

Relevansi Zikir sebagai Metode Bertasawuf dalam Mengatasi Krisis Spiritualitas Masyarakat Urban

Syahma Laudza'i Rasyidah Shofina Ali¹, Moh Fahmi Ilman Nafia^{2*}

¹Magister Studi Islam, Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

²Magister Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

*Corresponding email: Infahmi05@gmail.com

Keywords:

Dhikr; Sufism;
Urban Society;
Spirituality;
Tazkiyatun Nafs

Abstract

Urban communities in the modern era face various psychological and existential challenges resulting from the pressures of modernity, secularism, and the dominance of scientific rationalism. The spirituality of urban communities tends to weaken alongside the rise of individualism, materialism, and pragmatism that characterize urban life, leading to a spiritual crisis manifested in moral degradation, emptiness of the soul, loss of meaning in life, stress, frustration, and loss of self-worth. This study aims to examine the relevance of *dhikr* as a Sufi method that can be applied to the spiritual life of urban communities. The research employs a library research method with a qualitative-descriptive approach through content analysis (*content analysis*) of sources including the Qur'an, Hadith, classical Islamic texts, and contemporary scientific literature in the fields of Sufism, psychology, and sociology. The findings (1) describe that the spiritual condition of urban communities is highly vulnerable to the pressures of modernity and secularism, wherein technological advancement and the dominance of modern science have failed to fulfill the transcendent needs of human beings, thus creating a profound spiritual emptiness; (2) indicate that *dhikr* constitutes a core element in the process of *tazkiyatun nafs* representing the stages of *takhalli*, *tahalli*, and *tajalli* within the Sufi tradition; (3) demonstrate that *dhikr* is highly relevant for urban communities as it can be practiced anytime, anywhere, by anyone, without cost or formal requirements, thereby enabling the presence of a transcendent dimension amid the busyness of urban life while cultivating inner peace and spiritual intelligence. This study concludes that *dhikr* represents an effective and applicable Sufi method for urban communities in overcoming spiritual aridity in the modern era.

Kata Kunci:

Zikir; Tasawuf;
Masyarakat
Urban;
Spiritualitas;
Tazkiyatun Nafs

Abstrak

Masyarakat urban di era modern menghadapi berbagai problematika psikologis dan eksistensial akibat tekanan modernitas, sekularisme, dan dominasi rasionalisme ilmiah. Kondisi spiritualitas masyarakat urban cenderung melemah seiring dengan meningkatnya individualisme, materialisme, dan pragmatisme yang menjadi ciri khas kehidupan perkotaan, sehingga berdampak pada terjadinya krisis spiritual berupa degradasi moral, kehampaan jiwa, hilangnya makna hidup, stres, frustrasi, dan hilangnya harga diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji relevansi zikir sebagai metode bertasawuf yang dapat diterapkan dalam kehidupan spiritual masyarakat urban. Metode yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif melalui teknik analisis isi (*content analysis*) terhadap sumber-sumber Al-Qur'an, Hadits, kitab klasik, dan literatur ilmiah kontemporer di bidang tasawuf, psikologi, dan sosiologi. Hasil penelitian (1) mendeskripsikan bahwa kondisi spiritualitas masyarakat urban sangat rentan terhadap tekanan modernitas dan sekularisme, di mana kemajuan teknologi dan dominasi sains modern gagal memenuhi kebutuhan transenden manusia sehingga menciptakan kehampaan spiritual yang mendalam. (2) menunjukkan bahwa zikir merupakan elemen inti dalam proses *tazkiyatun nafs* yang merepresentasikan tahapan *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli* dalam tradisi tasawuf. (3) Zikir dinilai sangat relevan bagi masyarakat urban karena dapat diamalkan kapan saja, di mana saja, oleh siapa saja, tanpa biaya dan syarat formal, sehingga mampu menghadirkan

dimensi transenden di tengah padatnya kehidupan perkotaan sekaligus membangun ketenangan batin dan kecerdasan spiritual. Penelitian ini menyimpulkan bahwa zikir merupakan alternatif metode bertasawuf yang efektif dan aplikatif bagi masyarakat urban dalam mengatasi kegersangan spiritual di era modern.

Article History: Acceptance date: 20 January 2026 Available Online: 31 January 2026

PENDAHULUAN

Kelompok masyarakat perkotaan atau masyarakat urban merupakan kelompok masyarakat yang cukup rawan. Gerbang informasi pada masyarakat perkotaan terbuka lebar untuk seluruh informasi, baik informasi positif sampai informasi negatif. Masyarakat perkotaan seringkali ditimang oleh kemudahan yang disajikan oleh ilmu pengetahuan dan teknologi terbaru. Pola interaksi pada masyarakat perkotaan jauh berbeda dengan masyarakat yang tinggal di lingkungan pedesaan. Masyarakat perkotaan cenderung bersikap individualis, materialistis dan pragmatis (Alkhoni Dahni Dalimunte, Parluhutan Siregar, 2021).

Munculnya ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini menawarkan berbagai kemudahan, seperti kemudahan dalam menjalin komunikasi dengan orang lain atau bahkan layanan delivery untuk membeli makan tanpa perlu keluar rumah. Dengan segala kemudahan yang disediakan oleh teknologi hendaknya mampu memberikan ketenangan dan ketentraman pada jiwa manusia (Harisman Harisman, 2023). Peningkatan jumlah penduduk kota yang cepat, penyebaran pendidikan umum yang masif, kemudahan akses informasi, kegiatan industrialisasi bergerak cepat dan berbagai hal lain malah menjadi tekanan tersendiri pada masyarakat perkotaan (Charismahenny, 2023).

Kondisi masyarakat perkotaan sebagai barisan depan masyarakat yang bersentuhan dengan teknologi dan modernitas membuat kondisi spiritualitasnya cenderung berubah. Masyarakat perkotaan mulai meninggalkan praktik-praktik religiusitas dan ekstensial dari agama. Masyarakat perkotaan jauh lebih mudah terpapar konsep-konsep pemikiran sekuler dibanding masyarakat pedesaan. Dengan akses informasi yang mudah, masyarakat perkotaan akan dengan mudah mengetahui berbagai paham-paham yang menurutnya lebih cocok untuk digunakan, atau boleh dikata untuk mencari pembenaran atas apa yang ia lakukan (Ali, 2022). Kemajuan teknologi, kemudahan dalam mobilitas sehari-hari dan tekanan kompetisi dalam hal apapun membuat banyak masyarakat merasa teraliansi. Probelaamnya masyarakat urban modern dikelompokkan dalam lima bagian yakni; degradasi moral, kehampaan spiritual, hilangnya nilai dan makna hidup, stress dan frustrasi, dan kehilangan harga diri (Cholis & Saw, 2018).

Berdasarkan kondisi ini, tasawuf menawarkan berbagai macam pendekatan untuk memberikan solusi pada kondisi masyarakat perkotaan saat ini. Peran tasawuf untuk mengatasi berbagai permasalahan psikologis yang sangat mungkin terjadi pada masyarakat merupakan pembuktian bahwa islam bukan hanya membawa

keterbelakangan dalam perkembangan ilmu pengetahuan (Rahayu, 2021). Berbagai amaliyah dalam khazanah keislaman mampu memberikan efek *coping* pada kondisi psikologis masyarakat. Salah satunya adalah zikir, dengan berzikir manusia mampu mendapatkan ketenangan hati karena telah mengisi dirinya dengan sesuatu yang transenden. Berzikir merupakan salah satu sarana untuk mendekatkan diri pada Allah yang hampir setiap hari dilakukan oleh umat Islam. Zikir juga merupakan amalan yang tidak memerlukan kondisi khusus, misalnya sholat dan puasa adalah amaliyah yang membutuhkan kondisi khusus, perempuan yang sedang menstruasi dilarang sholat dan berpuasa, tapi perempuan menstruasi tidak dilarang untuk berzikir. Zikir bukan hanya memberikan efek ketenangan pada diri manusia, zikir juga mampu membangun kedekatan dengan Allah (Wahyuni, 2025).

Zikir menjadi hal yang menjadi pusat perhatian dalam banyak kajian tasawuf, hal ini terjadi karena Zikir merupakan suatu proses penyucian diri (*tazkiyatun nafs*) dan representasi dari tahap *takhalli* dan *tahalli* (Rosihan Anwar, 2010). Penyucian diri pada tasawuf merupakan hal yang sangat penting dalam tahapan untuk mencapai tujuan puncak tasawuf. Jiwa yang suci laksana kaca yang bening dan bersih, sehingga cahaya dan karunia Allah akan mampu terpancar. Dengan berzikir akan terlaksana dua tahapan inti dari tasawuf, yakni tahap *takhalli* dan *tahalli*. *Takhalli* merupakan proses untuk mengosongkan diri manusia dari sifat-sifat yang tercela, sedangkan *tahalli* merupakan proses untuk menghiasi dan memenuhi diri manusia dengan sifat-sifat yang terpuji. Dalam tahapan tersebut tujuan puncaknya ialah *tajalli* atau terbukanya tabir atau batas antara hamba dengan Allah. Tujuan ini yang diidamkan oleh banyak dari kalangan umat muslim, hal ini membuat tasawuf berbasis tarekat masih sangat diminati oleh banyak masyarakat muslim, masyarakat muslim pedesaan khususnya (Senali, 1998).

Artikel ini ditulis dengan tujuan untuk mengkaji dan menjelaskan peran zikir sebagai metode bertasawuf yang relevan bagi masyarakat urban di era modern. Secara lebih spesifik, artikel ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan kondisi spiritualitas masyarakat urban yang menghadapi tekanan modernitas dan sekularisme; (2) menjelaskan kedudukan zikir dalam tradisi tasawuf, khususnya dalam konteks tahapan *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*; serta (3) menganalisis relevansi dan urgensi zikir sebagai solusi spiritual bagi problematika psikologis dan eksistensial yang dialami masyarakat perkotaan.

Adapun manfaat dari penulisan artikel ini dapat ditinjau dari dua sisi. Secara teoritis, artikel ini diharapkan dapat memperkaya khazanah kajian tasawuf kontemporer, khususnya dalam mengintegrasikan nilai-nilai spiritual Islam dengan kebutuhan masyarakat modern yang semakin kompleks. Secara praktis, artikel ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi individu, pendidik, konselor spiritual, maupun pemangku kebijakan dalam memahami dan mengembangkan praktik zikir sebagai sarana pembinaan kesehatan mental dan spiritual masyarakat urban.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif. Metode ini dipilih karena penelitian bersifat konseptual dan tidak melibatkan pengumpulan data lapangan secara langsung. Sumber-sumber yang digunakan mencakup buku, jurnal ilmiah, tesis, disertasi, serta kitab-kitab klasik karya para ulama yang berkaitan dengan tema tasawuf dan zikir. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*) dengan cara mengumpulkan, menelaah, dan menganalisis berbagai sumber pustaka yang relevan secara sistematis. Analisis dilakukan dengan merujuk pada dalil-dalil Al-Qur'an dan Hadits sebagai sumber normatif, serta pendapat para ahli dari berbagai disiplin ilmu seperti psikologi, sosiologi, dan ilmu tasawuf untuk memperkaya pembahasan. Hasil analisis kemudian disajikan secara deskriptif guna memberikan gambaran yang jelas mengenai relevansi zikir sebagai metode bertasawuf yang dapat diterapkan dalam kehidupan spiritual masyarakat urban.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi dan Pola Spiritualitas Masyarakat Urban

Masyarakat urban merupakan sebutan lain dari kelompok masyarakat yang hidup ditengah hiruk pikuk perkoataan. Urbanisasi membawa dampak yang besar dalam perubahan pola dan intraksi masyarakat. Dalam kehidupannya masyarakat perkotaan terlihat lebih individualis dibanding dengan masyarakat yang tinggal di daerah pedesaan, masih banyaknya kegiatan gotong royong di desa menjadi bukti masyarakat pedesaan masih saling membutuhkan antara satu dengan yang lainnya. Fenomena gotong royong ini sudah sangat jarang ditemukan di dalam pola hidup masyarakat perkotaan. Masyarakat perkotaan lebih memilih membayar orang daripada melakukan kegiatan gotong royong, misalnya lebih banyak menyewa tukang bersih-bersih masjid dibanding dengan melakukan gotong royong membersihkan masjid dengan warga sekitar masjid.

Menurut Noel Gist dan Halbert dalam buku *Urban Society* klasifikasi tipologi kota berdasarkan fungsinya digolongkan menjadi beberapa golongan. *Pertama*, kota yang berfungsi sebagai pusat industri, kota dengan tipologi seperti ini merupakan kota yang maju dalam kegiatan industri dan produksinya, seperti wilayah Gresik dan Mojokerto. *Kedua*, kota yang berfungsi sebagai pusat perdagangan, kota perdagangan biasanya berdekatan dengan akses transportasi skala besar seperti bandara dan pelabuhan. *Ketiga*, kota yang berfungsi sebagai pusat politik, kota dengan tipologi seperti ini merupakan kota pusat administrasi dan pemerintahan. *Keempat*, kota pusat kebudayaan, tipologi ini sangat jelas terlihat, dimana kebudayaan warisan nenek moyang masih abad dan lestari di wilayah tersebut. *Kelima*, kota pusat pariwisata, tipologi kota ini menonjolkan sisi pariwisata untuk menggaet wisatawan untuk datang di wilayah tersebut (Halbert, 1956).

Masyarakat yang hidup di wilayah perkotaan sangat akrab dengan adanya dinamika dan perkembangan teknologi yang semakin maju dan menjadi-jadi. Masyarakat urban dituntut untuk mahir beradaptasi dengan berbagai *pressure* dan perubahan yang terjadi. Perbedaan masyarakat urban dengan masyarakat pedesaan adalah pola individualisme masyarakat urban yang tinggi seakan tanpa membutuhkan bantuan orang lain untuk keberlangsungan hidupnya. Masyarakat urban cenderung lebih terbuka terhadap pengaruh yang berasal dari luar, sehingga perubahan sosial tampak nyata pada dinamika masyarakat urban. Masyarakat urban dengan kemudahan dalam mengakses informasi seringkali menjadi bumerang atas dirinya. Pola kehidupan luar negeri yang memiliki nilai moral yang jauh berbeda dengan nilai moral bangsa seringkali diamalkan dalam kehidupan sehari-hari. Nilai luhur nenek moyang tentang tata krama saat ini mulai tergeser dengan konsep kehidupan yang bebas seperti yang banyak terjadi di dunia barat.

Menurut Seyyed Hossein Nasr, kondisi manusia modern sedang dilanda badai kehampaan spiritual. Hal ini bermula dari berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi pada abad 18, selain itu perkembangan filsafat rasionalisme juga tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan transenden pada manusia, sehingga dunia dan segala bentuk isinya yang dihasilkan oleh manusia bersifat *nisbi* (Nasr, 1991). Kondisi kehampaan spiritual ini diakibatkan oleh pikiran ilmiah dari dalam diri manusia bahwa suatu kebenaran harus merupakan suatu hal yang bisa berulang, misalnya seperti fenomena ilmu pengetahuan bahwa air mendidih adalah pada suhu seratus derajat celsius yang dilihat dari termometer suhu, kebenaran ilmiah ini dapat diulang secara terus menerus.

Meskipun tidak menafikkan bahwa perkembangan sains modern juga menciptakan pertumbuhan ekonomi dan material yang baik, menghancurkan berbagai ketimpangan kultural yang terjadi di dalam masyarakat dan menghilangkan sifat diskriminatif di dunia global. Hal ini membuat masyarakat urban lebih rentan mengalami krisis spiritual dibanding dengan masyarakat pedesaan, mengingat bahwa masyarakat urban lebih mudah terpapar arus modernitas dibandingkan dengan masyarakat pedesaan. Karakteristik masyarakat urban secara individual merupakan orang-orang yang berpendidikan, rasional, suka memperkaya dirinya, kompetitif, realistis, mudah marah, mudah tersinggung, mudah frustrasi dan suka menonjolkan status pribadinya (Rosidi, 2020).

Pengamalan tradisi tasawuf pada kehidupan masyarakat urban yang terdampak arus modernitas dengan pesat adalah suatu alternatif untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan jasmani dan ruhani pada dirinya (Rosidi, 2020). Saat ini trend tasawuf pada masyarakat urban sudah cukup menjamur, banyak sekali dijumpai adanya majelis ta'lim maupun majelis zikir merupakan implementasi dari konsep spiritual pada masyarakat urban. Masyarakat urban mulai merasakan kehampaan dalam ruang jiwanya yang tidak terisi oleh aspek-aspek materialistik yang telah disediakan oleh sains modern dan teknologi. Pola spiritualitas masyarakat urban cenderung

berbentuk pada kegiatan kelompok ataupun pribadi tanpa adanya *baiat* seperti lazimnya terjadi dalam pola spiritualitas para penganut tarekat. Masyarakat urban sadar bahwa perlu adanya suatu ritual atau kegiatan untuk menghadirkan aspek *transenden* dalam dirinya, sebagai pengingat bahwa ada suatu kekuasaan lebih besar yang ada di atas dirinya, sehingga ketika datang kondisi terburuk maka masih ada tempat untuk memohon petunjuk (Shodiq, 2016).

Tasawuf sangat diperlukan pada masyarakat urban yang berhadapan langsung dengan roda modernitas, karena pada era ini banyak sebagian umat manusia yang mulai meninggalkan aspek-aspek ruhaniah atau beribadah kepada Allah, banyak masyarakat yang mulai lupa terhadap eksistensinya sebagai hamba Allah, sehingga banyak terjadi problem-problem dalam kehidupan. Pentingnya menghadirkan tasawuf dalam dinamika kehidupan masyarakat urban berangkat dari tujuan akhir dari tasawuf sendiri adalah untuk terciptanya kesalehan ritual dan kesalehan spiritual. Seperti yang dikatakan oleh Fazlur Rahman dalam Abdul Munir Mulkhan, bahwa inti dari kesalehan Islam adalah sebagai tanggung jawab nilai moral yang lahir dari pengalaman mistik dan bathiniah atau spiritual manusia (Abdul Munir Mulkhan, 2000).

Konsep Zikir Dan Bagiannya dalam Proses Bertasawuf

Bagi kalangan muslim yang taat, zikir merupakan salah satu ritual yang sangat sulit terpisahkan dari rentetan ibadah sehari-hari. Umumnya umat muslim akan melakukan zikir dengan menyebut asma Allah setiap selesai mengamalkan sholat, baik sholat fardhu maupun sholat sunnah. Berzikir merupakan suatu sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah. Banyak kaum muslim yang meyakini bahwa semakin dekat diri dengan Allah maka semakin dekat dengan kebahagiaan. Menurut Chodjim, Zikir berasal dari kata dzakara yang berarti mengingat, mengisi atau menaungi, artinya bagi orang yang berzikir berarti mencoba mengisi dan menaungi pikiran dan hatinya dengan kata-kata suci (Chodjim, 2003). Berzikir merupakan salah satu sarana untuk mengisi kekosongan jiwa dengan hal-hal positif yang berasal dari Allah sebagai komponen *transenden* dalam kehidupan manusia. Dalam berzikir kaum muslimin menyebut berbagai asma Allah, seperti bacaan tasbih ataupun asmaul husna.

Kata Zikir pada mulanya berarti mengucapkan dengan lidah atau menyebut sesuatu, maka ini kemudian berkembang menjadi "mengingat" karena mengingat sesuatu seringkali mengantar lidah menyebutnya (Nasution, 2013). Zikir dalam arti sempit adalah perbuatan mengingat Allah Swt dengan cara menyebut nama-nama dan sifat-sifat Allah Swt. Sedangkan Zikir dalam arti luas dapat diartikan sebagai perbuatan lahir atau batin yang tertuju kepada Allah Swt semata sesuai dengan perintah Allah Swt dan Rasul-Nya (Bukhori, 2008). Dalam kitab suci Al- Qur'an kata Zikir tertulis sebanyak 292 kali diberbagai surat dan berbagai bentuk kata (Baqi, 1981). Hal ini terlihat jelas bahwa berzikir merupakan salah satu perintah Allah kepada umat Nabi Muhammad.

Dengan berzikir manusia mendapatkan berbagai manfaat yang telah diterangkan oleh Allah sesuai dalil dalam Al-Qur'an dan Nabi Muhammad di dalam

Hadits-nya. Al-Sadiem menuliskan beberapa manfaat membaca zikir, antara lain: dapat menentramkan hati, mendapatkan ampunan dari Allah, mendapatkan pahala yang besar, menghapus keburukan dan dosa, dan memudahkan datangnya pertolongan dari Allah (Al-Sadiem, 2004). Dengan berbagai manfaat Zikir, bukan menjadi hal yang mustahil Zikir akan menjadi salah satu alternatif bagi masyarakat urban dalam mengatasi masalah kegersangan dan krisis spiritualitas yang merambak luas.

Zikir juga merupakan salah satu amaliyah khas dalam tradisi tasawuf, para sufi (red; ahli dalam ilmu tasawuf atau pengamal tasawuf) senantiasa membasahi lisannya dengan zikir, selain membasahi lisan para sufi juga memenuhi hatinya dengan zikir. Zikir secara bahasa adalah mengingat, sedangkan secara istilah zikir dimaknai dengan membasahi bibir dengan ucapan kalimat yang baik atau *kalimah thayyibah* (Rosihan Anwar, 2010). Zikir merupakan salah satu ibadah yang tidak terikat dengan keformalan, waktu dan bentuk pelafalan kalimat yang diucapkan secara berulang (Muhammad Basyrul Muvid, 2018). Tradisi tasawuf berangkat dari jaran inti dalam Islam, yakni Al-Qur'an dan Hadits. Hal ini menjadikan semua amaliyah yang diamalkan oleh para sufi terdahulu dan yang sampai saat ini masih langgeng diamalkan oleh kaum muslim juga bersandar pada dalil-dalil di dalam Al-Qur'an dan Hadits. Salah satu firman Allah yang merupakan seruan untuk membersihkan diri dan berzikir atau mengingat Allah adalah pada surat Al-A'la ayat 14 dan 15:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّىٰ وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّىٰ

“Sungguh, beruntunglah orang yang membersihkan dirinya (dengan beriman) dan mengingat nama Tuhannya, lalu dia salat (Quran.nu.or.id, 2025).

Ayat ini menjadi dasar bagaimana Allah memerintahkan kepada makhluknya untuk senantiasa membersihkan diri dan mengingat-Nya. Secara tidak langsung ayat ini juga menjembatani bagaimana hubungan antara zikir dengan tasawuf. Ajaran tasawuf tidak bukan merupakan ajaran yang bersumber murni pada ajaran Allah dan Nabi Muhammad, sehingga antara zikir dan tasawuf merupakan satu rangkaian tahapan dan tujuan.

Tasawuf merupakan suatu bidang keilmuan Islam yang fokus kajiannya adalah padapermasalahan hati manusia. Inilah yang membedakan tasawuf dengan berbagai bidang keilmuan Islam lainnya seperti fiqh, logika dan filsafat Islam. (Cecep Alba, 2014) Kebanyakan hati manusia menyimpan banyak sekali kesakitan, kekecewaan, kesombongan, keserakahan dan sebagainya. (Sunarno, 2022) Hati manusia mampu merefleksikan keadaannya dalam bentuk perilaku dan ucapan manusia. Ketika hati manusia bersih dan suci maka perilaku dan ucapan yang keluar dari mulutnya akan berupa kegiatan dan ucapan yang positif dan tidak menyakiti hati manusia lain. Upaya membersihkan hati ini bisa dilakukan salah satunya dengan membaca zikir.

Membaca zikir merupakan suatu upaya untuk senantiasa menyibukkan diri dengan hal-hal positif dan bernilai ibadah. Proses zikir mampu menghindarkan manusia dari keadaan lalai akan Allah sebagai kekuatan terbesar di alam semesta.

Kondisi lalai ini sangat mungkin terjadi pada masyarakat urban, mengingat kegiatan duniawi masyarakat urban lebih padat daripada masyarakat yang tinggal di wilayah pedesaan. Semakin banyak manusia membaca zikir maka akan semakin dekat dengan Allah, sehingga hatinya akan senantiasa merasa tenang dan damai. (Nurul Huda Nabillah dkk, 2025) Dalam dinamika tasawuf, zikir merupakan suatu elemen penting dalam proses *tazkiyatun nafs* atau proses penyucian diri. Dengan membaca zikir akan membasuh diri manusia dari debu-debu dosa sehingga akan kembali menjadi bersih dan suci. Ketika jiwa manusia sudah kembali bersih dan suci, maka cahaya dan pancaran ilahiyah akan lebih mudah masuk dan diterima oleh diri manusia. Cahaya ilahiyah ini mampu memberikan ketenangan dan ketentraman pada hati dan batin manusia, sehingga akan tercipta rasa aman dan damai dalam kehidupan manusia (Maula Sari dan Maharban, 2023).

Zikir Sebagai Salah Satu Pilihan Cara Bertasawuf Pada Masyarakat Urban.

Kehidupan modern pada masyarakat urban yang sangat kompetitif telah mampu mengubah pola pikir dan pola interaksi sosial pada masyarakat. Kebutuhan yang cukup besar pada masyarakat urban berakibat pada tingginya etos kerja. Prilaku etos kerja yang tinggi membuat masyarakat urban bekerja tanpa mengenal batas dan kepuasan serta lepas dari hegemoni agama. Hal ini berakibat pada berbagai hal positif yang disikapi tanpa adanya rasa syukur dan kegagalan dalam pekerjaan akan disikapi dengan putus asa karena sudah kehilangan pegangan agama (Nata, 2002). Dengan kedangkalan iman dan pola hidup yang materialistis, masyarakat urban akan lebih mudah menghalalkan segala cara untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dominasi rasio dalam ilmu pengetahuan telah menjadikan sekulerisme sebagai mentalis zaman dan spiritualisme sebagai anatema bagi kehidupan modern pada masyarakat urban. Kegersangan spiritual diyakini oleh banyak ahli psikologi sebagai akar dari berbagai permasalahan manusia modern (Nata, 2002).

Melihat kondisi masyarakat urban yang sedang digempur habis-habisan oleh arus modernitas, perlu adanya kekuatan *transenden* yang dihadirkan dalam kehidupan masyarakat urban. Membaca zikir merupakan salah satu terobosan untuk memberikan implementasi nilai tasawuf pada masyarakat urban. Jika dilihat pola pada masyarakat urban adalah pola manusia-manusia yang sibuk dengan pekerjaan sehari-hari yang harus dikerjakan, sehingga zikir sangat *related* untuk diamalkan oleh masyarakat urban. Macam-macam zikir menurut Samsul Munir Amin, sebagai berikut:

1. Zikir pikiran (*Tafakkur*). Berpikir tentang penciptaan langit dan bumi, memikirkan tentang diri sendiri sebagai sosok makhluk dan hamba Allah yang diciptakan dengan teramat indah dan sempurna, merenungkan dan memikirkan makna kandungan al-Qur'an adalah bentuk dari zikir kepada Allah, yakni zikir pikir.
2. Zikir lisan. Zikir lisan dapat dimaknai dengan zikir yang diucapkan dengan lisan dan dapat didengar oleh telinga. baik oleh orang yang bersangkutan maupun orang lain.

3. Zikir *qalbu*. Zikir *qalbu* adalah aktivitas mengingat Allah yang dilakukan dengan hati atau *qalbu* saja, artinya sebutan itu dilakukan dengan ingatan hati. Zikir *qalbu* juga dapat dimaknai dengan melaksanakan zikir dengan lidah dan hati maksudnya lidah menyebut lafal tertentu lafazh zikir, dengan suara yang pelan dan hati mengingat dengan meresapi maknanya.
4. Zikir amal. Zikir amal adalah setiap perbuatan atau aktivitas seseorang yang baik dan dapat mengantarkannya untuk teringat kepada Allah. Zikir amal juga dapat diartikan sebagai tindakan yang didasarkan pada aturan dan ketentuan Allah (Amin, 2013).

Zikir bukan hanya bisa dilakukan dengan duduk diam dan khusyuk, zikir boleh dilakukan bersamaan dengan berbagai kegiatan, misalnya bekerja sambil membaca zikir, meskipun utamanya zikir dilakukan dengan posisi duduk diam dan khusyuk. Orang yang senantiasa berzikir (mengingat Allah) hatinya akan tenang. Hidupnya tidak akan pernah merasa terancam dan khawatir (Muhammad Utsman Najati, 2005). Zikir bukan hanya menimbulkan kekuatan luar biasa yang membuat ketenangan batin, ketentraman hati, atau nyaman jiwa, melainkan juga akan membuat seseorang terkendali perilakunya, yaitu dengan kendali garis ketentuan Allah berupa perintah dan larangan-Nya (Adam Cholil, 2013). Berzikir kepada Allah hendaknya dilakukan setiap saat, di waktu pagi maupun petang, diwaktu siang maupun malam. Sehingga kesibukan pekerjaan dan urusan lain pada masyarakat urban tidak akan terganggu dengan amalan zikir yang dilakukan.

Membaca zikir merupakan salah satu representasi tasawuf secara amali, dimana tasawuf diwujudkan dalam bentuk amaliah badan. Amaliah ini adalah suatu upaya dalam membumikan perilaku tasawuf pada jiwa masyarakat urban. Zikir merupakan kegiatan yang dipilih dengan memperhatikan beberapa hal, seperti: efisinsi waktu, minimnya biaya, bisa dilakukan dimana saja, bisa diamalkan oleh siapa saja dan tidak membutuhkan syarat-syarat khusus ketika mengamalkannya. Zikir bukan sekedar upaya amaliah keagamaan yang bersifat transaksional. Zikir dalam perilaku tasawuf merupakan suatu hal yang dilakukan untuk membangun kecerdasan hikmah, kecerdasan batin dan kecerdasan spiritual.(Sunarno, 2022) Jika melihat pada berbagai kitab karya ulama tasawuf, banyak sekali dicantumkan bahwa zikir merupakan suatu amaliah yang sangat umum digunakan sebagai upaya untuk membersihkan diri dari berbagai kotoran duniawi. Kotoran duniawi jika tidak dibersihkan dan terus menumpuk dalam hati akan membuat hati menjadi keras dan gelap, sehingga akan sulit untuk menerima hidayah dan karunia dari Allah (Ainudzaky, M., Kholis, H., & Yusuf, 2025).

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa masyarakat urban tengah mengalami krisis spiritual yang serius akibat tekanan modernitas, sekularisme, dan dominasi rasionalisme ilmiah, yang berujung pada lima problematika utama: degradasi

moral, kehampaan spiritual, hilangnya makna hidup, stres dan frustrasi, serta hilangnya harga diri. Dalam konteks tasawuf, zikir merupakan elemen inti dalam proses *tazkiyatun nafs* dan menjadi representasi nyata dari tahapan *takhalli* dan *tahalli* yang berujung pada *tajalli*. Zikir terbukti sangat relevan sebagai metode bertasawuf bagi masyarakat urban karena bersifat fleksibel — dapat dilakukan kapan saja, di mana saja, oleh siapa saja, tanpa biaya dan syarat formal — sehingga mampu menghadirkan dimensi transenden di tengah padatnya aktivitas duniawi, sekaligus membangun ketenangan batin dan kecerdasan spiritual sebagai penawar kegersangan jiwa masyarakat modern.

Secara teoritis, penelitian ini menegaskan bahwa zikir tidak hanya relevan di lingkungan pesantren atau pedesaan, tetapi juga sesuai untuk menjawab kebutuhan psikologis dan eksistensial masyarakat perkotaan modern. Secara praktis, penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi individu, pendidik, konselor spiritual, dan pembuat kebijakan dalam mengembangkan zikir sebagai sarana pembinaan kesehatan mental dan spiritual masyarakat urban. Penelitian ini terbatas karena berbasis studi kepustakaan, sehingga hasilnya masih bersifat konseptual dan belum diuji secara langsung di lapangan. Selain itu, belum membahas perbedaan pengalaman spiritual antar kelompok masyarakat urban. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan studi lapangan atau pendekatan kuantitatif untuk mengukur dampak nyata zikir, serta membandingkan berbagai bentuk zikir guna mengetahui yang paling efektif bagi kelompok tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Munir Mul Khan. (2000). *Neo-Sufisme dan Pudarnya Fundamentalisme di Pedesaan*. UII Press.
- Adam Cholil. (2013). *Meraih Kebahagiaan Hidup dengan Zikir dan Doa*. AMP Press.
- Ainudzaky, M., Kholis, H., & Yusuf, K. (2025). Aktualisasi Nilai-Nilai Tarekat Qadiriyyah Naqsabandiyah Dalam Kehidupan Modern Di Indonesia: SOSIAL-RELIGI. *Tajdid: Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Kemanusiaan*, 9(2), 225-238. <https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.52266/tajdid.v9i2.4410>
- Al-Sadiem, S. din G. (2004). *Doa Zikir (Qoulu dan Fi'il)*. Mitra Pustaka.
- Ali, N. (2022). *Problema Manusia Modern (Solusi Tasawuf menurut Seyyed Hossein Nasr)*. PT RajaGrafindo Persada.
- Alkhoni Dahni Dalimunte, Parluhutan Siregar, I. S. (2021). Pengaruh Masuknya Budaya Kota Terhadap Akhlak Remaja Desa Untemanis. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 118–128.
- Amin, S. M. (2013). *Etika Berzikir berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah*. Amzah.
- Baqi, M. F. 'Abd al-. (1981). *Al-Mu'jam Al-Mufahras li Alfazzh Al-Qu'an Al-Karim*. Dar al Fikr.
- Bukhori, B. (2008). *Zikir Al Asma' Al-Husna*. Syiar Media.
- Cecep Alba. (2014). *Tasawuf dan Tarekat: Dimensi Esteris Ajaran Islam*. Remaja

Rosdakarya.

- Charismahenny, A. B. (2023). Analisis Dampak Kegiatan Urbanisasi Terhadap Perkembangan Wilayah Perkotaan. *PADMA EKAPITA*, 1(1), 1–6.
- Chodjim, A. (2003). *Alfatihah, Membuka Matahari dengan Surat Pembuka*. PT. Serami Ilmu Semesta,.
- Cholis, N., & Saw, M. (2018). Konsep Tasawuf Sebagai Psikoterapi Bagi Problematika Masyarakat Modern (Study Terhadap Kitab Ihya 'Ulumuddin Karya Imam Al - Ghazali). *MANTHIQ*, 2, 43–58.
- Halbert, N. P. G. & L. A. (1956). *Urban Society*. Thomas Y Crowell Company,.
- Harisman Harisman, M. I. I. (2023). Neo-Sufisme: Corak dan Model Spiritualitas Masyarakat Modern Harisman. *EL-AFKAR (Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Tafsir Hadis*, 12(1).
- Maula Sari dan Maharban. (2023). Pemurnian Diri Melalui Zikir dalam Perspektif Imam Al Ghozali. *Tasfiah (Jurnal Pemikiran Islam*, 2(7), 339–359.
- Muhammad Basyrul Muvid. (2018). *Zikir dalam Tarekat sebagai Metode Pembentukan Akhlak Perspektif KH. Albazi Nawawi dan KH. Mohammad Nizam Ash-Shafa*”,. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Muhammad Utsman Najati. (2005). *Psikologi dalam Al-Qur'an (Terapi Qur'ani Penyembuhan Gangguan Kejiwaan)*,. CV Pustaka Setia.
- Nasr, S. H. (1991). *Tasawuf Dulu dan Sekarang, Terj. Abdul Hadi W. M.* Pustaka Firdaus.
- Nasution, A. B. (2013). *Akhlak Tasawuf, Pengenalan, Pemahaman dan Pengaplikasiannya*. Rajawali Pers.
- Nata, A. (2002). *Akhlak Tasawuf*. Gramedia Pustaka Utama.
- Nurul Huda Nabillah dkk. (2025). Efektivitas Terapi Zikir dalam Penurunan Halusinasi pada Pasien Gangguan Jiwa: Literature Review. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 8(1).
- Quran.nu.or.id. (2025). *surat Al- A'la ayat 14 dan 15*. Quran.Nu.or.Id.
- Rahayu, E. S. (2021). Bertasawuf Di Era Modern : Tasawuf Sebagai Psikoterapi. *EMANASI*, 4(1).
- Rosidi. (2020). *Transformasi Ritual Tarekat Urban Al-Qadiriyyah Wa Al-Naqshabandiyah Al-Oesmaniyah*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Rosihan Anwar. (2010). *Akhlak Tasawuf*. Pustaka Setia.
- Senali, M. S. A.-A. (1998). *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*. Terbit Terang.
- Shodiq, M. (2016). *Tarekat Shiddiqiyyah di Tengah Masyarakat Urban Surabaya*. Pustaka Idea.
- Sunarno, A. S. &. (2022). Zikir Sufistik di Era Industri 4.0 Upaya Alternatif Menyelesaikan Problematika Modernitas”,. *Ma'rifat: Jurnal Ilmu Tasawuf*, no. 1(vol. 1,).
- Wahyuni, R. (2025). *Implikasi Zikir Dan Doa dalam Kehidupan Modern (Studi Analisis Pemikiran M. Quraish Shihab)*. UIN Datokarama.