyarakat Indonesia. Makam-makam yang sering dikunjungi oleh masyarakat muslim Indonesia selain makam keluarga dan sanak famili adalah makam para wali, kiai, raja atau mereka yang memiliki pengaruh kuat dalam masyarakat. Ziarah sampai saat ini masih dilakukan oleh masyarakat Muslim di Indonesia dan belahan dunia yang lain. Ziarah sudah menjadi salah satu kegiatan *spiritual* masyarakat Muslimin sebagai bentuk kebebasan beribadah kepada Allah SWT. Kegiatan ini bahkan menjadi kegiatan rutin yang dilakukan masyarakat pada waktu-waktu tertentu secara pribadi maupun bersama.

Di Indonesia ada beberapa waktu yang digunakan oleh masyarakat untuk berziarah kubur, yaitu hari Jumat, menjelang hari raya, dan hari-hari besar lainnya. Hal ini hanyalah sebagai sebuah tradisi yang dilakukan masyarakat Nusantara yang terus dilaksanakan hingga saat

ini. Berziarah kubur dalam Islam bisa dilaksanakan kapanpun juga tanpa ada sebuah ketentuan mengenai hari-hari tertentu. Kebiasaan ziarah di kalangan umat Islam di Indonesia, khususnya daerah Jawa masih sangat kuat. Bahkan kegiatan ini menjadi sebuah agenda tersendiri dalam memenuhi kegiatan keagamaan. Munculnya motif di tujuan ziarah, terlebih ketika sudah diiringi dengan praktik-praktik yang meniru tradisi Islam, bila ada sebagian orang menilai kegiatan ini merupakan kegiatan syirik. Terkadang para peziarah pun tidak memahami mana sebenarnya yang merupakan tuntunan Islam dan mana yang merupakan tradisi nenek moyang yang merupakan warisan dari tradisi kuno.

Ada sebuah tradisi yang dimiliki oleh masyarakat Indonesia khususnya Jawa berkaitan dengan ziarah yang dinamakan dengan tradisi Nyadran. Tradisi ini adalah sebuah kegiatan berziarah ke makam para leluhur di hari-hari penting kalender Jawa, pada umumnya kegiatan ini dilakukan pada bulan *Sya'ban*, bulan ke-8 tahun Hijriah yaitu minggu terakhir sebelum puasa. Tradisi ini diyakini merupakan salah satu dari bentuk warisan Jawa yang kemudian menjadi pencampuran dengan ajaran Islam.

Ziarah bagi masyarakat Indonesia sudah menjadi semacam tradisi masyarakat Muslim Indonesia di seluruh daerah. Selain makam keluarga, makam wali dan tokoh-tokoh nasional (raja, pahlawan kemerdekaan, presiden, dll) pun menjadi tempat ziarah yang mereka tuju. Ziarah ke makam para wali dan para tokoh bangsa tidak hanya

sebagai ziarah biasa. Hal ini menjadi semacam wisata ruhani atau wisata spiritual bagi masyarakat Indonesia.

2.) Fenomena Ziarah kubur di Indonesia

Ziarah merupakan bagian dari tradisi perjalanan seorang Muslim seperti halnya haji, hijrah, dan rihlah. Fenomena ziarah sendiri menjadi salah satu perdebatan bagi dua kelompok Muslim di Indonesia, kelompok pertama yaitu, yang menolak kegiatan ziarah makam diwakili oleh Muhammadiyah yang biasa dianggap sebagai kelompok modernis dan reformis, sementara kelompok kedua diwakili oleh Nahdlatul Ulama yang biasa disebut sebagai kelompok tradisional. Namun sebenarnya tradisi kelompok yang diwakili Muhammadiyah juga sudah mulai berubah. Pandangan Muhammadiyah mengenai tradisi lokal sudah mulai melunak dibanding masa-masa awal organisasi ini meskipun perubahan kebijakan organisasi tidak serta merta mempengaruhi pandangan anggotanya.

Meskipun ditentang oleh sebagian golongan, praktik ziarah tetap saja berlangsung bahkan mengalami peningkatan, terutama sejak tiga dekade terakhir pemerintah mencanangkan program “wisata religi”. Selain datang secara individu, tidak jarang peziarah datang dengan cara rombongan. Mereka menyewa bus dan melakukan perjalanan selama beberapa hari untuk mengunjungi beberapa makam wali, terutama ziarah ke makam wali songo.

Maraknya fenomena ziarah kubur di Indonesia tidak terlepas dari program “wisata religi” yang pemerintah canangkan tadi. Ziarah kubur juga sebuah tradisi keagamaan yang sudah hidup dan berakar lama di dalam tubuh Islam terutama Indonesia yang mayoritas penduduknya beragama Islam. Sehingga tidak heran apabila semakin banyak umat Islam yang rela melakukan perjalanan panjang demi menziarahi tokoh-tokoh tertentu yang dianggap penting bagi mereka, terutama tokoh-tokoh yang memiliki keutamaan tertentu yang lazim disebut wali

Seorang wali memiliki arti penting bagi masyarakat Muslim, terutama Muslim Jawa. Seorang wali adalah seorang hamba yang istimewa karena kedekatannya kepada Allah SWT. Karena kedekatan itu ia memperoleh keistimewaan dan memperoleh kelebihan yang tidak dimiliki oleh orang lain. Salah satu keistimewaan tersebut adalah permohonannya lebih didengar oleh Allah daripada manusia biasa.

Oleh karena itu tidak mengherankan bila mayoritas peziarah, yang umumnya manusia biasa dan merasa kedudukannya lebih rendah daripada seorang wali mendatangi makamnya dengan harapan bisa memperoleh keistimewaan yang dimiliki oleh orang lain. Salah satu permohonan tersebut adalah permohonannya lebih didengar oleh Allah S.W.T daripada manusia biasa. Berpotensi melakukan perbuatan yang dilarang, bedah halnya dengan laki-laki.

f. Aspek yang mendukung kegiatan ziarah kubur

Di dalam berkunjung ke makam seseorang yang sudah meninggal memiliki suatu aspek yang bisa menduduk suatu kegiatan tersebut sebagai berikut:

1.) Adab ziarah kubur

Berziarah kubur, jika dilakukan sebagaimana mestinya mendapat pahadal sebab melakukan sunnah Rasulullah. *shallallahu 'alaihi wa sallam*. Pada waktu ziarah kubur kita harus mematuhi ketentuan-ketentuan (sunnah) Rasulullah supaya tidak terseret kepada kesyirikan tentang ini di peringatan bahwa: jangan sekali-kali berziarah kubur sekalipun dengan tujuan meminta syafaat, sebab tidak ada kubur yang memberi syafaat.²⁸ Ada ziarah kubur yang sesuai syair'at dalam berkunjung ke makam hendaknya kita selalu memperhatikan adab dan etika sebagai berikut:

a.) Berwudu Sebelum Ziarah

Sebelum ziarah kubur, sebaiknya kita berwudu terlebih dahulu dari rumah atau ketika hendak memasuki makam. Biasanya ada fasilitas berwudu di area permakaman

b.) Mengucapkan salam

²⁸ Abbas Hasab, Pendoman Penyelamatan Jenazah Cet ke-3 (Jakarta:Harmonis, 2002)h.93

Rasulullah SAW menganjurkan agar umatnya mengucapkan salam ketika berziarah ke kuburan. Adapun bacaan salam tersebut yaitu sebagai berikut:
Assalamu 'alaikum daro qoumi mukminin.

Artinya: "Kesejahteraan semoga tercurahkan atas sekalian wahai penghuni perkampungan kaum mukminin."

c.) Menghadap kiblat

Saat mendoakan orang-orang mati di kuburan, Rasulullah Saw menganjurkan untuk menghadap ke arah kiblat.

d.) Membaca Doa

Untuk mayit. Adapun doa yang dapat dibaca seperti surat Yasin, ayat kursi, doa tahlil, alfatihah, surat pendek, dan zikir.

e.) Membaca Surat Pendek

Usai membaca doa khusus untuk mayit, kemudian membaca surat-surat pendek. Riwayat Al Marwazi dari Ahmad bin Hambal, beliau bersabda: " Bila kalian masuk ke dalam taman makam (kuburan), maka bacalah al Fatihah, surat Al Ikhlas, dan Al Muwaawidzatain (al Falaq dan An Naas). Jadikanlah pahalanya untuk mayit-mayit di kuburan tersebut, karena sungguh pahalanya sampai kepada mereka." Rasulullah Saw juga mengajarkan kepada umatnya untuk menutup dengan membaca surat Al Fatihah setelah selesai mendoakan si mayit.

f.) Membaca Yasin

Dalam satu hadisnya, Rasulullah bersabda yang artinya, " Barangsiapa berziarah ke kuburan kedua orang tuanya setiap Jumat, lalu membacakan di sisinya Surat Yasin, niscaya akan diampuni sebanyak jumlah ayat dan huruf yang dibaca."

Hadis riwayat Ibnu 'Adi dari Abu Bakar ini masih diperselisihkan para pakar ahli hadis. Dalil membaca surat Alquran di kuburan memang tidak ada yang shahih dari Rasulullah. Semuanya dhaif seperti yang dijelaskan al-Mubarakfuri dalam kitab Tuhfah al-Ahwadzi Syarah Sunan at-Tirmidzi.

Namun, bukan berarti hadis dhaif tersebut tidak boleh diamalkan. Apalagi hadis tersebut di atas dikuatkan pendapat para ulama.

Seperti riwayat al-Marwazi dari Ahmad bin Hanbal, beliau mengatakan: " Bila kalian masuk ke dalam taman makam (kuburan), maka bacalah al-Fatihah, Surat Ikhlah dan al-Muawwidzatain (al-Falaq dan an-Naas). Jadikanlah pahalanya untuk mayit-mayit kuburan tersebut, karena sungguh pahalanya sampai kepada mereka."

Riwayat Abu Hurairah juga mengatakan bahwa Rasulullah bersabda, " Siapa saja yang masuk kuburan kemudian membaca al-Fatihah, al-Ikhlah dan at-Takatsur dan lalu berdoa 'Aku jadikan pahala kalam-Mu yang telah aku baca untuk penduduk kuburan muslimin dan muslimat'. Maka mereka (ahli kubur) akan memintakan syafaat kepada Allah untuk orang tersebut."

g.) Tidak duduk dan menginjak bagian atas kuburan

Adab ziarah kubur selanjutnya adalah pastikan kamu menghormati para penghuni makam dengan tidak menduduki dan menginjak kuburannya.

Hal ini sesuai dengan larangan Nabi Saw:

“ Janganlah kalian sholat (berdoa) kepada kuburan, dan janganlah kalian duduk di atasnya.” (HR. Muslim).

h.) Tidak melakukan hal-hal yang berlebih

Salah satu contoh bentuk sikap yang berlebihan dalam konteks kuburan adalah menjadikan makam seperti masjid. Padahal melakukan ritual sholat di kuburan sangat dilarang karena akan mengikis makna ibadah yaitu menyembah hanya pada Allah SWT. Hal berlebihan lainnya saat ziarah kubur adalah mencium batu nisan atau menangis sambil meratap makam di depannya. Bersikap berlebihan dalam urusan agama adalah hal yang terlarang, termasuk dalam melaksanakan ritual ziarah kubur ini. Rasulullah bersabda:

“Waspadalah kalian pada sikap berlebihan. Sesungguhnya binasanya orang-orang sebelum kalian disebabkan berlebihan dalam urusan agama.” (HR. Ahmad)

i.) Hindari berkata tidak sopan

Berkata tidak sopan sebaiknya memang tidak dilakukan dimanapun kamu berada, salah satunya di kuburan. Sebagai tamu di kuburan, sebaiknya harus mengetahui adab dan adat setempat. Imam Nawawi menyampaikan tidak baik jika di dalam pemakaman atau kuburan bicara hal yang bathil atau buruk. Rangkaian doa ziarah kubur yang lazim menurut Imam Muslim dalam kitabnya Al-Adzkar, dijelaskan

sebagai berikut ini. Rasulullah SAW mengajarkan untuk para peziarah hendaknya awali dengan ucapan salam kepada ahli kubur, lalu membaca surah Al-Quran, zikir, serta mendoakan yang diziarahi.²⁹

2.) Tata cara dalam ziarah kubur

- a.) Membaca Salam.
- b.) Membaca surat Al-Fatihah 3x
- c.) Membaca surat al-ikhlas 3x
- d.) Membaca bagian awal surat Al-Baqarah
- e.) Membaca ayat kursi dan membaca surat yasin
- f.) Membaca zikir, istighfar, dan shalawat seperti tahlil
- g.) Membaca doa ziarah kubur.³⁰

3.) Hikmah Ziarah Kubur

Di samping maksud utama ziarah kubur untuk mendoakan terhadap mayat yang diziarahi agar mendapatkan maghfiroh (ampunan) dari Allah S.w.t., mendapatkan rahmat dan pahala, juga mengandung hikmah yang sangat bermanfaat bagi yang berziarah sendiri, di antaranya ialah :

a.) Mengingatkan alam akhirat

Bahwa kelak di alam akhirat, manusia dibangunkan (dihidupkan) kembali oleh Allah S.w.t. untuk menerima keadilan dan balasan atas

²⁹ Eneng Reni Nuraisyah jamil, <https://www.ayocirebon.com/read/2021/05/14/11012/tata-cara-dan-bacaan-doa-ziarah-kubur-yang-benar> di akses pada tanggal 23 mei 2021 pukul 20.00 WIB

³⁰ Imam Nawawi, Riyadhus Shalihin : Perjalanan Menuju Taman Surga, diterjemahkan dari Riyadhus Shalihin oleh Zenal Mutaqin dkk, (Surabaya : Jabal, 2013), Cet. 6, h. 231-235

segala amal perbuatan manusia semasa hidup di dunia, baik itu amal yang baik (saleh) yang dibalas dengan pahala, maupun amal yang buruk (jelek) yang akan dibalas dengan siksa (neraka), semuanya akan mendapat pembalasan yang seadiladilnya.

b.) Untuk dapat berzuhud terhadap dunia

Zuhur terhadap dunia yaitu meninggalkan dunia untuk berbakti kepada Allah s.w.t., artinya orang jangan sampai terpicat hati dengan fikirannya dengan tipu muslihat dunia, tetapi ia dapat menyalurkan harta benda yang diperolehnya dengan jalan yang halal untuk beramal Saleh yang direndhai oleh Allah swt. seperti sedekah, infaq dan zakatkan tersebut itulah harta yang hakiki dan abadi, yang akan dapat diambil manfaatnya kelak di akhirat, sedang harta selain itu hanya titipan dan tidak akan dibawa saat ajal menjemput.

c.) Untuk diambil suri tauladan

Setiap manusia pasti akan mengalami kematian, yang waktunya tidak seorang pun yang mengetahui kecuali Allah Swt. Oleh karena datangnya ajal yang tidak terduga tersebut, maka seharusnya seseorang menyiapkan sejak dini bekal yang akan dibawa bila ajal menjemput, bukan harta yang akan dibawa, tetapi amal-amal Saleh yang akan dapat menolong.³¹

4.) Motivasi Ziarah Kubur

³¹ Muhammad Tholhah Hasan, *op. cit*, h.237-238.

Ada tiga motivasi ziarah kubur yang harus kita ketahui

a.) Mengingat kematian

Kadang saat sekedar melintas di depan kompleks pemakaman saja, kita bisa tersadar bahwa kematian itu bisa datang kapan saja. Terlebih dengan berniat ziarah kubur, maka akan semakin menambah kesadaran kita bahwa kematian yang *unpredictable* kedatangannya ini biasa memburu kita kapan saja, dan tentunya akan membawa kita untuk cepat-cepat introspeksi diri untuk terus menambah amalan kebaikan menutupi celah-celah keburukan yang pernah dilakukan sebelumnya.

b.) Mendoakan kebaikan

Sebagaimana disebutkan pula dalam hadis sebelumnya tentang kebolehan mendoakan ahli kubur dengan doa-doa yang baik, bahkan Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* sendiri mengajarkan kepada Aisyah tentang reaksi doanya. Hal ini tentunya bisa menjadi motivasi bagi setiap orang untuk melakukan ziarah kubur.

c.) Motivasi diri Memperbanyak Amal Baik

Banyak hal-hal yang hukumnya sunnah yang Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* ajarkan kepada umatnya, dan ziarah kubur adalah salah satu dari sekian banyak amalan sunnah yang mudah untuk dilakukan bahkan dipercayai mampu memberi keberkatan bagi

kedua belah pihak, baik yang berziarah atau kepada mayat yang diziarahi.³²

2.) Mawas Diri

a. Pengertian Mawas Diri

Mawas diri atau *self awareness* adalah sebuah sikap kehati-hatian terhadap segala jenis bentuk ucapan maupun tindakan yang akan dilakukan. Kata mawas diri memiliki persamaan kata, sinonim mawas diri adalah introspeksi, berkaca, dan bercermin. Selain sikap lebih berhati-hati dalam bertindak, mawas diri artinya adalah ketika seseorang bercermin terhadap semua tindakan yang dapat berakibat buruk atau menimbulkan adanya sebuah penyesalan di akhir.

Menurut KBBI edisi 2 Balai Pustaka 1993, mawas diri adalah sebuah sikap melihat, yaitu dalam arti memeriksa, mengintrospeksi dan mengoreksi kesalahan diri sendiri secara terbuka dan jujur agar di kemudian hari tidak melakukan kesalahan yang sama.

Mawas diri adalah suatu metode yang digunakan untuk memilah rasa sendiri dengan rasa orang lain untuk meningkatkan kemampuan menghayati rasa orang lain. Keberhasilan dalam mawas diri akan membawa seseorang pada rasa bahagia. Di dalam psikologis kegiatan mawas diri dapat dijelaskan bahwa ketika seseorang menentukan pilihan untuk mengikuti catatan yang berarti lebih emosional akan menghasilkan kramadangsa yang didominasi efek negatif (karep);

³² Firman Afrifandi, *op.cit* .h. 13

sedangkan pilihan untuk tidak mengikuti catatan lebih bersifat rasional dan didominasi afek positif sehingga bersifat altruistic. Oleh karena itu, kebahagiaan dapat diraih apabila seseorang mampu memposisikan dirinya secara mandiri dan terbebas dari karep. Seseorang akan merasa bahagia apabila mampu menghayati perasaan bahagia yang dirasakan oleh orang lain.³³

Sikap mawas diri dilakukan sepenuhnya berdasarkan kemauan diri sendiri, secara sadar diri dan tanpa melalui paksaan dari orang lain maupun pihak manapun. Mawas diri adalah sebuah sikap cara membawa diri dengan cara mengatur emosi dan tindakan yang terkendali agar tidak menimbulkan efek negatif di kemudian hari dan tidak merugikan orang lain. Dalam menjalani hidup sehari-hari, pola dan kebiasaan hidup kita secara tidak langsung juga akan berdampak kepada orang lain. Jika kebiasaan tersebut berdampak, maka bukan tidak mungkin hal tersebut dapat merugikan orang lain. Maka dari itu, diperlukan sikap mawas diri agar dapat mengendalikan sikap, kata-kata, dan perbuatan kita. Sikap mawas diri merupakan naluri dasar manusia, dan hal tersebut dapat memberikan kedewasaan sikap terhadap perilaku seseorang.

Esensi mawas diri tidak jauh berbeda dengan pengertian sikap penuh perhatian. Dengan cara ini, selain dapat menjaga suatu keseimbangan,

³³ Wiwien Dinar Pratiwi, *konsep mawas diri Suryomentaram dengan regulasi emosi*, Jurnal fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jawa Tengah, Vol.13, No.1, 2012, h.18

bersamaan dengan ini pula dapat membawa peningkatan pengembangan ke arah dimensi yang lebih tinggi, yaitu integrasi pribadi menuju ke pertumbuhan spiritual dalam dimensi identitas manusia tanpa tenger. Keterampilan melakukan mawas diri memang tidak serta merta langsung dimiliki begitu saja, melainkan harus dilatih setahap demi setahap. Kualitas mawas diri seseorang akan semakin meningkat seiring dengan kualitas kesadaran yang semakin tinggi.

b. Pengertian Mawas Diri Menurut Para Ahli

1.) Menurut Damardjati Supadjar

Damardjati Supadjar adalah seorang pakar filsuf Jawa yang telah banyak memberikan kontribusi pemikiran, dan hasil pemikirannya ini telah banyak dituangkan ke dalam berbagai kajian ilmu dan media massa seperti bentuk tafsir Jawa, Ketuhanan, serta Pancasila. Salah satu bentuk pemikirannya tertuang dalam sebuah buku berjudul Mawas Diri. Menurut Damardjati, manusia perlu untuk menggugah sikap mawas diri dan mengartikan makna hidup agar dapat mengoreksi diri demi menghadapi berbagai situasi mengkhawatirkan yang terjadi dalam masyarakat.

2.) Menurut Stephen Covey

Covey pernah menulis sebuah buku yang berjudul *First Things First*. Di dalam buku tersebut terdapat penjelasan empat sisi potensial yang harus dimiliki manusia agar bisa maju. Salah satunya adalah sikap mawas diri atau *self awareness*.

3.) Menurut Marbangun Hardjowirogo

Mawas diri adalah sikap melihat kembali kepada diri masing-masing atau dalam secara psikologis disebut sebagai introspeksi diri. Introspeksi ini adalah sikap meninjau kembali kepada hati nurani untuk melihat kesalahan maupun kebaikan yang telah dilakukan. Baik dan buruk suatu tindakan, hanya dapat dinilai dari lubuk sanubari seseorang. Berawal dari sanalah, akan muncul sikap dan tanggung jawab terhadap perbuatan yang telah dilakukan.

4.) Menurut Ki Ageng Suryomentaram

Beliau adalah seorang filsuf Jawa di awal abad 20 an. Menurut filsafat Jawa, mawas diri adalah ketika manusia terpengaruh dari pengalaman masa lalu, sehingga berakibat melakukan tindakan yang tidak baik dan tidak dipikirkan terlebih dahulu / terlalu tergesa-gesa bertindak. Hal ini disebut sebagai *kramadangsa*, yakni sifat egois seseorang yang hanya mementingkan kepentingan bagi dirinya sendiri. Sehingga apabila keinginannya tidak terpenuhi, maka bisa saja seseorang tersebut bertindak buruk dan dapat merugikan orang lain. Menurut Suryomentaram, setiap orang pasti memiliki sifat *5kramadangsa* ini di dalam dirinya, sehingga harus terus dilakukan pengawasan dan kontrol diri agar tidak menguasai pikiran secara dominan.

5.) Menurut Immanuel Kant

Filsuf dari Jerman ini menyebut sikap mawas diri sebagai kesadaran diri transendental atau dalam bahasa Jerman adalah *transzendentes Selbstbewusstsein*. Yang dimaksud dengan kesadaran transendental yaitu berhubungan dengan hal-hal yang bersifat metafisika dan epistemologi, bukan suatu hal yang dapat diukur dan dijelaskan secara ilmiah. Menurut filsuf-filsuf Jerman, kesadaran diri merupakan bagian dari sikap mawas diri.³⁴

c. Aspek-aspek Mawas Diri

Menurut Ahmad, mawas diri atau *self awareness* pada individu terdiri dari beberapa aspek, yaitu sebagai berikut:

1.) Konsep diri (*self-concept*)

Konsep diri adalah gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki individu tentang diri mereka sendiri (karakteristik fisik, psikologis, sosial dan emosional).³⁵

Konsep diri merupakan gambaran mental yang dimiliki oleh seorang individu terdiri dari tiga aspek yaitu pengetahuan yang dimiliki individu mengenai diri (Calhoun dan Acocella 1995).

a.) Pengetahuan

Dimensi pertama dari konsep diri adalah pengetahuan yang dimiliki individu merupakan apa yang individu ada satu daftar julukan yang

³⁴ Index. Mawas diri dalam kerja, <http://ciputrauceo.net/blog/2016/5/16/mawas-diri-dalam-bekerja>, diakses pada tanggal 20-februari 2021

³⁵ Robert Solso, dkk, *Psikologi Kognitif*, (Jakarta: Erlangga, 2007), h.78

menggambarkan tentang dirinya, hal ini mengacu pada istilah-istilah kuantitas seperti nama, usia, jenis kelamin, kebangsaan, pekerjaan, agama dan sebagainya dan sesuatu yang merujuk pada istilah-istilah kualitas, seperti individu yang egois, baik hati, tenang dan bertemperamen tinggi. Pengetahuan bisa diperoleh dengan membandingkan diri individu dengan kelompok pembandinya (orang lain). Pengetahuan yang dimiliki individu tidaklah menetap sepanjang hidupnya, pengetahuan bisa berubah dengan cara merubah tingkah laku individu tersebut atau cara mengubah kelompok pembanding. Dalam membandingkan diri sendiri dengan orang lain maka julukan yang tepat untuk membedakan adalah perbedaan kualitas.

b.) Harapan

Dimensi kedua dari konsep adalah harapan. Harapan merupakan aspek dimana individu mempunyai berbagai pandangan kedepan tentang siapa dirinya, menjadi apa di masa mendatang, maka individu mempunyai pengharapan terhadap dirinya sendiri untuk menjadi diri yang ideal dan pengharapan tersebut berbeda-beda pada setiap individu.

c.) Penilaian

Dimensi terakhir dari konsep diri adalah penilaian terhadap diri sendiri. Individu berkedudukan sebagai penilai terhadap dirinya sendiri setiap hari. Penilaian terhadap diri sendiri adalah pengukuran individu

tentang keadaannya saat ini dengan apa yang menurutnya dapat dan terjadi pada dirinya sendiri dan dengan menilai hal ini merupakan standar masing-masing individu.

2.) Proses menghargai diri sendiri (*self-esteem*)

Harga diri adalah dasar untuk membangun hubungan antar manusia yang positif, proses belajar, kreativitas serta rasa tanggung jawab pribadi. Harga diri merupakan semen yang melekat kepribadian individu menjadi satu struktur yang positif, utuh, dan efektif. Pada tiap tahapan kehidupan individu, harga diri inilah yang menentukan tingkat kemampuan mengolah sumber daya atau potensi yang dibawanya sejak lahir. Menurut Coopersmith harga diri terdiri empat aspek yaitu:

a.) kekuatan (*Power*)

kekuatan atau power menunjuk pada adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengatur dan mengontrol tingkah laku dan mendapat pengakuan atas tingkah laku tersebut dari orang lain kekuatan dinyatakan dengan pengakuan dan penghormatan yang diterima seorang individu dari orang lain dan adanya kualitas atas pendapat diutarakan oleh seseorang individu yang nantinya diakui oleh orang lain.

b.) Keberartian (*significance*)

Keberartian atau *significance* menunjuk pada kependulian perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang diterima oleh seseorang dari

orang lain yang menunjukkan adanya penerima dan popularitas individu dari lingkungan sosial. Penerima dari lingkungan ditandai dengan adanya kehangatan, respon yang baik dari lingkungan dan adanya ketertarikan lingkungan terhadap individu dan lingkungan menyukai individu sesuai dengan keadaan diri yang sebenarnya.

c.) Kebijakan (*virtue*)

Kebijakan atau virtue menunjuk pada adanya suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang dizinkan oleh moral, etika dan agama seseorang yang taat terhadap nilai moral, etika dan agama dianggap memiliki sikap yang positif dan akhirnya penilai positif terhadap diri yang artinya seseorang telah mengembangkan harga dari positif pada diri sendiri.

d.) Kemampuan (*competence*)

Kemampuan atau competence menunjuk pada adanya performansi yang tinggi untuk memenuhi keutuhan mencapai prestasi dimana level dan tugas-tugas tergantung pada variasi usia seorang.

3.) Identitas diri individu yang berbeda-beda (*multiple selves*)

Identitas berbeda atau multiple selves adalah ketika individu melakukan berbagai aktivitas, kepentingan, dan hubungan sosial. Ketika individu tersebut terlibat dalam suatu hubungan interpersonal, maka ia memiliki dua konsep diri. Pertama, persepsi mengenai diri sendiri, dan persepsi tentang orang lain terhadap diri individu itu sendiri. Kedua,

identitas berbeda juga dapat dilihat dari bagaimana individu memandang diri ideal-nya.³⁶ Yaitu saat bagian konsep diri memperlihatkan siapa diri individu yang sebenarnya dan bagian lain memperlihatkan ingin menjadi apa (idealisasi diri). Identitas ini disebut juga dengan kesadaran diri pribadi dan kesadaran diri publik. Dalam studi empirik tentang perkembangan identitas Marcia (Desmita, 2008) menginterview aspek-aspek identitas yaitu:

a.) Perkerjaan

Kesadaran remaja akan keberadaan dirinya berkaitan dengan kemampuan menyelesaikan konflik dalam memilih perkerjaan.

b.) Keyakinan agama

Kesadaran remaja akan keberadaan dirinya berkaitan dengan kemampuan menyelesaikan konflik dalam keyakinan agama.

c.) Politik

Kesadar remaja akan keberadaan dirinya berkaitan dengan kemampuan menyelesaikan konflik dalam menganut paham politik tertentu.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Mawas Diri

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi mawas diri atau *Self Awareness*. Menurut Bulechek sebagai berikut:

1.) Pikiran

³⁶ *Ibid*, h.80

Berpikir merupakan sebuah representasi simbol dari beberapa peristiwa atau item. Berpikir adalah melatih ide-ide dengan cara yang tepat dan seksama yang dimulai dengan adanya masalah pikiran sendiri ada dua macam yaitu pikiran sadar dan bawah sadar.

2.) Perasaan

Perasaan adalah keadaan atau state individu sebagai akibat dari persepsi, sebagai akibat stimulus baik yang bersifat internal maupun eksternal. Beberapa sifat tertentu yang ada umumnya perasaan berkaitan persepsi dan merupakan reaksi terhadap stimulus yang mengenyainya.

3.) Motivasi

Motivasi adalah kecenderungan yang timbul pada diri seseorang secara sadar maupun tidak sadar melakukan tindakan dengan tujuan tertentu.

4.) Perilaku

Perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan arti yang sangat luas antara lain berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca dan sebagainya dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.

5.) Pengetahuan

Pengetahuan adalah kesan didalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan panca inderanya. Pengetahuan merupakan hasil mengingat

sesuatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu.

6.) Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan perilaku orang atau kelompok.³⁷

e. Mawas Diri Menurut Islam dan Psikologi

1.) Mawas diri menurut pandangan Islam

Dalam pandangan Islam mawas diri memiliki proses berupa kesadaran diri menuju pengembangan potensi sangat diperlukan usaha terus menerus yang dilakukan dengan berbagai cara bentuk untuk membuat daya potensi diri (jasmani dan rohani) dapat terwujud secara baik dan optimal. Hal itulah yang akan membawa seseorang kepada pencapaian taraf kedewasaan yang sesungguhnya. Dalam islam merupakan hal yang sangat penting untuk diciptakan hal ini disebabkan kesadaran itu diperlukan untuk mencapai situasi kehidupan yang lebih baik, intinya dari hidup sesungguhnya

³⁷ Alya Azra Ananda Nuril, Pentingnya Self Awareness Kesehatan Mental dan Growth Individu di Masyarakat, Skripsi, (Banjarmasin, Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat,2015)

kesadaran diri. Setiap diri semestinya menyadari akan eksistensinya setiap diri memiliki kesadaran yang ditinggi dikaitkan dengan tujuan hidup, tugas hidup, tentang hidup, teman hidup, melawan hidup, perbekalan hidup dan berakhirnya hidup.³⁸

Kesadaran diri dalam kecerdasan emosi yakin mampu mengenal dan memilah-milah perasaan, menyadari kehadiran eksistensi emosi, mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri. Sehingga dengan mengetahui seseorang bisa mendayagunakan, mengekspresikan, mengendalikan dan juga mengkomunikasikan dengan pihak lain. Dari berbagai keterampilan kecerdasan emosional yang paling mendasar adalah penyadaran diri. Karena tanpa menyadari apa yang seseorang rasakan, seseorang tidak akan mampu bertindak dan berpikir tepat sesuai dengan situasi yang ada.³⁹

Kesadaran diri ini juga terkait dengan kemampuan manusia untuk tahan menghadapi cobaan, kemampuan untuk tetap tenang dan berkonsentrasi, tahan menghadapi kejadian yang gawat dan tetap tegar menghadapi konflik Istilah pengendalian diri sama juga dengan sabar, jika sabar telah tumbuh dalam diri seorang muslim, maka ia dapat dijadikan sebagai sarana untuk mencapai keridhaan Allah. Firman Allah dalam surat:

³⁸ Febriana D.N, Hafifah & Fauzia, R. (2016). Efektivitas Pendampingan Psikologi dengan Metode Appreciative Inquiry untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri. *Jurnal Ecopsy*, 2(3).

³⁹ Nthony Dio Martin, *Emotional Quality Management, Refleksi, Revisi dan Revitalisasi Hidup melalui Kekuatan Emosi*, Penerbit Arga, Jakarta, 2003, h. 190

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اسْتَمِعِيْنَ بِالصَّبْرِ وَالصَّلٰوةِ اِنَّ اللّٰهَ مَعَ الصّٰبِرِيْنَ



Artinya :

Hai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan (mengerjakan) shalat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar. (Q.S. Al-Baqarah: 153)⁴⁰

Berbicara mengenai pentingnya kesadaran diri. Banyak orang yang sulit merasakan perasaannya sendiri. Dan itulah yang mengakibatkan orang ini menjadi sulit pula merasakan perasaan orang lain. Logikanya jika untuk perasaannya sendiri saja ia sulit untuk merasakan tentunya lebih sulit bagiannya untuk merasakan apa yang terjadi pada diri orang lain.⁴¹

Dengan demikian dapatlah disimpulkan bahwa mawas diri dalam pandangan Islam diperlukan penyadaran diri merupakan kemampuan manusia menjadi pengendalian kehidupan yang dijalani. Intinya, jangan sampai seseorang terperangkap dalam aktivitas yang tidak mampu dipahami.

2.) Mawas Diri Menurut Pandangan Psikologi

Dalam pandangan psikologi mawas diri sebagai berikut:

⁴⁰Departemen Agama RI, Al-Hikmah Al-Qur'an dan Terjemahnya, (Bandung:diponegoro,2010), h. 23.

⁴¹ Anthony Dio Martin, Emotional Quality Management, Refleksi, Revisi dan Revitalisasi Hidup melalui Kekuatan Emosi, h. 193

Menurut Prihartanti mawas diri merupakan cara yang memungkinkan seseorang untuk memahami diri sendiri termasuk kemampuan dan kelemahan diri sendiri. Melalui pemahaman diri ini seseorang akan lebih mudah mempraktekkan strategi mulur mungkret dalam menentukan saat yang tepat kapan harus menuruti atau meningkatkan keinginannya (mulur) dan kapan harus bersikap menurunkan keinginannya (mungkret) agar lebih mudah dicapai. Pemahaman terhadap sifat keinginan yang mulur mungkret diikuti penerapan strategi mulur mungkret yang tepat, dapat mengurangi gangguan penyesuaian diri, khususnya pada aspek kecemasan, rasa tertekan, dan sensitivitas emosional.

Dalam mawas diri ada usaha penjernihan pikiran yang memungkinkan seseorang terhindar dari merasa paling benar (penganggep bener) yang akan membela diri sendiri sebagai paling benar. Proses ini secara psikologis akan melibatkan pikiran dan penghayatan perasaan seseorang dalam usahanya untuk mengerti tanpa memberi penilaian terhadap hal-hal yang diamati dalam perenungannya. Selain itu, melalui proses ini seseorang dapat mengubah situasi rutin yang penuh dominasi eksternal dan berlaku secara otomatis menjadi kesadaran yang

tidak otomatis. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa dengan mawas diri, seseorang akan menjadi bahagia dan sejahtera.⁴²

Dalam melatih keterampilan mawas diri, individu dapat berkonsentrasi untuk latihan bertindak secara proporsional dalam pengertian *sabutuhe*, *saperlune*, *sacukupe*, *samestine*, *sakepenake*, dan *sabenere* (sesuai kebutuhan, sesuai keperluan, secukupnya, semestinya, seenaknya dan sebenarnya). *Sabutuhe*, *saperlune* dan *sacukupe* artinya dapat membatasi kebutuhan hidupnya untuk tidak sampai berlebihan. *Sakepenake* yaitu tanpa harus memaksakan diri (*ngoyo*, *ngongso*). *Sabenere* dan *samestine* artinya hal yang dilakukan menurut jalan lurus, benar, adil, dan susila.

Membatasi kebutuhan hidup agar tidak berlebihan merupakan usaha untuk tidak terjebak pada reaksi impulsif yang sekadar memuaskan keinginan pribadi. Kebutuhan berbeda dengan keinginan. Kebutuhan merupakan sesuatu yang mendasar yang harus dipenuhi untuk menjaga kelangsungan hidup manusia, sedangkan keinginan bukanlah sesuatu yang mutlak harus dipenuhi.⁴³ Misalnya makanan merupakan kebutuhan manusia, namun bahwa makanan harus yang enak dan banyak bukan kebutuhan lagi tetapi lebih kepada keinginan untuk memenuhi

⁴² Lely Azizah <https://www.gramedia.com/best-seller/self-awareness-kesadaran-diri>, Diakses tanggal 20 april 2021.

⁴³ Prihartanti, N. 2004. Kepribadian sehat menurut konsep Suryomentaram(Surakarta: Muhammadiyah University Press.)

selera. Aku kramadangsa membuat seseorang terdorong untuk memiliki lebih dari apa yang dibutuhkan, di luar kepatutan dan secara moral tidak dapat dibenarkan. Sikap berlebihan untuk kepentingan pribadi dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan kesempatan orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

Keberhasilan dalam melakukan mawas diri akan membawa seseorang bertumbuh menuju pengembangan dimensi manungsa tanpa tenger yang sehat, sejahtera, bahagia. Mawas diri mengacu pada upaya untuk memahami diri sendiri, keinginan-keinginan sendiri serta susahny dan senangny sendiri. Mawas diri dapat menjadi jalan yang benar menuju ke pemahaman diri, pengarahan diri, serta akhirnya penyadaran diri. Dalam cara esoteric tahap integrasi diri diikuti dengan latihan-latihan olah kasampurnan berupa transformasi diri yaitu “aku” yang lama berubah menjadi “aku” yang baru, dengan catatan “aku” ini tetap merupakan kontinum dari “aku” semula. Kondisi ini akhirnya akan sampai pada tahap leburnya individualitas dalam universalita.