

**SPIRITUAL WELL BEING
DALAM MEWUJUDKAN KEBAHAGIAAN
PADA LANJUT USIA PENGIKUT AJARAN SULUK
DI DESA KEDUNGBENDA KECAMATAN NUSAWUNGU
KABUPATEN CILACAP**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial**

**oleh:
ANIDATUL HIKMAH
2017101112**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anidatul Hikmah
Tempat / Tanggal Lahir : Cilacap, 15 April 2002
NIM : 2017101112
Fakultas/Prodi : Dakwah/ Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : *Spiritual Well Being* dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia Pengikut Suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap.

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan ada hasil atau karya sendiri, kecuali bagian-bagain yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 20 Februari 2024
Yang Membuat Pernyataan



Anidatul Hikmah
NIM. 2017101112



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

**Spiritual Well Being dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia Pengikut
Ajaran Suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap**

Yang disusun oleh **Anidatul Hikmah** NIM. 2017101112 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari **Rabu** tanggal **3 April 2024** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial** dalam **Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Prof. Dr. Abdul Wachid, B.S., M. Hum

NIP. 19661007 200003 1 002

Sekretaris Sidang/Penguji II

Rindha Widyaningsih, S.Fil, M.A

NIP. 19841226 202012 2 004

Penguji Utama

Dr. Henie Kurniawati, S.Psi., M.A Psi

NIP. 19790530 200701 2 019

Mengesahkan,

Purwokerto, Selasa, 23-09-2024

Dekan,



Dr. Muslimul Fuad, M.Ag.

NIP. 19741226 200003 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan bimbingan telaah, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari:

Nama : Anidatul Hikmah

NIM : 2017101112

Jenjang : S-1

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

Judul : *Spiritual Well Being* dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia Pengikut Suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Purwokerto, 21 Februari 2024
Pembimbing



Prof. Dr. Abdul Wachid, B.S., M. Hum
NIP. 196610072000031002

MOTTO

Allah Tidak akan membebani mereka melainkan sesuai dengan kadar kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (Kebajikan) yang dikerjakannya, dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya¹.

Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan) tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhan mu lah engkau berharap².



¹ “AL-Qur’an Q.S Al-Baqarah: 286,” n.d.

² “Al-Qur’an Q.S Al Insyirah: 6-8,” n.d.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tiada lembar skripsi yang paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan, Bismillahirrahmanirrahim skripsi ini saya persembahkan untuk:

Kedua orang tuaku tercinta dan tersayang

Alm. Bapak Ngaliman

Ibu Tukinah

Terimakasih untuk kedua orang tuaku yang senantiasa memberikan dukungan dan perhatian kepada penulis serta memberikan doa yang terbaik untuk kelancaran putrinya dalam pendidikan. Untuk bapak terimakasih telah menjadi panutan serta sosok yang penuh kerja keras dan selalu menginspirasi agar selalu tekun berusaha dan bersyukur, meskipun belum sempat menemani dan mengantarkan ke bangku perkuliahan. Kelak cita-cita putrimu akan mejadi persembahan yang paling mulia untuk bapak. Untuk ibu terimakasih atas segala kerja keras sehingga putrimu bisa sampai dititik ini, serta selalu memberikan dukungan, harapan, motivasi dan doa yang tiada henti hingga tugas akhir ini terselesaikan dengan baik.

Untuk kakakku Luluatul Choeriyah, terimakasih telah memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

Untuk diriku sendiri, terimakasih telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini.

Untuk seluruh keluarga besar Mbah Sandiatma,

dan seluruh keluarga besar Mbah Aswadi

Terimakasih atas doa, motivasi, dan dukungan dan bantuannya selama ini, hanya karya kecil ini yang dapat aku persembahkan untuk kalian.

**SPIRITUAL *WELL BEING* DALAM MEWUJUDKAN KEBAHAGIAAN
PADA LANJUT USIA PENGIKUT SULUK DI DESA KEDUNGBENDA
KECAMATAN NUSAWUNGU KABUPATEN CILACAP**

ABSTRAK

Kebahagiaan memiliki peran penting dalam kehidupan lanjut usia. Dengan timbulnya perasaan bahagia pada lanjut usia dapat membantu lanjut usia menghadapi tantangan dalam kehidupannya yang membuat lanjut usia sulit bahagia. Salah satu faktor personal yang dapat membantu lanjut usia mencapai kebahagiaan adalah spiritual *well being*.

Penelitian ini dilakukan diharapkan mampu mengetahui bagaimana spiritual *wellbeing* dalam mewujudkan kebahagiaan lanjut usia pengikut suluk di Desa Kedungbenda. Penelitian ini dilakukan dengan jenis penelitian *field research*, dengan pendekatan kualitatif dikarenakan untuk mengetahui proses terjadinya spiritual *wellbeing* pada lanjut usia pengikut suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda sampai dengan mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik obeservasi, wawancara dan dokumentasi. Informan dalam penelitian ini adalah lanjut usia pengikut suluk Naqsandiyah di Desa Kedungbenda

Melalui kegiatan suluk Naqsabandiyah yang ada di Desa Kedungbenda dapat membantu lanjut usia mewujudkan kebahagiaan melalui spiritual *wellbeing* yang terdapat dalam kegiatan suluk. Dalam penelitian ditemukan faktor yang mendorong lanjut usia mengikuti suluk karena adanya faktor internal yakni dorongan dalam dirinya sendiri dan faktor eksternal yakni dorongan dari keluarga dan pengaruh lingkungan. Menurut teori oleh Fisher dan Ellison dikemukakan bahwa spiritual *wellbeing* dalam diri seseorang akan tercipta apabila terdapat hubungan yang dinamis anantara individu dengan penciptanya, hal ini tergantung bagaimana pengembangan diri yang dilakukan oleh individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah lanjut usia mengikuti kegiatan suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda merasakan kebahagiaan dalam kehidupannya yang ditandai dengan hidupnya yang tentram, memaknai hidupnya, konsistensi dalam menjalankan kehidupan, serta memilki tujuan hidup sehingga dapat menemukan kebahagiaan.

Kata Kunci: Spiritual *Well Being*, Kebahagiaan, Lanjut Usia

**SPIRITUAL *WELL BEING* DALAM MEWUJUDKAN KEBAHAGIAAN
PADA LANJUT USIA PENGIKUT SULUK DI DESA KEDUNGBENDA
KECAMATAN NUSAWUNGU KABUPATEN CILACAP**

ABSTRACT

Happiness has an important role in the lives of the elderly. By creating feelings of happiness in the elderly, it can help the elderly face challenges in their lives that make it difficult for the elderly to be happy. One personal factor that can help elderly people achieve happiness is spiritual well-being

It is hoped that this research will be able to find out how spiritual well-being creates happiness for elderly Suluk followers in Kedungbenda Village. This research was carried out as a field research type of research, with a qualitative approach to determine the process of spiritual well-being in elderly followers of Suluk Naqsabandiyah in Kedungbenda Village to realizing happiness in the elderly. Data collection in this research was carried out using observation, interview and documentation techniques. The informants in this research were elderly Suluk Naqsandiyah followers in Kedungbenda Village.

Through suluk activities, Naqsabandiyah in Kedungbenda Village can help the elderly realize happiness through the spiritual *wellbeing* found in suluk activities. In the research, it was found that the factors that encourage older people to take part in suluk are due to internal factors, namely encouragement within themselves and external factors, namely encouragement from the family and environmental influences. According to the theory by Fisher and Ellison, it is stated that spiritual well-being in a person will be created if there is a dynamic relationship between the individual and his creator. This depends on how self-development is carried out by the individual. The results of the research show that after old age taking part in Naqsabandiyah suluk activities in Kedungbenda Village, they feel happiness in their life which is characterized by a peaceful life, meaning in their life, consistency in living their life, and having a purpose in life so they can find happiness.

Keywords: *Spiritual Well Being*, Happiness, Elderly

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb.

Puji Syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT karena limpahan rahmat, nikmat, dan karunia-Nya, yang dengan-Nya kita selalu memohon bantuan pada setiap saat dalam kehidupan ini. Semoga segala kebaikan, shalawat, rahmat, salam sellau terlimpah kepada junjungan Nabi kita semua Nabi Muhammad SAW.

Syukur alhamdulillah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “*Spiritual Well Being* dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia Pengikut Ajaran Suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap” sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sosial Universitas Islam Negeri Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa kehadiran skripsi ini selain kerja keras penulis, skripsi ini dapat terselesaikan tidak lepas dari bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu dengan kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M. Ag selaku Rektor UIN Prof. K.H Saifuddun Zuhri Purwokerto
2. Dr. Muskinul Fuad, M. Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
3. Bapak Prof. Dr. Abdul Wachid, B.S., M. Hum selaku dosen pembimbing yang selalu meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, kritik dan saran selama proses penyusunan skripsi.
4. Nur Azizah S.Sos.I., selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto
5. Keluarga Besar Civitas Akademik Fakultas Dakwah UIN prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

6. Kepada seluruh informan, terimakasih dan kesedian waktunya yang telah diberikan dan berkenan dalam membantu penulis memperoleh informasi dalam penyusunan skripsi ini
7. Sahabat tercinta penulis Novia Zahiyah, Farach Diba, Shinta Fauziah, Adila Rahmania Izzati, Disya Aghistiharah, Rahmadini Mulya Aisah, Muti Ulu Sangadah, Aisyah Putri Sabrina, Dessy Fitria Riyadi terimakasih atas segala motivasi, saling mendukung, mengingatkan, selalu membantu dan menemani penulis serta berbagi suka maupun duka dalam proses menempuh studi dan proses penyusunan skripsi, semoga kita akan selalu menjadi keluarga.
8. Teman-teman BKI C Angkatan tahun 2020 yang telah memberikan pengalaman selama penulis menempuh studi, semoga kita akan selalu menjadi keluarga.
9. Teman-teman KKN Desa Kejawang yang senantiasa saling membantu selama KKN serta memberikan motivasi dan dukungan selama penyusunan skripsi.
10. Teman-teman PPL SMA Al-Irsyad Kota Tegal, terimakasih telah memberikan pengalaman dan berbagi suka duka selama menempuh studi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, karena itu penulis berharap kritik dan saran demi perbaikan untuk skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Purwokerto, 20 Februari 2024

Penulis

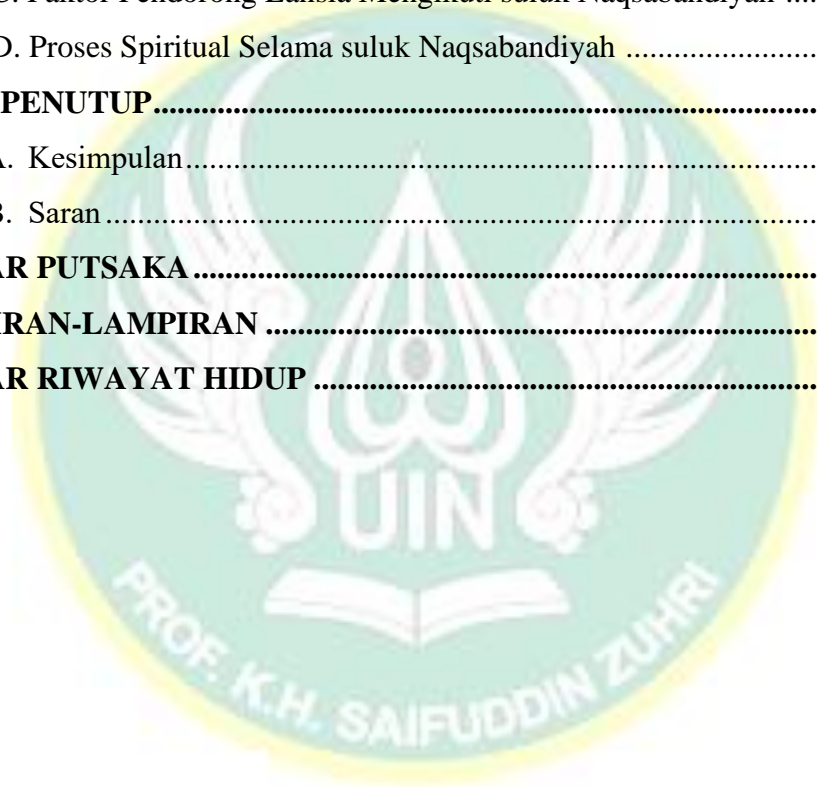


Anidatul Hikmah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah	7
C. Rumusan Masalah	11
D. Tujuan Penelitian.....	11
E. Manfaat Penelitian.....	12
F. Kajian Pustaka	13
G. Sistematika Pembahasan	17
BAB II KERANGKA TEORI.....	18
A. <i>Spiritual Well Being</i>	18
B. Kebahagiaan	21
C. Lanjut Usia	24
D. Suluk.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	29
1. Jenis Penelitian	29
2. Pendekatan Penelitian	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Informan dan Objek Penelitian.....	30
D. Sumber Data	32

E. Metode Pengumpulan Data	33
a. Observasi	33
b. Wawancara.....	30
c. Dokumentasi	33
F. Metode Analisis Data	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Suluk dalam Perspektif Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda	36
B. Kebahagiaan dalam Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda.....	43
C. Faktor Pendorong Lansia Mengikuti suluk Naqsabandiyah	48
D. Proses Spiritual Selama suluk Naqsabandiyah	61
BAB V PENUTUP.....	85
A. Kesimpulan.....	85
B. Saran.....	85
DAFTAR PUTSAKA	87
LAMPIRAN-LAMPIRAN	91
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	97



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Populasi lanjut usia di seluruh dunia diperkirakan akan meningkat 223% atau sebesar 694 juta orang diantara tahun 1970-2025. Pada angka tersebut WHO memprediksikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan peningkatan lanjut usia terbesar di dunia. Jumlah yang besar ini menarik perhatian bagi banyak pihak seperti para peneliti, pembuat kebijakan, serta praktisi akademis³.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik Nasional presentase lanjut usia di Indonesia mengalami peningkatan setidaknya 4 persen selama lebih dari satu dekade (2010-2022) sehingga menjadi 11,75 persen. Umur harapan hidup yang terjadi pada lanjut usia juga meningkat dari 69,81 tahun pada 2010 menjadi 71,85 tahun di tahun 2022. Angka tersebut menggambarkan setidaknya setiap penduduk yang lahir di tahun 2022 berharap akan dapat hidup hingga berusia 71 sampai dengan 72 tahun⁴.

Peningkatan jumlah lanjut usia di Indonesia dapat memberikan tantangan pada kehidupan lanjut usia. Tantangan utama saat ini yakni terkait dengan bagaimana mempertahankan kualitas hidup pada lanjut usia, mengingat semakin bertambahnya usia pada umumnya disertai dengan penurunan kapabilitas bekerja. Selain itu, penuaan yang terjadi pada usia lanjut juga diiringi dengan bertambahnya penyakit degeneratif dan disabilitas yang meningkatkan kebutuhan untuk pendampingan dan perawatan jangka panjang pada lanjut usia.

Pada hakikatnya lanjut usia juga mengalami suatu kemunduran sesuai dengan fase kehidupannya. Tantangan yang sering muncul dihadapi oleh lanjut usia adalah kesepian serta fungsi mengingat pada lanjut usia

³ Lukman Nul Hakim, "Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia," *Sumber* Vol. 17, No. 6 (2020).

⁴ "Statistik Penduduk Lanjut Usia," *Badan Pusat Statistik* Vol. 20 (2023): 3-4.

yang menurun. Keadaan lanjut usia yang sudah ditinggal meninggal oleh pasangannya seringkali membuat lanjut usia kesepian. Lebih lagi dengan semakin sedikitnya teman sebaya yang semakin berkurang, baik karena kematian, pindah rumah maupun sudah sulit untuk beraktivitas⁵. Keadaan-keadaan tersebut dapat membuat para lanjut usia akan merasa kesepian dan membuat psikis lanjut usia semakin menurun. Kondisi pada lanjut usia juga akan lebih buruk apabila kondisi ekonomi terbatas. Terutama pada lanjut usia yang penghasilannya sudah berkurang, baik karena sudah pensiun maupun lanjut usia sudah tidak mampu lagi untuk beraktivitas dan bekerja karena kondisi fisik dan psikis yang sudah menurun. Keadaan-keadaan yang dialami oleh lanjut usia tersebut merupakan masalah-masalah yang seringkali terjadi pada lanjut usia yang dapat menimbulkan tekanan dan ketidakbahagiaan pada lanjut usia.

Sehubungan dengan permasalahan yang dialami pada lanjut usia, kebahagiaan memiliki peran penting dalam kehidupan lanjut usia. Dengan timbulnya perasaan bahagia pada lanjut usia dapat membantu lanjut usia menyelesaikan permasalahan dalam kehidupannya. Lanjut usia dengan perasaan bahagia akan lebih terbuka dan siap dengan kegiatan yang baru yang akan dihadapi oleh lanjut usia selanjutnya. Lansia yang memiliki perasaan bahagia dapat memberikan evaluasi terhadap dirinya sendiri secara positif dan yakin bahwa dirinya dapat mengendalikan permasalahan-permasalahan yang ada di dalam hidupnya. Pada setiap fase kehidupannya lanjut usia memiliki faktor-faktor yang dapat berperan menjadi pendukung dan dapat dimanfaatkan oleh lanjut usia dalam mencapai sebuah kebahagiaan dalam dirinya diantaranya usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status sosial, agama, pendapatan, kesehatan, aktivitas sosial⁶. Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh lanjut usia tersebut *spiritual wellbeing* pada lanjut usia merupakan salah

⁵ Hakim, "Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia," 2020.

⁶ Andriani Lisa and Sugiharto, "Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas," *Jurnal Keperawatan BSI* Vol. 10, No. 2 (2022): 3.

satu dari faktor-faktor personal yang dapat menerapkan kebahagiaan pada lanjut usia.

Salah satu faktor personal yang dapat membantu lanjut usia mencapai kebahagiaan adalah spiritual *wellbeing*. Spiritual *wellbeing* adalah keadaan sejahtera yang dicapai individu ketika mereka memiliki hubungan yang positif dengan diri sendiri, dengan orang lain, dengan alam, dan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri mereka sendiri.

Sejalan dengan penelitian yang ditulis oleh Dwi Fijianto, Megah Andriany dan Elis Hartati menunjukkan bahwa spiritual *wellbeing* memiliki peran penting pada lanjut usia dalam meningkatkan spiritualitas lanjut usia. Semakin meningkatnya usia pada lanjut usia maka spiritual *wellbeing* pada lanjut usia semakin meningkat. Hal ini dapat terjadi karena pada masa dewasa akhir seseorang akan kembali kepada fitrah dan spiritualitas dalam hidupnya. Fitrah dan spiritualitas ini dapat mengarah pada ketaatan terhadap Tuhan serta tujuan hidupnya. Sedangkan pada masa dewasa akhir individu seringkali mengalami konflik internal dalam dirinya yang dapat menentukan kepribadian dirinya. Oleh karena itu pada masa ini lanjut usia dapat berfokus untuk dapat mencapai hubungan sosial serta dapat mengekspresikan dirinya⁷.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa spiritual *wellbeing* atau kesejahteraan spiritual memiliki peran yang signifikan terhadap depresi yang dialami pada lanjut usia. Spiritual *wellbeing* sebagai cara yang dapat dijadikan intervensi dalam membantu lanjut usia menghadapi permasalahan hidupnya. Kesejahteraan atau spiritual *wellbeing* merupakan suatu tanda kesehatan positif pada lanjut usia yang dapat dijadikan sebagai cara pada lanjut usia menghadapi peristiwa hidupnya yang berkaitan dengan masalah kesehatan pada lanjut usia⁸.

⁷ Dwi Fijianto, Megah Andriany, and Ellis Hartati, "Studi Deskriptif Spiritual Well Being Warga Binaan Pemasyarakatan Laki-Laki Berdasarkan Usia Di Lembaga Pemasyarakatan Kantor Wilayah Kementerian Hukum," *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 8 (2020): 37.

⁸ Dian Ratna Elmaghfuroh, Jauhari Ahmad Febriansyah, and Rahmawati Catur Agustiniingsih, "Spiritual Well-Being Pada Lansia Dengan Depresi: Studi Kasus," *Scientific*

Pada hasil penelitian juga menjelaskan bahwa spiritual *wellbeing* menggambarkan tujuan hidup dalam diri individu yang dapat dinilai berdasarkan kepuasan dalam menjalani kehidupannya. Selain itu individu yang mampu mencapai kesejahteraan spiritual mampu mengatasi kesulitan di dalam kehidupannya serta keterbatasan yang dimiliki dalam menjalani peristiwa dalam hidupnya. Kesejahteraan secara spiritual dalam diri seseorang juga dapat mencerminkan bagaimana keharmonisan dalam hubungan dengan dirinya sendiri, orang lain maupun dengan lingkungannya⁹.

Berdasarkan hasil penelitian diatas belum spesifik seperti yang digambarkan di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap, dimana dalam lokasi ini menjelaskan bahwa spiritual *wellbeing* mampu mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia pengikut ajaran suluk yang belum dijelaskan oleh penelitian sebelumnya. Dalam menemukan lokasi ini penulis sebelumnya sudah melakukan observasi terlebih dahulu, sehingga lokasi ini sesuai dengan karakteristik yang dijadikan penulis dalam menyusun skripsi ini.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan, di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap memiliki tingkat lanjut usia yang tinggi, sesuai dengan data yang diperoleh melalui pemerintah Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu yang menyatakan bahwa lanjut usia di Desa Kedungbenda berjumlah 1339 jiwa dari jumlah seluruh penduduk sebanyak 2333 perempuan dan 2167 penduduk laki-laki. Berdasarkan data lanjut usia di Desa Kedungbenda kebahagiaan pada lanjut usia perlu dikaji dan dianalisis, hal ini perlu dilakukan untuk dapat

Proceedings of Islamic and Complementary Medicine Vol. 1, No. 1(2022): hlm 91, <https://doi.org/10.55116/SPICM.VIII.11>.

⁹ Rurin Nurmaidah, Nur Widyawati, and Jon Hafan Sutawardana, "Hubungan Spiritual Well-Being Dengan Hardiness Pada Pasien Diabetes Melitius Tipe 2 di Poliklinik RS Tingkat III Baladhika Husada Jember," *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan* Vol. 9, No. 3 (2020): hlm 402-417, <https://doi.org/10.20527/dk.v9il.9179>.

mengetahui upaya yang dilakukan lanjut usia dalam mengembangkan kebahagiaan dalam kehidupannya.

Berkaitan dengan adanya permasalahan yang terdapat di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu penulis menemukan bahwa upaya yang dilakukan pada lanjut usia dalam mewujudkan kebahagiaan dengan cara memenuhi kebutuhan spiritual dan kebutuhan batiniah dalam hidupnya hal ini dilakukan dengan mengikuti suluk sebagai cara dalam mewujudkan kesejahteraan spiritual pada lanjut usia. Dari permasalahan yang ada diatas, penulis berusaha untuk mengaitkan bagaimana kesejahteraan spiritual atau spiritual *wellbeing* dalam mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia pengikut ajaran suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap.

Dalam penelitian ini penulis menemukan 5 informan dari 15 jama'ah pengikut suluk yang ada di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu. Penulis melakukan wawancara serta observasi kepada 5 anggota jamaah pengikut ajaran suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap, informan mengatakan bahwa mengikuti ajaran suluk untuk meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT, memperbaiki diri, memberikan makna serta kebahagiaan dalam diri lanjut usia, menjadikan sandaran dalam menghadapi permasalahan hidupnya, pengingat kematian dalam diri lanjut usia serta meningkatkan kuliatas keimanan karena mereka merasa tidak puas apabila hanya menjalankan kewajiban dan sunnah-Nya dan yang paling penting dalam hal ini adalah guna mendekatkan diri kepada Allah.

Suluk merupakan salah satu cara yang digunakan oleh lanjut usia di Desa Kedungbenda untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT untuk menerapkan islam secara kaffah dalam mencapai penghayatan agama secara sempurna, tidak hanya itu suluk atau tarekat banyak dilakukan oleh lansia untuk mewujudkan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup pada lansia untuk hari tuanya. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an Surah Al-Jin ayat 16 yang berlafadzkan:

وَأَنْ لَّوِاسْتَقَمُوا عَلَى الطَّرِيقَةِ لَأَسْقَيْنَهُمْ مَاءً غَدَقًا

Artinya : “Dan sekiranya mereka tetap berjalan lurus di jalan itu (agama islam) niscaya Kami akan mencurahkan air yang cukup kepada mereka”¹⁰.

Ayat ini sering dijadikan sebagai rujukan oleh para ulama-ulama tasawuf dalam menjalankan amalan-amalan yang mereka percayai. Ketika kita mengamalkan ajaran tarekat atau suluk ini kita akan memperoleh apa yang akan menjadi tujuan kita didalam syariat agama islam untuk dapat bersyukur tentang apa yang sudah diberikan oleh Allah sehingga dapat mewujudkan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup dalam kehidupan. Sebagaimana ayat diatas terdapat di dalam terjemahan Tafsir Al-Jalalain, Allah SWT berfirman mengenai orang-orang kafir di Mekkah: “Dan bahwasannya jika mereka tetap berjalan lurus di jalan islam, maka Kami akan memberi minum kepada mereka yang memberi air yang banyak dari langit”¹¹.

Dengan adanya kegiatan suluk lanjut usia di Desa Kedungbenda mampu merealisasikan dalam memenuhi kebutuhan spiritual lanjut usia. Berdasarkan wawancara informan pengikut ajaran suluk menjelaskan:

“Suluk merupakan sebuah ritual dalam menuju tahapan-tahapan selanjutnya dalam ajaran tarekat, dimana suluk tersebut dilakukan dengan cara berkhilawat atau menginap selama 10 hari atau 20 hari atau 40 hari. Ritualnya antara lain mandi taubat, berpuasa, berdzikir serta mengikut tawajuhan dengan bacaan yang sudah ditentukan oleh mursyid kepada muridnya dimana setelah jamaah melakukan baiat”¹².

Berdasarkan gambaran permasalahan pada lanjut usia pengikut ajaran suluk dalam mencapai spiritual *wellbeing* sehingga mampu

¹⁰ Husnul Khatimah, “Konsep Pendidikan Tarekat Dan Tasawuf Kajian Surat Jin Ayat 16 Dan Surat Al- Jumuah Ayat 2,” *Jurnal Ilmu Pengetahuan* Vol. 3, No. 1 (2023).

¹¹ Husnil Khatimah, “Konsep Pendidikan Tarekat Dan Tasawuf Kajian Surat Jin Ayat 16 Dan Surat Al-Jumu’ah Ayat 2,” *Cendekia: Jurnal Ilmu Pengetahuan* 3, No. 1 (2023): 10–20.

¹² “Hasil Wawancara Informan IS,” November 23, 2023.

mewujudkan kebahagiaan pada kehidupan lanjut usia perlu dikaji serta dianalisis terkait dengan bagaimana upaya yang dilakukan lanjut usia dalam mengembangkan spiritual *wellbeing* sehingga mampu mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia pengikut ajaran suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses terjadinya sampai menuju kesejahteraan spiritual pada lansia yang mengikuti ajaran suluk dan bagaimana kesejahteraan spiritual pada lansia yang mengikuti ajaran suluk. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penelitian ini fokus pada pembahasan tentang Spiritual *Well Being* dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lansia Pengikut Ajaran Suluk di Desa KedungBenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap.

B. Penegasan Istilah

1. Spiritual *Well Being*

Kesejahteraan spiritual disebut juga sebagai spiritual *wellbeing*. Definisi spiritual *well being* menurut Hungelman, Kelkel-Rossi, dan Klassen adalah perasaan yang terhubung harmonis secara interpersonal, intrapersonal, alam, dan intensitas alam semesta secara menyeluruh dan tidak memiliki batas. Spiritual *wellbeing* diraih seiring dengan perkembangan yang dinamis dalam kehidupan individu sehingga menyatu dan mengarah pada kesadaran seorang individu dalam menentukan dan menemukan tujuan hidup

Ellison menyampaikan bahwa spiritual *wellbeing* adalah suatu situasi yang muncul dari keadaan kesehatan spiritual dan akan terlihat melalui ekspresi kesehatan yang baik. Spiritual *wellbeing* merupakan indikasi kualitas hidup seseorang dalam dimensi spiritual atau indikasi dari kesehatan spiritual mereka ¹³.

¹³ Raja Oloan Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut Ellison Dan Fisher," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* Vol. 3, No. 1 (2019): 43–53.

Sementara Fisher yang merujuk pada *The National Interfaith Coalition on Aging (NICA)* di Washington menjelaskan spiritual *wellbeing* sebagai bentuk penegasan hidup yang berhubungan dengan Tuhan, diri sendiri, komunitas, lingkungan secara keseluruhan. Hubungan ini dapat dikembangkan menjadi empat domain yang saling berhubungan dengan keberadaan manusia terkait dengan kesehatan mental¹⁴.

Ellison menjelaskan kesejahteraan spiritual adalah menguraikan hubungan yang dinamis antara individu dengan Sang pembangun hubungan dengan pencipta, hubungan yang harmonis tergantung dengan bagaimana pengembangan diri yang dilakukan individu atas dasar keinginan dan memiliki tujuan dan nilai-nilai kehidupan secara pribadi¹⁵.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa spiritual *wellbeing* adalah sebuah kondisi dimana individu memiliki hubungan yang dinamis dengan Sang pencipta yang diekspresikan melalui hubungan dengan orang lain sikap yang positif memiliki tujuan hidup serta membuat hidup lebih bermakna.

Spiritual *wellbeing* yang dimaksud dalam penelitian disini adalah keadaan spiritual individu setelah mengikuti kegiatan suluk Naqsabandiyah sehingga dapat menciptakan kebahagiaan, ketentraman hidup, konsistensi dalam beribadah, pemaknaan hidup, tujuan hidup serta pedoman dalam kehidupan.

2. Kebahagiaan

Kebahagiaan merupakan perasaan positif yang dirasakan individu yang akan mendorong individu untuk melakukan sebuah tindakan yang bermanfaat dan disebabkan oleh kegiatan yang positif

¹⁴ Raja Oloan Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well Being Menurut Ellison dan Fisher," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni* Vol. 3, No. 1 (2019): 43-53.

¹⁵ Anton Wiyahya, Fajar Agung Nugroho, and Cahyu Septiwi, "Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik," in *Prosiding University Research Colloquium*, (2023): 105-17.

dengan tidak adanya perasaan yang negatif¹⁶. Kebahagiaan merupakan perasaan dan keadaan tenang baik secara lahir maupun batin tanpa adanya perasaan gelisah pada diri individu.

Pada dasarnya, kebahagiaan adalah sebuah keadaan yang subjektif, dimana setiap individu dapat memiliki pemaknaan yang berbeda-beda dalam memahami arti kebahagiaan. Agar dapat membentuk sebuah kebahagiaan seseorang dapat lebih memahami serta menerapkan hal-hal yang menjadi faktor penerimaan diri seperti pemahaman terhadap dirinya sendiri serta dapat memahami tentang adanya konsep diri¹⁷.

Kebahagiaan yang dimaksud dalam penelitian adalah keadaan lanjut usia setelah mengikuti ajaran suluk Naqshabandiyah sehingga dapat mewujudkan kebahagiaan dalam kehidupannya dan menjadikan kehidupannya lebih bermakna.

3. Lanjut Usia

Menurut Undang-undang Nomor 13 tahun 1998 lanjut usia (lansia) adalah Lanjut usia adalah seseorang telah memasuki usia 60 yang mengalami perubahan baik secara fisik, mental maupun sosial. Lanjut usia adalah suatu keadaan yang pasti akan dialami oleh manusia apabila memiliki umur yang panjang¹⁸.

Menurut Laslet mengatakan bahwa menjadi tua (*aging*) merupakan perubahan yang dialami manusia secara perlahan pada semua tingkatan umur dan waktu. Sedangkan usia lanjut (*old aging*) merupakan tahap akhir yang dilalui oleh manusia pada proses penuaan¹⁹.

¹⁶ Desi Ariska et al., "Makna Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perempuan Di Era Millennials," *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi* Vol. 5, No. 1 (2020): 66–74.

¹⁷ Wiyahya, Nugroho, and Septiwi, "Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik."

¹⁸ Lukman Nul Hakim, "Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia," *Sumber* Vol. 17, No. 6 (2020).

¹⁹ Coallina Dwi Kurnia, "Analisis Sumber-Sumber Kebermaknaan Hidup Para Lansia Bekerja Di Desa Wates Kecamatan Wates Kabupaten Kediri" (IAIN Kediri, 2021).

Lanjut Usia merupakan tahap akhir dari proses penuaan. Menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam proses kehidupan manusia. Proses menua merupakan suatu proses yang dilalui sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan manusia dalam kehidupan. Menjadi tua merupakan proses yang telah menandakan bahwa manusia telah melalui tiga tahapan yaitu anak-anak, dewasa dan lanjut usia²⁰.

Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa lanjut usia adalah seseorang yang sudah berusia diatas 60 tahun dan mengalami perubahan secara biologis baik secara fisik maupun mental. Sedangkan lanjut usia yang dimaksud dalam penelitian ini adalah lanjut usia yang mengikuti ajaran suluk dan secara spiritual mereka memiliki kualitas hidup yang baik meskipun mereka memiliki keterbatasan baik dari segi ekonomi, pendidikan yang rendah, tidak memiliki pasangan hidup (janda/duda).

4. Suluk

Suluk adalah sebuah kegiatan yang rutin dilakukan dalam kurun waktu tertentu yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah. Seseorang dapat mengikuti ajaran suluk apabila sudah mengambil tarekat, dimana tarekat adalah sebuah jalan (spiritual) yang ditempuh untuk mendekatkan diri kepada Allah sesuai ajaran Nabi Muhammad SAW dengan cara harus menyucikan diri terlebih dahulu²¹.

Faisal Muhamad Nur menjelaskan bahwa suluk merupakan suatu aktivitas muram yang dipimpin kelompok dengan melibatkan berdiam diri di rumah suluk, Hal ini dilakukan dengan tujuan mensucikan diei, meningkatkan keimanan, mendekatkan diri kepada

²⁰ Dian Eka Putri, "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia," *Jurnal Inovasi Penelitian* Vol. 2, No. 4 (2021): 1147–52.

²¹ Adlan Sanur Tarihoran, "Ritual and Pandemic: The Suluk Tradition of the Tarekat Naqsyabandiyah Bukittinggi Amid the Covid-19," *Jurnal Fuaduna: Jurnal Kajian Keagamaan Dan Kemasyarakatan* Vol. 5, No. 2 (2021): 183–93.

Allah SWTserta mencari risha Allah SWT. Dilarang mengkonsumsi makhluk hidup apapun, termasuk daging, ikan saat melakukan proses suluk. Dilarang juga berbicara pada saat proses suluk berlangsung, hal ini dilakukan untuk memudahkan menahan hawa nafsu dan menjaga hati hanya tertuju kepada Allah SWT²².

Berdasarkan penjelasan diatas suluk yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah ajaran suluk Naqsabandiyah yang diikuti oleh lanjut usia di Desa Kedungbenda dengan tujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah dalam mewujudkan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup di masa tuanya. Suluk Naqsabandiyah sendiri merupakan

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana suluk dalam perspektif Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?
2. Bagaimana kebahagiaan dalam perspektif suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?
3. Apa saja faktor pendorong lansia mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?
4. Bagaimana proses spiritual selama suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui suluk dalam perspektif Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?

²² Fadil Muhammad Nur, "Kontroversi Jazbah Dan Suluk Dalam Tarekat Al-Naqsabandiyah Al-Khalidiyah," *Jurnal Studi Agama- Agama* 3, no. 1 (2023): 66–80, <https://doi.org/10.2237/arj.v3il.1.5243>.

2. Untuk mengetahui kebahagiaan dalam perspektif Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?
3. Untuk mengidentifikasi faktor pendorong lansia mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?
4. Untuk mengetahui proses spiritual selama suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap?

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Memperkuat teori tentang spiritual *wellbeing* dan kebahagiaan
 - b. Memberikan kontribusi pada penelitian tentang ajaran suluk dan dampaknya pada *wellbeing* dan kebahagiaan.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi lanjut usia pengikut ajaran suluk:
 - 1) Meningkatkan pemahaman spiritual *wellbeing* dan kebahagiaan.
 - 2) Memperkuat keyakinan dan motivasi dalam mengikuti ajaran suluk.
 - b. Bagi masyarakat luas:
 - 1) Meningkatkan pengetahuan tentang ajaran suluk dan dampaknya pada *wellbeing* dan kebahagiaan.
 - 2) Memberikan informasi bagi yang ingin mengikuti ajaran suluk.
 - c. Bagi Program studi Bimbingan Konseling:
 - 1) Memperkaya ilmu pengetahuan dan wawasan tentang spiritual *wellbeing*, kebahagiaan dan ajaran suluk.
 - 2) Memberikan bahan ajar dan penelitian bagi mahasiswa.
 - d. Bagi penelitian selanjutnya
 - 1) Memberikan masukan dan referensi untuk penelitian tentang spiritual *wellbeing*, kebahagiaan dan ajaran suluk.

F. Kajian Pustaka

Berdasarkan jurnal yang ditulis oleh Dwi Fijianto, Megah Andriany dan Elis Hartati yang berjudul Studi Deskriptif Spiritual *Well Being* Warga Binaan Pemasyarakatan Laki-laki berdasarkan Usia di Lembaga Pemasyarakatan Kantor Wilayah Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Jawa Tengah: Studi Pendahuluan (2020) dengan menggunakan metode kuantitatif yang dilakukan dengan studi observasional dengan metode penelitian cross sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat spiritual *wellbeing* lanjut usia laki-laki berdasarkan usianya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan bertambahnya usia, spiritual *wellbeing* lanjut usia laki-laki akan meningkat ketika lanjut usia laki-laki mengalami peningkatan dalam usianya. Jadi dapat penulis simpulkan bahwa tujuan dalam penelitian ini adalah bagaimana tingkat spiritual *wellbeing* pada lanjut usia laki-laki berdasarkan usianya, sedangkan dalam penelitian ini penulis menjelaskan terkait dengan bagaimana spiritual *wellbeing* dalam mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia pengikut suluk.²³

Berdasarkan jurnal yang ditulis oleh Dian Ratna Elmaghuroh, Jauhari Ahmad Febriansyah dan Rahmawati Catur Agustini dengan judul Spiritual *Well Being* pada Lansia dengan Depresi (2022) menggunakan metode studi kasus tunggal dengan sampel penelitiannya lanjut usia. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh spiritual *wellbeing* pada lanjut usia yang mengalami depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual atau spiritual *wellbeing* memiliki peran penting dan memiliki dampak positif pada kesehatan serta dapat membantu lanjut usia yang mengalami stress depresi dan masalah kesehatan dalam membantu mengatasi peristiwa yang terjadi dalam hidupnya. Perbedaan yang signifikan dengan penelitian yang penulis tulis terletak pada tujuan

²³ Dwi Fijianto, Megah Andriany, and Ellis Hartati, "Studi Deskriptif Spiritual Well Being Warga Binaan Pemasyarakatan Laki-Laki Berdasarkan Usia Di Lembaga Pemasyarakatan Kantor Wilayah Kementerian Hukum."

penelitian, dimana penulis membahas bagaimana spiritual *wellbeing* dapat mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia pengikut ajaran suluk. Sedangkan dalam penelitian ini membahas terkait pengaruh spiritual *wellbeing* dalam mengatasi depresi pada lanjut usia²⁴.

Berdasarkan jurnal yang ditulis oleh Tuti Anggraini dkk (2021) tentang Analisis Spiritualisasi Pendidikan Islam dalam Hubungan Bermasyarakat, dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk melihat bagaimana agama dan spiritual (kepercayaan) dalam hubungan sosial dapat membantu dalam menentukan makna dan pengaruh hidupnya. Hasil menunjukkan bahwa kegiatan yang berhubungan dengan keagamaan kerap dilakukan oleh para lansia dengan antusias terutama kegiatan tarekat/suluk. Para lansia meyakini bahwa setelah mengikuti ajaran suluk dapat menambah optimis tasawuf dan tarekatnya akan muncul sebagai penyemangat dalam kehidupan. Jadi fokus penelitian yang dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana spiritual agama dan kepercayaan dapat membantu manusia menghadapi dan mengatasi permasalahannya.²⁵

Berdasarkan jurnal yang ditulis oleh Rurin Nurmaidah, Nur Widyawati dan Jon Hafan Sutawardhana dengan judul Hubungan Spiritual *Well-Being* dengan Hardiness pada Pasien Diabetes Melitius Tipe 2 di Poliklinik RS Tingkat III Baladhika Husada Jember (2020) dengan menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Tujuan dalam penelitian ini yakni untuk menganalisis hubungan antara spiritual *wellbeing* dengan *hardiness* pada pasien diabetes melitius tipe 2. Hasil yang menunjukkan bahwa semakin tinggi spiritual *wellbeing* maka semakin tinggi *hardiness* yang terjadi pada pasien DM tipe 2. Sehingga dalam penelitian ini dapat menunjukkan spiritual *wellbeing*

²⁴ Dian Ratna Elmaghfuroh, Jauhar Ahmad Febriansyah, and Rahmawati Catur Agustini, "Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia Dengan Depresi: Studi Kasus," *Prosiding Ilmiah Pengobatan Islam Dan Komplementer* Vol. 1, No. 1 (2022).

²⁵ Tuti Anggraini Et Al., "Analisis Spiritualisasi Pendidikan Islam Dalam Hubungan Bermasyarakat Di Desa Hajoran Kabupaten Labuhanbatu Selatan," 2021.

dalam meningkatkan hardiness pada pasien DM tipe 2. Perbedaan yang signifikan dengan penelitian yang penulis buat yakni terletak pada tujuan penelitian, dimana penulis akan menjelaskan bagaimana spiritual *wellbeing* pada lanjut usia pengikut suluk, jadi fokus yang akan dilakukan pada penulis adalah mengkaji bagaimana spiritual *wellbeing* yang terjadi pada lanjut usia pengikut suluk.²⁶

Berdasarkan jurnal yang ditulis oleh Bestfy Anitasari dan Fitriani dengan judul Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup Lansia (2021) dengan menggunakan metode literature review dan analisis tema. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana hubungan pemenuhan kebutuhan spiritual pada lanjut usia dengan kualitas hidup lansia. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dengan kebutuhan spiritual yang terpenuhi dengan baik akan meningkatkan kualitas hidup pada lanjut usia, sehingga kebutuhan spiritual memberikan peran yang positif terhadap kualitas hidup lanjut usia.²⁷

Berdasarkan skripsi yang ditulis oleh Rosmaida Harahap (2019) tentang Tradisi Suluk Para Lansia di Desa Batang Ditinjau dari Akidah Islam menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan interview dan wawancara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tradisi suluk para lansia di Desa Batang. Berdasarkan hasil wawancara pada penelitian ini disebutkan bahwa para lansia pengikut suluk dalam mengartikan suluk adalah sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada Allah, terus berdzikir mengingat Allah dan yang paling penting pada lansia dalam penelitian ini yaitu mengikuti suluk sebagai sebuah upaya menjalankan sunnah Nabi Muhammad SAW. Jadi dapat diberikan penjelasan bahwa fokus dalam penelitian skripsi ini yaitu bagaimana tradisi suluk yang terjadi pada lansia di Desa Batang. Sedangkan fokus penelitian

²⁶ Nurmaidah, Widyawati, and Hafan Sutawardana, "Hubungan Spiritual Well-Being Dengan Hardiness Pada Pasien Diabetes Melitius Tipe 2 Di Poliklinik RS Tingkat III Baladhika Husada Jember."

²⁷ Bestfy Anitasari, "Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia: Literature Review," *Journal Fenomena Kesehatan* Vol. 4, No. 01 (2021): 463–77.

yang penulis tulis adalah bagaimana proses terjadinya spiritual *wellbeing* pada lanjut usia²⁸.

Berdasarkan skripsi yang ditulis oleh Ice Tanzila (2022) tentang praktik suluk terhadap perubahan perilaku sosial keagamaan pada masyarakat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kualitatif. Tujuan dalam penelitian ini yaitu bagaimana implementasi praktik suluk terhadap perubahan perilaku sosial keagamaan. Hasil penelitian dalam penulisan skripsi ini yaitu dengan adanya kegiatan suluk yang diadakan di Desa Pekon memberikan pengaruh positif karena tujuan dari diadakannya suluk ini adalah sebagai Upaya mendekatkan diri dengan Allah. Perbedaannya yakni terletak pada fokus penelitian dan gambaran permasalahan yang terjadi²⁹.

Berdasarkan skripsi yang ditulis oleh Sida Wati Rambe (2021) tentang Perkembangan Persulukan Lanjut Usia Ma'arif Muslimin Padan Sidempuan, dengan menggunakan metode kualitatif. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui perkembangan persulukan pada lanjut usia. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa suluk memiliki makna yang sangat mendalam bagi para lansia karena dengan adanya kegiatan suluk ini dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT dan menjalankan sunnah Nabi Muhammad SAW, tidak hanya itu kegiatan suluk ini juga dapat memperbanyak amalan ibadah bagi para lansia pengikut ajaran suluk³⁰.

²⁸ Rosmaida Harahap, "Tradisi Suluk Para Lansia Di Desa Batang Baruhar Jae Kecamatan Padang Bolak Kabupaten Padang Lawas Utara Ditinjau Dari Akidah Islam" (Universitas Islam Negeri Sumatera Utara,(2018).

²⁹ Tanzila Ice, "Praktik Suluk Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Keagamaan Pada Masyarakat Pekon Sukarame Kecamatan Pesisir Selatan Kabupaten Pesisir Barat" (Uin Raden Intan Lampung, 2022).

³⁰ Harahap, "Tradisi Suluk Para Lansia Di Desa Batang Baruhar Jae Kecamatan Padang Bolak Kabupaten Padang Lawas Utara Ditinjau Dari Akidah Islam."

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika penulisan yaitu susunan penulisan skripsi dalam rangka memudahkan pembaca dalam mengerti isi dari skripsi tersebut. Sehingga, dalam penulisan skripsi ini penulis membagi menjadi lima bab, diantaranya:

- BAB I Mencakup tentang latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, sistematika pembahasan.
- BAB II Berisi tentang landasan teori yang digunakan dalam membahas *Spiritual Well Being* dalam Mewujudkan Kebahagiaan Pada Lansia
- BAB III Menjelaskan mengenai jenis dan pendekatan penelitian, tempat dan waktu penelitian, subjek dan objek penelitian, sumber data, metode pengumpulan data, dan teknik analisis data
- BAB IV Bagian bab ini membahas tentang hasil penelitian yang berisi: 1) gambaran secara umum subjek, 2) Deskripsi mengenai *Spiritual Well Being*, analisis mengenai *Spiritual Well Being* dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia Pengikut Ajaran Suluk
- BAB V Terdapat bagian akhir diantaranya kesimpulan dan saran. Kemudian dibagian akhir daftar pustaka dan lampiran-lampiran.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. *Spiritual Well Being*

Konsep mengenai spiritual *wellbeing* (kesejahteraan spiritual) telah ada sejak zaman dahulu kala, tertanam dalam berbagai tradisi agama dan budaya. Dalam banyak tradisi, spiritualitas dihubungkan dengan makna hidup, tujuan hidup, dan hubungan dengan kekuatan yang lebih tinggi³¹.

Pada abad ke-20, para psikolog mulai mempelajari spiritualitas serta hubungannya dengan kesehatan mental. Salah satu pelopornya adalah William James, yang dalam bukunya "*The Varieties of Religious Experience*" (1902), membahas berbagai bentuk pengalaman spiritual dan pengaruhnya terhadap kehidupan individu³².

Pada tahun 1970-an, seiring dengan meningkatnya perkembangan holistik, konsep perkembangan spiritual *wellbeing* mulai mendapatkan perhatian lebih. Para peneliti mulai mengembangkan model dan instrument untuk dapat mengukur spiritual *wellbeing*³³.

Pada tahun 1980-an dan 1990-an, penelitian mengenai spiritual *wellbeing* semakin berkembang pesat. Para peneliti menemukan bahwa spiritual *wellbeing* memiliki hubungan positif dengan berbagai aspek kesehatan mental dan fisik, seperti kebahagiaan, optimisme, resiliensi, dan kesehatan kardiovaskular. Dalam sejarah kehidupan manusia spiritual dianggap sebagai suatu unsur hakiki yang mencakup keseluruhan kehidupan manusia baik secara individual maupun sosial³⁴.

³¹ M. Ahim Sulthan Nuruddaroini and Midi HS, "Integrasi Konsep Kebahagiaan Perspektif Well Being Dan Sa'adah (Studi Komparasi Antara Konsep Barat Dan Islam)," *Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains* 3 (2021): 83–87.

³² Ahmad Rusdi, "Agama, Spiritualitas Dan Psikoterapi: Tinjauan Berbagai Paradigma," *Sekolah Pasca Sarjana UIN Syarif Hidayatulloh* Vol. 1, No. 2 (2012).

³³ Rusdi Ahmad, "Agama, Spiritualitas dan Psikoterapi : Tinjauan Berbagai Paradigma, " *Sekolah Pasca Sarjana UIN Syarif Hidayatulloh* Vol. 1, No. 2 (2012).

³⁴ Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut Ellison Dan Fisher."

Saat ini, terdapat berbagai definisi spiritual *wellbeing*. Salah satu definisi yang umum digunakan menjelaskan bahwa spiritual *wellbeing* merupakan keadaan sejahtera yang dicapai individu ketika mereka memiliki hubungan yang positif dengan dirinya sendiri, dengan orang lain, dengan alam dan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri mereka sendiri. Secara umum spiritual *wellbeing* memiliki beberapa dimensi antara lain: Makna hidup, individu mampu memiliki tujuan hidup dan merasa bahwa kehidupannya bermakna. Hubungan dengan sesuatu yang lebih besar, individu memiliki hubungan dengan Tuhan, alam semesta atau kekuatan yang lebih tinggi. Kedamaian batin, individu merasakan ketenangan dan damai dalam dirinya sendiri. Kasih sayang, individu memiliki rasa cinta dan kasih sayang terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Syukur, individu merasa bersyukur atas segala nikmat yang dimilikinya³⁵.

Spiritual *wellbeing* merupakan salah satu aspek penting dari kesehatan holistik. Spiritual *wellbeing* dapat membantu individu untuk mengatasi stres dan kesulitan hidup, meningkatkan kebahagiaan dan optimis, memperkuat hubungan dengan diri sendiri, orang lain dan alam dan menemukan makna hidup.

Konsep mengenai spiritual *wellbeing* (kesejahteraan spiritual) dijelaskan oleh Ellison pada tahun 1983 yang menjelaskan bahwa spiritual *wellbeing* merupakan keadaan yang mendasari adanya kepuasan dalam hidup dan kemampuan mengekspresikan hubungan dalam diri individu dengan sang pencipta. Definisi pada spiritual *wellbeing* yang dijelaskan oleh Ellison merupakan proses menguraikan adanya hubungan antara individu dengan penciptanya, hubungan ini cukup harmonis tergantung bagaimana individu melakukan pengembangan diri yang dapat dilakukan secara sengaja dan hadir karena karena adanya

³⁵ I Ketut Andika Priastana, I Gusti Ayu Ratih Agustini, and Alfiery Leda Kio, "Hubungan Spiritual Well-Being Dengan Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia," *Nurseline Journal* Vol.1, No. 1 (2020).

pengalaman dalam hidup yang bermakna, memiliki tujuan dalam hidup serta memiliki nilai-nilai dalam kehidupan pribadinya.

Tumanggor juga berpendapat bahwa spiritual *wellbeing* merupakan ungkapan dari kesehatan secara spiritual pada diri individu yang berhubungan dengan kualitas relasi individu dengan dirinya sendiri³⁶. Hal ini juga ditegaskan oleh *The National Interfaith Coalition on Aging (NICA)* di Washington mengusulkan bahwa spiritual *wellbeing* sebagai bentuk penegasan hidup yang berhubungan dengan tuhan, diri sendiri, komunitas, lingkungan secara keseluruhan. Hubungan ini dapat dikembangkan menjadi empat domain yang saling berhubungan dengan keberadaan manusia terkait dengan kesehatan mental³⁷. Domain spiritual *wellbeing* merupakan hal yang sangat penting dalam perkembangan kesejahteraan spiritual individu untuk dapat mengetahui kualitas spiritual pada diri individu.

Menurut Fisher domain-domain tersebut dapat mempengaruhi spiritual *wellbeing* pada diri individu³⁸. Berikut merupakan domain-domain spiritual *wellbeing*, antara lain: *Pertama*, hubungan dengan diri sendiri (*domain personal*), dimana individu memiliki hubungan dengan dirinya sendiri terkait dengan makna, tujuan, dan nilai-nilai dalam kehidupan individu. Domain personal atau pribadi ini berkaitan dengan kesadaran diri yaitu upaya individu untuk memahami dirinya sendiri. *Kedua*, hubungan dengan orang lain (*domain communal*) merupakan kualitas dalam diri individu yang ditunjukkan dengan bagaimana individu dapat membangun hubungan interaksi dengan lingkungannya yang berkaitan dengan moralitas, budaya dan agama. *Ketiga*, hubungan dengan lingkungan (*domain environmental*) yakni ketertarikan individu kepada

³⁶ Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut Ellison Dan Fisher."

³⁷ Tumanggor.

³⁸ Nadiyya Octaviani Rahman, Ati Kusmawati, and Mohammad Amin Tohari, "Dinamika Spiritual Well-Being Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pada Caregiver Skizofrenia," *Khidmat Sosial: Journal of Social Work and Social Services* Vol. 2, No. 1 (2021): 66–73.

lingkungannya yang dapat ditandai dengan kemampuan individu untuk dapat memelihara lingkungannya agar dapat memberikan manfaat terhadap lingkungan sekitar. *Keempat*, hubungan dengan transenden (*domain transcendental*).

Pembahasan domain ini yakni adalah bagaimana individu mampu menjalin hubungan dengan penciptanya yang ditandai dengan melakukan penyembahan terhadap tuhan dan melibatkan iman. Seorang individu dapat dikatakan memiliki kesejahteraan spiritual apabila memiliki keempat domain yang sudah dijelaskan di atas. Karena keempat domain tersebut memiliki unsur penting untuk membangun kesejahteraan spiritual pada diri setiap individu.

B. Kebahagiaan

Martin Seligman, presiden *American Psychological Association*, tahun 1998 memunculkan cabang ilmu baru, *Positiv Psychology*. Pada pemikirannya Seligman menjelaskan bagaimana memanfaatkan psikologi sebagai suatu cara dalam meningkatkan kebahagiaan dalam hidup. Hal ini disebut sebagai psikologi positif yang berbeda dari psikologi pada umumnya dengan melihat psikologis sebagai media dalam menyembuhkan trauma dan penyakit-penyakit kejiwaan.

Seligman menyampaikan bahwa kebahagiaan merupakan sebuah konsep subjektif karena pada dasarnya setiap individu mempunyai tolak ukur yang berbeda-beda. Setiap individu mempunyai faktor yang berbeda-beda dalam mendatangkan kebahagiaan didalam dirinya. Faktor-faktor tersebut dapat berupa uang, status pernikahan, kehidupan sosial, usia, kesehatan, emosi negatif, pendidikan, ras, iklim, jenis kelamin, aktivitas sosial ataupun tingkat religious seseorang³⁹. Kebahagiaan adalah suatu bentuk kesempurnaan, untuk merasakan hal tersebut

³⁹ Eva Yulia Nukman, *Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*, 68 (Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2005).

terdapat upaya yang harus dilakukan untuk mencapainya suatu kebahagiaan⁴⁰.

Seligman juga menjelaskan bahwa terdapat tiga cara yang dapat dilakukan untuk dapat mencapai sebuah kebahagiaan: *Pertama, Have a Pleasant Life (Life of Enjoyment)*: mempunyai hidup yang menyenangkan, mendapatkan kenikmatan sebanyak mungkin. Hal ini mungkin sebuah cara yang ditempuh pada kaum hedonis. Namun dengan takaran yang sesuai, sehingga cara ini dapat menciptakan kebahagiaan. *Kedua, Have a Good Life (Life of Engagement)*: Hal ini disebut oleh Aristoteles sebagai *eudaimonia*. Individu mampu terlibat dalam pekerjaan, hubungan ataupun kegiatan positif dapat muncul perasaan *flow (focused, concentrated)*. Individu merasakan kegiatan tersebut seperti terserap dalam dirinya, karena sangat menikmati kegiatan tersebut. Fenomena ini diteliti secara langsung oleh Seligman, *Mihaly Csikszentmihalyi*. *Ketiga, Have A Meaningful Life (Life of Contribution)*: Mempunyai semangat untuk melayani, memberikan kontribusi serta bermanfaat bagi orang lain ataupun makhluk lain. Individu mampu menjadi bagian dari organisasi ataupun kelompok, tradisi maupun gerakan tertentu. Sehingga dengan hal ini individu dapat merasakan hidup lebih bermakna yang lebih tinggi. Berdasarkan tiga hal tersebut menjadi fokus kajian *positive psychology* yaitu bagaimana individu mampu memiliki hidup yang lebih bermakna, pekerjaan yang membuat individu *flow (focused, concentrated)* dan kegiatan yang dapat individu nikmati⁴¹.

Muskinul Fuad juga menjelaskan bahwa kebahagiaan hidup pada diri individu yang dapat dinilai secara objektif (*objective happiness*) maupun subjektif (*subjective happiness*). Secara objektif kebahagiaan pada diri individu dapat diukur dengan menggunakan standar yang

⁴⁰ Benito Cahyo Nugroho, "Eudaimonia: Elaborasi Filosofis Konsep Kebahagiaan Aristoteles Dan Yuval Noah Harari," *Focus* Vol. 1, No. 1 (2020): 8–14.

⁴¹ Nukman, *Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*.

mengacu pada aturan keagamaan ataupun pembuktian tertentu. Sedangkan secara subjektif kebahagiaan pada diri individu dapat diukur dengan bertanya kepadanya apakah ia merasakan kebahagiaan atau tidak⁴².

Menurut M Fuad juga menjelaskan bahwa komponen kebahagiaan pada diri individu dapat diukur secara subjektif ke dalam beberapa hal berikut ini: *Pertama* terpenuhinya kebutuhan fisiologis pada diri individu (material) yakni kebutuhan yang perlu dipenuhi pada diri individu dalam kehidupannya antara lain makanan, minuman, tempat tinggal, kesehatan fisik, kehidupan seksual dan lain sebagainya; *Kedua* terpenuhinya kebutuhan psikologis pada diri individu (emosional) yakni kebutuhan pada diri individu yang berkaitan dengan rohani atau kondisi batin dalam diri seseorang antara lain kebutuhan rasa aman, tentram, damai, kebutuhan untuk dicintai, dan tidak menderita konflik batin seperti depresi, kecemasan, frustrasi dan lain sebagainya; *Ketiga* terpenuhinya kebutuhan spiritual pada diri individu yakni suatu dimensi kehidupan yang dapat menentukan makna, tujuan hidup pada diri seseorang. Kebutuhan spiritual pada diri individu meliputi keimanan dan keyakinan dalam diri individu, tujuan hidup, harapan, moral dan etika dan lain sebagainya⁴³.

Apabila dari keempat komponen kebahagiaan tersebut dapat terpenuhi secara seimbang pada diri individu maka dapat dikatakan bahwa seseorang akan mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupannya, jadi kunci kebahagiaan pada individu adalah terdapat keseimbangan dalam kehidupan sehingga akan tercapai kebahagiaan. Hurlock menyatakan kebahagiaan adalah keadaan sejahtera pada kehidupan individu dan kepuasan hati yang diterima oleh individu, kepuasan hati

⁴² Muskinul Fuad, "Psikologi Kebahagiaan Manusia," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* Vol. 9, No. 1 (2015): 114–32.

⁴³ Fuad.

yang dimaksud adalah terpenuhinya segala harapan dan keinginan pada diri individu⁴⁴.

C. Lanjut Usia

Lanjut usia adalah tahap akhir dari sebuah kehidupan manusia, lanjut usia merupakan proses perkembangan yang tidak dapat dihindari oleh individu, yang dalam prosesnya terdapat banyak perubahan baik secara fisik maupun secara psikologis⁴⁵. Tahapan kehidupan pada lanjut usia merupakan sebuah tahapan terjadinya penuaan dan penurunan dalam diri individu. Penurunan pada lanjut usia yang dimaksud disini adalah penurunan kemampuan fisik yang terjadi pada lanjut usia diantaranya yakni gangguan kesehatan yang terjadi pada masa lanjut usia, dan berkurangnya aktivitas pada lanjut usia⁴⁶.

Berdasarkan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Seseorang dapat dikatakan sebagai lanjut usia apabila sudah mencapai usia diatas 60 tahun⁴⁷. Berdasarkan Organisasi Kesehatan Sedunia (WHO) lanjut usia dibagi berdasarkan umur, diantaranya sebagai berikut: *Pertama* usia 45-59 tahun (*middle age*) disebut dengan setengah baya; *Kedua* usia 60-74 tahun (*elderly*) disebut dengan lanjut usia; *Ketiga* usia 75-90 tahun (*old*) disebut dengan lanjut usia tua; *Keempat* usia 90 tahun ke atas (*very old*) atau disebut dengan sangat tua⁴⁸. Sesuai dengan ketentuan usia pada lanjut usia diatas dapat diberikan penjelasan bahwa lanjut usia adalah individu yang sudah menjalani sebuah kehidupan 65 tahun keatas.

⁴⁴ Fita Zwytha, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kebahagiaan Pada Lansia" (Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2020).

⁴⁵ Muhammad Zihad Ramadhani and Nida Amalia, "Hubungan Sosial Budaya Dengan Kejadian Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda," *Borneo Studies and Research* Vol. 1, No. 1 (2019): 120–25.

⁴⁶ Laila Noor Fitriana, Dhian Ririn Lestari, and Devi Rahmayanti, "Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin," *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan* Vol. 9, No. 2 (2021): 169–79.

⁴⁷ Hakim, "Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia," 2020.

⁴⁸ Putri, "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia."

Adapun ciri-ciri dari lanjut usia pada individu sebagai sebuah tanda dari proses kehidupan manusia. Ciri-ciri pada lanjut usia dapat dilihat dari perubahan-perubahan yang terjadi pada lanjut usia yang dapat dilihat dari perubahan fisik serta psikologis pada lanjut usia

Hurlock mengelompokan ciri-ciri dari lanjut usia sebagai berikut: *Pertama* terjadinya perubahan fisik pada lanjut usia, perubahan fisik pada lanjut usia berbeda-beda namun pada umumnya perubahan pada lanjut usia ditandai dengan perubahan pada penampilan lanjut usia, perubahan pada tubuh lansia seperti kulit yang mengeriput, rambut yang sudah mulai memutih; *Kedua* perubahan kemampuan mental yang terjadi pada lanjut usia dapat terjadi akibat kurangnya hubungan sosial pada lanjut usia karena faktor usia dan kelompok lanjut usia yang menjadi minoritas membuat lanjut usia menjadi kesepian hal tersebut akan menjadikan perubahan pada kemampuan mental lanjut usia; *Keempat* perubahan minat pada usia lanjut dapat ditandai dengan menurunnya aktivitas pada lanjut usia hal tersebut juga dapat terjadi karena gangguan kesehatan pada lanjut usia sehingga menurunnya perubahan minat pada lansia ⁴⁹.

Lanjut Usia merupakan tahap akhir dari proses penuaan. Menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam proses kehidupan manusia. Proses menua merupakan suatu proses yang dilalui sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan manusia dalam kehidupan. Menjadi tua merupakan proses yang telah menandakan bahwa manusia telah melalui tiga tahapan yaitu anak-anak, dewasa dan lanjut usia ⁵⁰.

D. Suluk

Suluk secara bahasa memiliki arti yang hampir sama dengan tarekat. Suluk merupakan cara individu untuk mendekati diri kepada

⁴⁹ Fitriana, Lestari, and Rahmayanti, "Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin."

⁵⁰ Putri, "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia."

Allah SWT. Hanya saja jika tarekat bersifat konseptual, sedangkan suluk bersifat operasional⁵¹. Suluk adalah sebuah kegiatan yang rutin dilakukan dalam kurun waktu tertentu yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah. Seseorang dapat mengikuti ajaran suluk apabila sudah mengambil tarekat, dimana tarekat adalah sebuah jalan (spiritual) yang ditempuh untuk mendekatkan diri kepada Allah sesuai ajaran Nabi Muhammad SAW dengan cara harus menyucikan diri terlebih dahulu⁵².

Tujuan dari ajaran suluk adalah “*takziyah an nafs*” yang secara bertingkat memiliki arti *al-maqomat* yakni meningkatkan tauhid sampai ke tujuan akhir sesuai dengan tarekat yang dianut⁵³. Samsul Munir menjelaskan terdapat jalan untuk menuju tarekat *ma'ritullah* yang dapat ditempuh melalui beberapa tahapan diantaranya⁵⁴: *Pertama*, Uzlal, yaitu menghindarkan diri dari pergaulan yang membawa ke perbuatan negatif dengan meminta petunjuk kepada syaikh. *Kedua*, Fakir, yaitu seseorang yang tidak memiliki apapun dalam hal duniawi. Fakir yang dimaksudkan disini adalah orang yang memiliki harta yang lebih dikatakan tidak memikirkan tuhan dan engga beribadah kepada Allah SWT karena sibuk dengan urusan dunianya. *Ketiga*, *Dawam as-Sukut*, yaitu diam dan akan berbicara apabila terdapat hal yang bermanfaat. Selain itu orang yang mengikuti ajaran suluk ini senantiasa berdzikir kepada Allah dengan mengucapkan pujian, istighfar, tahmid, tasbih dengan mengagungkan Allah, serta berserah diri kepada Allah. *Keempat*, *Qillah al-akli*, maksud dari pernyataan ini adalah sedikit makan dan sedikit minum. Karena apabila seseorang banyak makan akan menyebabkan ngantuk dan malas sehingga akan membuat seseorang malas untuk beribadah. *Kelima*,

⁵¹ Awanda Hasani, Firad Wijaya, And Idham Khalid, “Analisis Isi Pesan Dakwah Dalam Novel Cahaya Cinta Dari ‘Arsy Karya Yannah Akhras,” *Qauluna: Jurnal Dakwah Dan Sosial* Vol. 1, No. 1 (2023): 1–9.

⁵² Tarihoran, “Ritual And Pandemic: The Suluk Tradition Of The Tarekat Naqsyabandiyah Bukittinggi Amid The Covid-19.”

⁵³ Ar Idham Kholid, “Menuju Tuhan Melalui Tarekat (Kajian Tentang Pemikiran Tasawuf),” *Jurnal Yaqzhan: Analisis Filsafat, Agama Dan Kemanusiaan* Vol. 4, No. 1 (2018).

⁵⁴ Kholid.

Qiyam al-lail, Maksud dari pertanyaan ini adalah menganjurkan untuk bangun pada waktu malam untuk melaksanakan sholat malam, dengan memperbanyak berdzikir menyebut asma Allah. *Keenam*, *Safar*, maksud dari pernyataan ini adalah mengelana dari suatu tempat ke tempat lain untuk menyebarkan ajaran yang baik dan memperdalam ajaran tarekat.

Melihat pada kenyataannya, kualitas spiritual yang dimiliki seseorang dan religiulitas yang dimiliki oleh pengikut ajaran suluk tidak selalu sama, dilain itu tujuan yang ingin dicapai dari setiap individu pengikut ajaran suluk juga berbeda-beda, oleh karena itu tipe pelaksanaan dan teknis dalam ajaran suluk berbeda beda tipe, untuk itu macam-macam suluk dibagi menjadi tiga yaitu: *Pertama*, Suluk Dzikir, kegiatan utama yang dilakukan dalam suluk adalah berdzikir yang diikuti dengan kegiatan ibadah sunnah lainnya yang dipimpin oleh pembimbing ajaran suluk (mursyid). Suluk model ini biasanya bertujuan untuk menyempurnakan pelaksanaan ibadah. *Kedua*, Suluk Riyadhah, dalam suluk ini bertujuan untuk membangun ketahanan jasmani dan rohani. Secara umum kegiatan cara yang dilakukan dalam kegiatan suluk ini yaitu dengan mengurangi makan dan minum, mengurangi masa tidur, sedikit berbicara, menahan hawa nafsu. Tujuan utama dalam dalam suluk tipe ini adalah bersifat moralitas melalui penguasaan pada diri individu untuk menahan hawa nafsu. *Ketiga*, Suluk Penderitaan, dalam kegiatan suluk ini harus dijalani individu pengikut ajaran suluk dengan ketekunan, ketabahan, kesabaran dan keberanian pada diri individu. Jadi tujuan pada suluk ini adalah untuk menghilangkan perasaan tinggi hati tentang duniawi yang membuat lupa diri sebagai hamba Allah.

Dari sekian kegiatan dan refleksi yang terdapat dalam kegiatan suluk, terdapat beberapa hal yang dapat dinilai secara mendasar dalam kegiatan suluk dan sesuatu yang harus dijalani antara lain⁵⁵. *Pertama*, Tahkim, penguatan tekan yang dimiliki oleh salik (pengikut suluk)

⁵⁵ Kholid.

melalui ikrar yang dilakukan dihadapan mursyid (pembimbing suluk) sebagai persyaratan ketersediaan anggota suluk untuk mengikuti kegiatan yang ada di dalam suluk. *Kedua*, Himmah, membangun sebuah harapan dan keteguhan mental pada diri salik (pengikut suluk) agar individu mampu mengikuti seluruh kegiatan yang dalam suluk. *Ketiga*, Berbekal taqwa, kesanggupan individu untuk meninggalkan hal duniawi dengan mengerjakan kebijakan baik sesuai dengan perintah Allah. *Keempat*, Melaksanakan syariat, yakni melaksanakan kewajiban sebagai umat muslim dengan menajalankan syariat islam. *Kelima*, Khalwat, semedi atau menyendiri pada saat-saat tertentu untuk mendapatkan suasana hati yang tenang dalam pengembangan spiritual. *Keenam*, Dzikir, berdoa memohon kepada Allah untuk diberikan keselamatan dan petunjuk dari Allah. *Ketujuh*, Mentaati guru, guru atau mursyid adalah pembimbing dalam pelaksanaan suluk oleh karena itu salik (pengikut suluk) diharuskan untuk mematuhi perintah mursyid (pembimbing suluk). Suluk merupakan kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk memperbaiki diri, mneingkatkan kualitas keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT dan ingin mendekatkan diri secara khusus kepada Allah SWT⁵⁶

⁵⁶Misykah N. Birohmatika and R. Rachmy Diana, "Makna Suluk Pada Lansia Anggota Jamaah Tarekat Naqsyabandiyah," *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* Vol. 17, No. 2 (2012): 39–51.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Field Research*. Dimana dalam penelitian ini penulis terjun ke lapangan secara langsung untuk melakukan pengamatan yang berkaitan dengan fenomena yang terjadi. Oleh karena itu pendekatan ini berkaitan erat dengan pengamatan yang dilakukan oleh penulis⁵⁷. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mendatangi secara langsung lokasi penelitian di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap.

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian kualitatif adalah sebuah penelitian yang digunakan untuk memahami fenomena pada manusia atau gejala sosial dengan menciptakan sebuah gambaran yang menyeluruh yang dapat disajikan dengan sebuah kata-kata berdasarkan pandangan yang diperoleh dari narasumber⁵⁸. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena-fenomena, menginterpretasikan bagaimana informan memperoleh makna dari lingkungan sekeliling dan bagaimana makna tersebut dapat mempengaruhi perilaku mereka.

⁵⁷ Sri Hidayani and Alvin Hamzah Nasution, "Tanggung Jawab Perusahaan Dengan Pekerja Dalam Perjanjian Kerja Bersama (Penelitian Di PDAM Tirtanadi Di Sumatera Utara)" (Universitas Medan Area, 2019).

⁵⁸ Muhammad Rijal Fadli, "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif," *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum* Vol. 21, No. 1 (2021): 33–54.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dan waktu penelitian dilakukan di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap, dengan melakukan wawancara terhadap lanjut usia pengikut suluk Naqshabandiyah. Penelitian observasi ini di periode Januari 2023.

C. Informan dan Objek Penelitian

1. Informan Penelitian

Informan penelitian yaitu individu yang dijadikan sebagai sumber informasi dalam sebuah penelitian. Dimana informan dalam penelitian akan berkaitan dengan kesimpulan pada hasil penelitian. Informan dipilih dengan tujuan dapat memperoleh informasi yang sebanyak-banyaknya sehingga informan dapat dipilih berdasarkan relevansi dengan topik penelitian atau sering disebut dengan teknik *purposive sampling*. Patton 1990 menjelaskan bahwa dalam *purposive sampling* merupakan metode penentuan sampel dimana penulis dengan sengaja memilih informan dan tempat sepanjang mempelajari atau memahami fenomena, kriteria yang digunakan dalam memilih partisipan dan tempat mereka yang memiliki banyak informan. Adapun kriteria dalam penelitian ini diambil berdasarkan karakteristik lanjut usia pengikut ajaran suluk yang berkategori:

- a. Informan telah berusia diatas 60 tahun. Penulis mengambil informan lansia dengan alasan karena mayoritas pengikut suluk di Desa Kedungbenda adalah lanjut usia, selain itu karena masa lanjut usia merupakan masa yang sudah banyak mengalami penurunan baik secara fisik maupun secara mental, sehingga dalam masa ini merupakan waktunya lanjut usia menyadari serta mempersiapkan diri dalam menghadapi datangnya kematian dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat salah satunya melalui aktivitas suluk ini.

- b. Lanjut usia yang mengikuti ajaran suluk sudah lebih dari 3 tahun. Alasan mengapa penulis memilih batasan ini karena penulis ingin melihat sisi spiritual yang terdapat dalam diri subjek yang memiliki konsistensi tinggi dalam menjalankan ibadah suluk ini
- c. Jama'ah suluk yang sudah melakukan proses baiat. Penulis memilih lanjut usia yang sudah melakukan proses baiat dengan alasan bahwa lanjut usia yang sudah melakukan proses baiat sudah sah menjadi jama'ah suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda.

Berdasarkan karakteristik tersebut penulis mendapatkan rekomendasi dari salah satu anggota pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah yang ada di Desa Kedungbenda tentang informan yang sesuai dengan kualifikasi. Berdasarkan informasi yang diperoleh penulis mendapatkan 5 informan yang masuk ke dalam kriteria yang dapat dijadikan informan dalam penelitian ini:

Tabel 1. Data Informan

Informan	Usia	Pekerjaan	Lama Mengikuti Suluk
JN	70 Tahun	Ibu Rumah Tangga	5 Tahun
IS	65 Tahun	Ibu Rumah Tangga	20 Tahun
AH	75 Tahun	Ibu Rumah Tangga	6 Tahun

SN	70 Tahun	Ibu Rumah Tangga	20 Tahun
DY	65 Tahun	Ibu Rumah Tangga	5 Tahun

2. Objek Penelitian

Dalam penelitian ini objek penelitian difokuskan mengenai bagaimana keadaan spiritual pada lansia pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah dalam mewujudkan kebahagiaan pada lansia yang tinggal di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap.

D. Sumber Data

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer yaitu sumber data yang didapatkan secara langsung dari informan penelitian, sehingga data itu bersifat akurat serta lebih rinci. Penulis mengumpulkan sumber primer guna mengumpulkan informasi dalam penelitian⁵⁹. Hasil yang didapatkan berupa wawancara kepada informan yang dilakukan oleh penulis, catatan hasil wawancara, hasil observasi lapangan dan data-data informan. Sumber data primer dalam penelitian ini yaitu lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan informasi data yang tidak didapatkan oleh penulis secara langsung melainkan didapatkan dari hasil observasi terhadap orang lain atau dokumen yang di

⁵⁹ Kuesioner A. Jenis and Sumber Data, "Desain Penelitian B," *Lokasi Dan Waktu Penelitian C. Populasi Dan Sampel Penelitian D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data*, n.d.

dapatkan.⁶⁰. Sumber data sekunder dalam penelitian ini hasil dari dokumentasi penelitian yang dilakukan oleh penulis

E. Metode Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi yaitu pengamatan langsung ke lokasi penelitian yang dilakukan penulis untuk mengetahui bagaimana spiritual *wellbeing* dalam mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda. Observasi yang dilakukan dengan cara mengamati secara langsung di tempat tinggal informan. Kemudian melakukan pengamatan terhadap kondisi fisik informan dan mengamati perilaku yang nampak saat dilakukan wawancara penelitian.

2. Wawancara

Tujuan dilakukannya wawancara adalah untuk memperoleh pengetahuan tentang permasalahan yang diteliti dari beberapa sumber. Lanjut usia pengikut ajaran suluk naqsandiyah di survei melalui wawancara oleh penulis. Dengan menggunakan kombinasi pertanyaan terbuka dan tertutup, penulis melakukan wawancara kepada lima lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap. Penulis ingin mengetahui tentang kesejahteraan spiritual pada lanjut usia dalam mewujudkan kebahagiaan pada pengikut ajaran suluk di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap

3. Dokumentasi

Tujuan dari dokumentasi ini adalah untuk mengumpulkan data tertulis dan visual yang dapat menggambarkan keadaan informan penegikut ajaran suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap.

⁶⁰ Jenis and Data.

F. Metode Analisis Data

Untuk melihat hasil yang sesuai dengan spiritual *wellbeing* dalam mewujudkan kebahagiaan pada lanjut usia. Penelitian ini akan dikelola secara penelitian kualitatif dan akan menganalisisnya dengan penelitian kualitatif juga berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara, observasi yaitu dengan menggambarkan fenomena yang terjadi di lapangan yang kemudian ditarik sebuah kesimpulan berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan penulis.

Kemudian dari data yang dipaparkan diatas dilakukan langkah-langkah untuk dilakukan analisis, diantaranya yaitu:

1. Reduksi Data

Reduksi data melibatkan pengambilan, kategorisasi, dan pengorganisasian data mentah untuk digunakan sebagai bahan informasi ini adalah prosedur pengumpulan data yang efisien. Dalam analisis data ini, penulis melakukan wawancara kepada lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqshabandiyah di Desa Kedungbenda. Penulis kemudian merangkum hasil penelitian dan wawancara yang dilakukan kepada lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqshabandiyah.

Dari reduksi data ini memberikan gambaran yang nyata agar memudahkan penulis dalam mengumpulkan data. Berdasarkan data yang diperoleh diketahui bahwa terdapat lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqshabandiyah yang dapat mencapai spiritual *wellbeing* dan mampu mewujudkan kebahagiaan dalam kehidupannya.

2. Penyajian Data

Penyajian data adalah serangkaian data yang dapat dijadikan kesimpulan penelitian ⁶¹. Penyajian data membantu mengumpulkan informasi ke beberapa teks naratif atau table untuk memudahkan dalam menarik kesimpulan dari hasil penelitian. Menarik kesimpulan

⁶¹ Aziz Alimul Hidayat, *Studi Kasus Keperawatan; Pendekatan Kualitatif* (Health Books Publishing, 2021).

dalam penelitian ini untuk menentukan hal terpenting dan dapat menjadi kajian atau pembelajaran.

3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan adalah bagian dan aktivitas konfigurasi penuh. Temuan baru atau suatu deskripsi ataupun gambaran dimana sebelumnya tidak ada maka kemudian melakukan sebuah penelitian agar dapat dipahami untuk menambah pengetahuan. Penelitian menggunakan metode kualitatif. Berdasarkan adanya penelitian yang dilakukan oleh penulis dengan melakukan observasi dan wawancara kepada lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap. Ditemukan bahwa terdapat lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah yang mencapai spiritual *wellbeing* dan mampu mewujudkan kebahagiaan dalam kehidupannya.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Suluk dalam Perspektif Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda

Suluk Naqsabandiyah merupakan sebuah tarekat utama dari ajaran tasawuf sunni. Namanya berasal dari Bahaudin al-Buhkori an-Naqsabandi. Suluk yang diikuti oleh lanjut usia di Desa Kedungbenda mendatangkan perspektif yang berbeda-beda pada kehidupan lanjut usia, dari gambaran perspektif oleh informan memberikan makna yang berpengaruh terhadap kehidupan lanjut usia. Melalui suluk naqsabandiyah yang diikuti oleh lanjut usia mampu memberikan gambaran pada lanjut usia dalam menjalani kehidupannya, sehingga lanjut usia di Desa Kedungbenda mampu mengembangkan kehidupannya ke arah yang lebih positif.

1. Informan JN

Informan JN memaknai suluk sebagai pengingat kematian, karna sebelum dirinya mengikuti suluk pernah kehilangan anak yang membuat dirinya sadar bahwa kematian dapat datang kapan saja, dari hal ini membuat informan JN meningkatkan ibadah salah satunya dengan dirinya mengikuti suluk, hal ini dilakukan sebagai upaya mempersiapkan kematian dan menambah pahala untuk kehidupannya. Hal ini sesuai pernyataan yang disampaikan oleh informan pada saat wawancara, informan mengatakan bahwa:

“Menurut aku sendiri suluk itu sudah seperti pengingat besok kalau sudah tidak ada, namanya manusia tidak ada yang tahu nanti akan seperti apa, sebelum ikut suluk memang rasanya saya belum mantap sama sekali menjalani ibadah. Seperti yang saya katakan alasan saya ikut suluk untuk mengobati rasa sedih saya, karena awalnya saya mendapatkan musibah kehilangan anak, dari hal itu membuat saya berfikir anak saya yang yang jauh lebih muda bisa diambil dulu apa lagi saya

yang sudah tua seperti sekarang. Jadi tugas saya sekarang hanya mempersiapkan bekal untuk akhirat”⁶².

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari informan JN dapat dikatakan bahwa informan memaknai suluk sebagai pengingat serat menyembuhkan kesedihan dalam kehidupannya.

2. Informan IS

Informan IS pada awalnya memaknai suluk sebagai suatu keharusan yang harus dilakukan karena dirinya adalah keturunan mursyid. Namun setelah memasuki usia lanjut informan IS diberikan cobaan suaminya mengalami sakit stroke. Dari hal inilah informan IS memaknai suluk sebagai suatu sandaran dalam hidupnya dan dapat membuat informan meningkatkan ibadah, sehingga dari hal ini informan mampu ikhlas menerima cobaan yang diberikan oleh Allah. Hal ini sesuai dengan pernyataan informan pada saat wawancara yakni:

“Saya waktu itu memang sudah ikut thoriqoh lama tapi saya belum mempunyai keinginan untuk mengikuti suluk, tapi waktu saya diberikan musibah suami saya stroke setelah 3 tahun saya baru bisa merasakan ikhlas, karena setelah saya mendapatkan cobaan saya rasanya tidak punya siapa-siapa selain Allah SWT, sampai akhirnya saya bisa pasrah, bisa ikhlas salah satunya yaa melalui amalan suluk ini”⁶³.

Pernyataan yang disampaikan oleh informan IS menegaskan bahwa, dengan melalui perantara suluk dirinya mampu ikhlas menerima cobaan yang diberikan oleh Allah SWT, sehingga suluk dapat dijadikan sandaran dalam menjalani kehidupan yang saat ini dijalannya dengan menciptakan kebahagiaan.

⁶² “Hasil Wawancara Dengan Informan JN,” November 15, 2023.

⁶³ “Hasil Wawancara Informan IS.”

3. Informan AH

Pada informan AH memaknai suluk sebagai pengingat kematian sekaligus pelipur lara, karena sebelum informan mengikuti suluk informan diberikan cobaan kehilangan anak dan suaminya yang membuat informan terpuruk akan kehilangan keluarganya. Hal inilah yang membuat informan meningkatkan ibadah salah satunya melalui kegiatan suluk, sebagai upaya mendekatkan diri kepada Allah, mengobati kehilangan keluarganya serta sebagai pengingat kematian untuk dirinya. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan AH, yaitu:

“Memang aku ikut suluk itu belum lama, tapi aku ikut suluk ya jadi senang jadi mantap. Sebelumnya aku ikut suluk setelah suami saya meninggal, tapi sebelumnya anak laki-laki saya sudah meninggal lebih dulu. Dari situ saya cuma mikir cobaan ada terus, tapi jadi manusia kan bisanya minta pertolongan ke Allah SWT”⁶⁴.

Pernyataan yang disampaikan oleh informan AH membuktikan bahwa dengan suluk informan mampu menciptakan kebahagiaan dengan menjadikan suluk sebagai suatu sandaran sekaligus pelipur lara bagi dirinya yang sebelumnya merasakan kehilangan keluarga yang sangat berperan dalam kehidupannya.

4. Informan SN

Pada informan SN memaknai suluk sebagai suatu sandaran dalam hidupnya, karena sebelum informan SN mengikuti suluk informan diberikan cobaan dalam keluarganya yakni hubungan dengan suaminya yang tidak harmonis, dari sinilah suluk dijadikan sebagai sebuah sandaran dalam menyelesaikan permasalahan dalam keluarganya, dengan cara meningkatkan ibadah melalui suluk informan SN dapat memperoleh ketenangan dalam menghadapi

⁶⁴ “Hasil Wawancara Informan AH,” Desember 2023.

permasalahan dalam keluarganya. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan:

“Karena suluk rasanya saya jadi bisa ikhlas, bisa leih sabar, pokonya amalan-amalan yang ada di suluk itu membuat saya lebih tenang. Dari dulu cobaan dalam keluarga saya itu ada terus, tapi karena suluk saya bisa melewati itu dengan tenang, ibadahnya jadi lebih mantap. Kalo hatinya tenang ada masalah apapun rasanya saya bisa ikhlas”⁶⁵.

Pernyataan yang disampaikan oleh informan membuktikan bahwa dengan suluk mampu menciptakan kebahagiaan dalam kehidupan dengan menjadikan suluk sebagai suatu sandaran dalam permasalahan hidupnya. Sehingga dengan suluk informan dapat ikhlas dan menyerahkan segala urusan yang terjadi dalam hidupnya kepada Allah SWT.

5. Informan DY

Informan DY memaknai suluk juga sebagai suatu sandaran sekaligus pengingat kematian, karena informan DY sendiri memiliki keterbatasan ekonomi dalam kehidupannya yang seringkali hal tersebut membuat dirinya resah, namun setelah informan mengikuti suluk dan meningkatkan ibadahnya melalui suluk informan merasakan ketenangan dalam menghadapi keterbatasan dalam hidupnya. Tidak hanya itu, suluk juga sebagai suatu pengingat dalam menghadapi kematian, dengan suluk informan DY merasa dapat memperoleh amalan sebagai bekal untuk mempersiapkan kematian. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan DY yakni:

“Karena suluk saya rasanya jadi ikhlas jadi lebih tenang, seperti sekarang saya tidak punya uang jadi cuma bisa pasrah dan usaha karena saya percaya rezeki akan datang dari Allah

⁶⁵ “Hasil Wawancara Informan SN,” Desember 2023.

SWT. Menurut saya dengan suluk jadi tidak memikirkan keinginan duniawi saja tapi juga mempersiapkan bekal untuk di akhirat nanti, rasanya dengan suluk itu saya sudah tenang”⁶⁶.

Pernyataan yang disampaikan oleh informan DY menyatakan bahwa dengan suluk dapat memberikan ketenangan dalam hati informan sehingga suluk menjadikan informan DY sebagai suatu sandaran dalam kehidupan sekaligus sebagai pengingat kematian dalam diri informan DY.

Berdasarkan hasil penelitian, kelima informan (JN IS, AH, SN dan DY) memberikan makna yang berbeda-beda dalam mengikuti kegiatan suluk. Pada informan JN memaknai suluk sebagai pengingat kematian, karena sebelum dirinya mengikuti suluk pernah kehilangan anak yang membuat dirinya sadar bahwa kematian dapat datang kapan saja, dari hal ini membuat informan JN meningkatkan ibadah salah satunya dengan dirinya mengikuti suluk, hal ini dilakukan sebagai upaya mempersiapkan kematian dan menambah pahala untuk kehidupannya.

Informan JN juga memandang suluk sebagai pedoman hidup dalam segi beribadah kepada Allah, hal ini dilakukan oleh informan dengan cara konsisten menjalankan amalan yang terdapat dalam suluk yakni tawajuhan atau dzikir sesuai dengan amalan yang dipelajari dalam suluk. Karena informan meyakini bahwa amalan tersebut merupakan sebuah kewajiban dalam menjalankan ibadah suluk, sehingga apabila tidak dilakukan adalah dosa. Selain hal tersebut konsistensi informan dalam menjalankan ibadah sholat berjama'ah juga meningkat setelah informan mengikuti suluk, karena informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan amalan sebanyak-banyaknya akan menambah bekal di akhirat nanti.

⁶⁶ “Hasil Wawancara Informan DY,” Desember 2023.

Informan IS juga memberikan makna dalam hidupnya setelah mengikuti suluk Naqsandiyah di Desa Kedungbenda, informan IS pada awalnya memaknai suluk sebagai suatu keharusan yang harus dilakukan karena dirinya adalah keturunan mursyid. Namun setelah memasuki usia lanjut informan IS diberikan cobaan suaminya mengalami sakit stroke. Dari hal inilah informan IS memaknai suluk sebagai suatu sandaran dalam hidupnya dan dapat membuat informan meningkatkan ibadah, sehingga dari hal ini informan mampu ikhlas menerima cobaan yang diberikan oleh Allah. Pada informan IS memandang suluk sebagai pedoman hidup dalam segi kehidupan, hal ini dilakukan oleh informan IS ketika dirinya menerima cobaan yang diberikan oleh Allah SWT, informan IS ikhlas menerima keadaan yang diberikan oleh Allah SWT, hal ini sesuai dengan amalan yang diajarkan dalam suluk. Informan meyakini bahwa dengan dirinya ikhlas menerima cobaan yang diberikan oleh Allah SWT, maka Allah akan membantu dirinya ketika mengalami kesulitan.

Informan AH memandang suluk juga sebagai sebuah panutan dan arahan dalam hidupnya, hal ini dilakukan oleh informan AH dengan cara dirinya menjadikan mursyidnya sebagai panutan, hal ini diyakini oleh informan, karena informan beranggapan bahwa dengan dirinya menjadikan mursyid sebagai panutan akan memudahkan dirinya menghadapi kematian. Informan AH juga memandang suluk dalam segi tujuan hidup, hal ini dilakukan oleh informan AH dengan dirinya menjadikan tujuan hidupnya adalah akherat, karena sebelumnya informan AH lebih mementingkan urusan dunia, hal ini seperti amalan yang diajarkan dalam suluk. Informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan ini sebagai bekal untuk dirinya di akherat nanti.

Informan SN juga memaknai suluk sebagai suatu sandaran dalam hidupnya, karena sebelum informan SN mengikuti suluk informan diberikan cobaan dalam keluarganya yakni hubungan

dengan suaminya yang tidak harmonis, dari sinilah suluk dijadikan sebagai sebuah sandaran dalam menyelesaikan permasalahan dalam keluarganya, dengan cara meningkatkan ibadah melalui suluk informan SN dapat memperoleh ketenangan dalam menghadapi permasalahan dalam keluarganya.

Informan SN memandang suluk sebagai pedoman hidup dalam segi kehidupannya, hal ini dilakukan oleh informan SN dengan dirinya mempasrahkan segala urusan serta permasalahan di dalam hidupnya kepada Allah SWT, hal ini dilakukan oleh informan dengan dirinya selalu melibatkan Allah dalam permasalahan rumah tangganya, hal ini sesuai dengan amalan yang dilakukan oleh informan dalam suluk. Informan SN meyakini bahwa dengan dirinya melakukan hal tersebut Allah akan membantu segala permasalahan yang dihadapi oleh informan selama ada didunia dengan dirinya selalu melibatkan Allah SWT.

Informan DY memberikan makna terhadap suluk sebagai suatu sandaran sekaligus pengingat kematian, karena informan DY sendiri memiliki keterbatasan ekonomi dalam kehidupannya yang seringkali hal tersebut membuat dirinya resah, namun setelah informan mengikuti suluk dan meningkatkan ibadahnya melalui suluk informan merasakan ketenangan dalam menghadapi keterbatasan dalam hidupnya.

Suluk juga sebagai suatu pengingat dalam menghadapi kematian, dengan suluk informan DY merasa dapat memperoleh amalan sebagai bekal untuk mempersiapkan kematian. Pada informan DY memandang suluk dalam segi ibadah, hal ini diimplementasikan oleh informan DY dengan dirinya menjalankan amalan yang terdapat dalam suluk yakni dzikir. Informan DY meyakini bahwa amalan ini sebagai suatu kewajiban yang harus dilakukan karena apabila tidak dilakukan merupakan sebuah dosa. Informan juga memandang suluk juga dari segi ekonomi, hal ini diimplementasikan oleh informan

dalam kehidupannya ketika informan mengalami kesulitan ekonomi dalam keluarganya, namun informan menyerahkan segala urusan dan kesulitan yang dihadapi kepada Allah SWT, seperti amalan yang diterpkan dalam suluk.

Informan meyakini bahwa dengan melakukan ini Allah akan memudahkan segala kesulitannya. Informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan amalan-amalan tersebut akan memudahkan segala urusannya didunia maupun di akherat. Informan juga memandang suluk dalam segi tujuan hidup, hal ini dilakukan informan dengan dirinya dengan cara menjadikan tujuan akhir dalam kehidupannya untuk urusan akherat, hal ini seperti yang terdapat dalam amalan suluk. Informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan hal sebagai suatu bekal dalam mempersiapkan kematian.

B. Kebahagiaan dalam perspektif Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda

Seligman menyampaikan bahwa kebahagiaan merupakan sebuah konsep subjektif karena pada dasarnya setiap individu mempunyai tolak ukur yang berbeda-beda. Setiap individu mempunyai faktor yang berbeda-beda dalam mendatangkan kebahagiaan. Dalam penelitian ini lanjut usia mampu mendatangkan kebahagiaan dalam kehidupannya setelah informan mengikuti ajaran suluk, dimana setelah mengikuti ajaran suluk informan mampu menumbuhkan rasa ikhlas, ketentraman dalam hidupnya, mampu menemukan tujuan serta makan hidupnya yang dapat menciptakan kebahagiaan dalam kehidupannya. Dalam hal ini kelima informan memiliki latar belakang yang berbeda-beda dalam kehidupannya yang berpengaruh terhadap kebahagiaan dalam kehidupannya.

1. Informan JN

Menurut informan JN informan merasakan adanya kebahagiaan mengikuti suluk karena terdapat konsistensi dalam meningkatkan ibadahnya melalui kegiatan suluk yang dapat memberikan makna sekaligus kebahagiaan dalam diri informan. Hal

ini juga dibuktikan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan yakni:

“Memang setelah saya ikut suluk itu saya jadi konsisten menjalankan ibadah, rasanya saya seperti sudah punya pengingat, nek rajin ngibadah rasanya itu jadi tenang”⁶⁷.

Pernyataan yang disampaikan oleh informan JN menjelaskan bahwa dengan mengikuti suluk mampu menjadikan dirinya konsistensi dalam beribadah, hal ini mampu mewujudkan kebahagiaan dalam diri informan. Karena sebelum mengikuti suluk informan belum merasakan konsistensi dalam beribadah.

2. Informan IS

Menurut informan IS informan merasakan adanya kebahagiaan mengikuti suluk, karena setelah dirinya mengikuti suluk informan lebih konsisten dalam meningkatkan ibadahnya. Sehingga, suluk dapat memberikan makna sekaligus kebahagiaan dalam diri informan. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan:

“Sebelum saya ikut suluk ibadahnya itu masih biasa-biasa saja, bukan hal yang terlalu saya pikir, tapi setelah saya ikut suluk saya jadi berfikir bahwa ibadah sebagai bekal untuk nanti di akhirat, tapi pada kenyatannya juga seperti itu bahwa dengan ibadah membuat saya jadi lebih tenang, jadi saya sendiri menjalani hidup itu lebih bahagia”⁶⁸.

Informan IS juga mengungkapkan bahwa dengan dirinya mengikuti suluk merasakan adanya ketentraman dalam hidupnya yang membuat dirinya lebih merasakan adanya kebahagiaan dalam

⁶⁷ “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

⁶⁸ “Hasil Wawancara Informan IS.”

menjalani kehidupan. Sedangkan pada informan IS merasakan ketentraman dalam kehidupannya setelah dirinya dapat menerima keadaan suaminya yang sakit setelah 3 tahun, setelah hal ini muncullah sikap ikhlas dalam diri informan IS yang diperoleh dengan dirinya mengikuti suluk, dan setelah itu munculah rasa ketentraman dalam diri informan yang berpengaruh terhadap kehidupan informan IS. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang dijelaskan oleh informan sebelumnya.

3. Informan AH

Informan AH merasa dengan mengikuti suluk dapat menciptakan adanya kebahagiaan serta memberikan makna dalam kehidupannya, karena dengan mengikuti suluk informan merasa bahwa dirinya sudah memiliki panutan dalam menjalani hidupnya yakni mursyidnya, dimana mereka yakin bahwa mursyidnya akan membantu memudahkan dirinya menghadapi kematian, hal inilah yang membuat informan yakin mengikuti suluk. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan yakni:

“Rasanya saya ikut suluk itu senang, rasanya sudah ada yang membawa, seperti sudah punya panutan”⁶⁹.

Selain itu kebahagiaan juga muncul pada informan AH setelah dirinya merasakan adanya ketentraman dalam menjalani hidupnya. Informan mengatakan bahwa diusianya yang sudah lanjut tidak lagi memikirkan urusan dunia, namun lebih fokus pada persiapan dirinya bertemu dengan Penciptanya, dari hal inilah tercipta rasa ikhlas dan mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dan timbullah ketentraman hidup pada informan. Hal ini didukung dengan pernyataan oleh informan:

⁶⁹ “Hasil Wawancara Informan AH.”

“Seperti sekarang saya sudah tua saya cuma bisa beribadah, sudah tidak fokus lagi dengan urusan dunia, tugas saya hanya menyiapkan untuk bekal nanti”⁷⁰.

4. Informan SN

Informan menyampaikan bahwa dengan dirinya mengikuti suluk informan dapat memenuhi kebutuhan spiritual dalam dirinya sehingga muncul kebahagiaan. Amalan-amalan yang informan dapatkan dalam mengikuti suluk memberikan pengaruh yang besar terhadap kehidupan informan. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan:

“Menurut saya di suluk itu sudah seperti kewajiban yang harus saya lakukan, rasanya kalo ikut suluk itu, akan menambah ibadah, ikut suluk rasanya buat saya tenang, kalo belum rasanya saya seperti masih punya sangkutan. Jadisekarang rasanya saya menjalani hidup itu tenang”

Pernyataan yang disampaikan oleh informan SN membuktikan bahwa dengan mengikuti suluk informan mampu mewujudkan kebahagiaan dengan memenuhi kebutuhan spiritual dalam kehidupannya.

5. Informan DY

Informan menyampaikan bahwa dengan dirinya mengikuti suluk menciptakan kebahagiaan dalam kehidupannya, hal ini timbul apabila informan merasakan adanya ketenangan dan ketentraman dalam menjalani kehidupannya. Hal ini muncul setelah informan mengikuti suluk, dibuktikan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan pada saat wawancara:

⁷⁰ “Hasil Wawancara Informan AH.”

“Setelah ikut suluk saya merasakan adanya ketenangan, kalo dulu ibadah hanya semaunya, amalan-amalan yang ada di suluk juga sudah seperti kewajiban yang harus saya lakukan, kalo ibadahnya lancar mau gimanaapun cobaannya saya jadi tenang melewatinya”⁷¹.

Pada kelima informan (JN, IS, AH, SN dan DY) memiliki latar belakang yang berbeda-beda dalam menciptakan adanya kebahagiaan. Pada informan JN setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda merasakan adanya perubahan-perubahan positif dalam kehidupannya yang mampu menciptakan kebahagiaan meliputi konsistensi dalam menjalankan ibadah, memiliki tujuan hidup, memiliki makna dalam hidup dan menjadikan suluk sebagai pedoman hidup.

Pada informan IS setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda mengalami perubahan-perubahan positif dalam kehidupannya meliputi ketentrangan hidup, konsistensi dalam menjalankan ibadah, mampu menciptakan makna dalam hidupnya. Pada informan IS merasakan ketentrangan dalam kehidupannya setelah informan dapat menerima suaminya yang mengalami stroke selama tiga tahun, setelah hal tersebut muncullah rasa ikhlas dalam diri informan IS yang diperoleh dengan dirinnya mengikuti ajaran suluk. Dari kejadian yang dialami oleh informan IS muncullah rasa ketentrangan dalam diri informan yang berpengaruh terhadap kehidupan informan saat ini sehingga informan mampu menciptakan kebahagiaan.

Pada informan AH merasakan adanya perubahan-perubahan positif dalam kehidupannya setelah mengikuti ajaran suluk sehingga mampu menciptakan adanya kebahagiaan. Kebahagiaan yang

⁷¹ “Hasil Wawancara Informan DY.”

dirasakan oleh informan diantaranya merasakan ketentraman dalam hidupnya, memiliki makna dalam hidupnya, memiliki tujuan hidup dan menjadikan suluk sebagai pedoman dalam kehidupan.

Informan AH meyakini bahwa apapun yang terjadi dalam kehidupannya karena Allah SWT dan tugasnya sebagai manusia hanya memperbanyak ibadah dan meminta pertolongan kepada Allah SWT. Berdasarkan hal tersebut muncullah rasa ikhlas sehingga informan mampu mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dan terciptalah kebahagiaan dalam diri informan.

Pada informan SN setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda mengalami perubahan-perubahan positif dan dapat merasakan kebahagiaan setelah dirinya mengikuti suluk. Kebahagiaan yang dirasakan oleh informan meliputi ketentraman dalam hidup, konsistensi dalam menjalankan ibadah, memiliki tujuan hidup, memiliki makna hidup serta menjadikan suluk sebagai pedoman dalam kehidupan.

Pada informan DY setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda dapat merasakan perubahan-perubahan positif sehingga mampu menciptakan adanya kebahagiaan. Kebahagiaan yang dirasakan oleh informan meliputi ketentraman dalam hidup, mampu menemukan makna serta tujuan dalam hidupnya sehingga mampu menciptakan kebahagiaan.

C. Faktor Pendorong Lansia Mengikuti Suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda

Dalam mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda lanjut usia mempunyai faktor yang mendorong dirinya sehingga dapat tergabung dalam kegiatan suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda. Dalam peningkatan spiritual dukungan sosial memiliki faktor penting dalam kehidupan individu, sehingga individu dapat memenuhi kebutuhan spiritualnya. Faktor yang mendorong lanjut usia untuk mengikuti suluk meliputi faktor internal dan faktor eksternal.

1. Informan JN

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan JN, diperoleh keterangan bahwa saat ini JN berusia 70 tahun, dan sudah mengikuti suluk selama 5 tahun. Dari hasil wawancara yang diperoleh mendapatkan keterangan bahwa salah satu faktor pendorong JN mengikuti suluk yakni karena adanya faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang menjadi pendorong atau alasan JN mengikuti suluk yakni adanya dorongan dalam dirinya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT karena umur yang sudah tidak muda lagi, sehingga JN berfikir bahwa untuk umur saat ini apalagi yang harus dikejar kalau bukan tentang akhirat. Dalam keterangannya JN menyampaikan:

“Pertama ikut suluk ya karna rasanya di hati memang ada keinginan, terus juga memang umur kan sudah tua jadi pengen fokus untuk ibadah, lagian apa lagi mba cuma tinggal menunggu umur tidak ada yang tahu, yang terpenting kan dalam diri kita fokus untuk ibadah memperbaiki diri agar nanti jalannya mudah di akhirat”⁷².

Faktor eksternal yang mendorong informan JN dalam mengikuti kegiatan suluk ini yakni karena adanya dukungan dari keluarga terutama suaminya, yang memang suaminya sendiri juga mengikut thoriqoh dalam kelompok yang sama walaupun belum mengikuti suluk seperti informan JN, namun hal tersebut menjadi faktor pendukung informan JN mengikuti ibadah suluk ini. Selain dari pihak keluarga, dorongan yang tidak kalah penting adalah dari lingkungannya, karna informan JN juga mengatakan bahwa awal mula informan JN tertarik dengan adanya ibadah suluk ini karna ajakan dari salah satu jama'ah suluk yang berada dengan satu desanya, JN berkata bahwa:

⁷² “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

“Ya awalnya ikut kan juga karna ajakan dari teman-teman yang sudah mengikuti suluk, terus lihat orang pada ngaji ngelihatnya kaya senang, akhirnya saya memutuskan untuk ikut sama bapak dari situ saya jadi sering berngkat, disana juga senang ketemu banyak teman yang punya tujuan sama, yaa beribadah bersama jadi kan tau”⁷³.

Informan JN juga menyampaikan bahwa, dalam mengikuti ibadah suluk ini tidak hanya keluarga dan lingkungan yang berperan dalam mendorong informan JN mengikuti ibadah suluk, salah satu faktor pendukung yang tidak kalah pentingnya yakni adanya pengaruh dari mursyid yang mendorong informan JN untuk mengikuti ibadah suluk ini. JN berkata:

“Jadi suluk itu kan dilaksanakan setiap tanggal 10 di bulan sura, nah biasanya mursyid itu memberitahukan terlebih dahulu siapa yang mau ikut suluk, nah suluk ini diadakan selama 10 hari, nah dari situ saya tertarik untuk ikut suluk, intinya ya niat ingin ibadah”⁷⁴.

Dalam pernyataan yang disampaikan oleh informan JN, mursyid menjadi salah satu mediator JN untuk mewujudkan tujuan dalam melaksanakan ibadah untuk memenuhi kebutuhan spiritualnya. Berdasarkan penjelasan diatas penulis dapat menyimpulkan faktor-faktor yang mendorong informan mengikuti suluk adalah adanya kebutuhan spiritual, dukungan keluarga dan pengaruh mursyid.

2. Informan IS

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan informan IS, diperoleh keterangan bahwa saat ini IS berusia 65 tahun, IS sudah mengikuti suluk selama 20 tahun dari sejak IS masih muda.

⁷³ “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

⁷⁴ “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

Pada saat wawancara IS menyampaikan bahwa hal yang mendorong IS untuk mengikuti suluk yakni karna adanya faktor internal dan eksternal. Dalam faktor internal sendiri informan IS menjelaskan bahwa hal yang mendorong dirinya tergabung kedalam kegiatan suluk karna adanya keinginan yang kuat di dalam dirinya untuk mendekati diri kepada Allah, sehingga dari keadaan tersebut IS memutuskan untuk tergabung dalam kegiatan suluk. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan IS yang menjelaskan:

“Memang saya itu ikut suluk karena ingin ibadah yang lebih dekat dengan gusti Allah, ingin lebih fokus lagi untuk ibadah, namanya dunia kan hanya titipan, hanya sementara, intinya saya hanya ingin ridhonya Allah SWT”⁷⁵.

Informan IS menyatakan pada saat wawancara bahwa faktor eksternal yang menjadi pendorong IS untuk mengikuti suluk ini yakni karna adanya peran keluarga sehingga hal ini adalah salah satu faktor paling penting yang membuat IS tergabung dalam kegiatan suluk. Pada saat wawancara informan IS menyampaikan bahwa thoriqoh ini dalam keluarganya adalah suatu kegiatan ibadah yang sudah turun temurun, karena pada saat itu kakeknya dalah seorang mursyid, kemudian setelah kakenya itu meninggal diturunkan kepada bapaknya yang menggantikan untuk menjadi mursyid, lalu setelah bapaknya dari informan IS meninggal diturunkan lagi oleh saudara laki-lakinya untuk menjadi mursyid sampai sekarang, oleh karena itu dari keadaan tersebut mengharuskan informan IS untuk mengikuti suluk ini. Hal ini diperkuat dengan pernyataan dari informan IS yaitu:

“Sebabnya saya ikut suluk ya memang karna mbah-mbah saya itu mursyid, jadi dulu mbah buyut saya itu seorang mursyid K.H. Abdul Manan itu adalah mursyid, kemudian setelah wafat di turunkan ke mbah Kyai Muhammad Akbar

⁷⁵ “Hasil Wawancara Informan IS.”

yakni bapaknya bapakku, lalu setelah mbah saya meninggal ini diturunkan lagi ke bapak saya Mbah Mansur Kholidi, dan sekarang mursyid itu diturunkan ke Adik laki-laki saya, jadi suluk itu sudah menjadi turun-temurun di keluarga saya, nah ibaratnya kalo udah ikut thoriqoh terus ikut suluk itu udah punya pegangan guru, istilahnya sudah punya panutan lah, jadi mau gamau saya ikut suluk, selain memang dari keinginan saya sendiri tapi memang sudah turun temurun di dalam keluarga”⁷⁶.

Dalam pernyataan yang disampaikan oleh informan IS keluarga menjadi faktor utama informan IS dalam mewujudkan ibadahnya melalui kegiatan suluk dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan spiritualnya. Berdasarkan penjelasan yang disampaikan oleh IS, penulis dapat menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mendorong informan IS mengikuti suluk adalah adanya kebutuhan spiritual dalam dirinya dan faktor keluarga yang memberikan dorongan untuk informan IS mengikuti suluk.

3. Informan AH

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan informan AH, saat ini informan AH sudah berusia 75 tahun dan sudah tergabung dalam kegiatan thoriqoh selama 6 tahun. Maka berdasarkan hasil penelitian penulis dapat mengungkapkan bahwa faktor yang mendorong informan AH mengikuti suluk yakni meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal ataupun alasan informan mengikuti suluk yakni karena adanya dorongan dalam dirinya agar lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Informan AH mengatakan bahwa diumurnya yang sudah tua saat ini tujuan hidupnya adalah untuk beribadah. Informan AH juga mengatakan bahwa untuk dirinya diumur yang saat ini merasa bahwa pemenuhan dirinya terhadap urusan dunia sudah selesai, karena saat

⁷⁶ “Hasil Wawancara Informan IS.”

ini anaknya sudah menikah, sudah mapan dan informan AH merasa bahwa saat ini hal yang dibutuhkan yakni lebih dekat dengan yang kuasa, Informan AH berkata:

“Saya ikut suluk memang karena ada keinginan dari diri saya sendiri, memang sebelumnya saya sudah rasa niat dalam diri saya bahwa saya ingin ibadah yang lebih dalam lagi, karena saat ini juga saya sudah tua sudah tidak terlalu memikirkan kebutuhan duniawi, jadi yang ingin saya fokuskan hanya ibadah sama yang diatas”⁷⁷.

Pernyataan lain yang disampaikan oleh informan AH, selain adanya faktor internal yang mendorong informan AH untuk mengikuti suluk juga terdapat faktor eksternal yang mendorong informan AH untuk mengikuti kegiatan suluk ini. Pada saat wawancara informan AH mengungkapkan bahwa hal lain yang mendorong dirinya untuk mengikuti suluk yakni ajakan dari salah satu jama'ah yang sudah mengikuti suluk terlebih dahulu. Informan AH mengatakan:

“Dulunya itu saya ikut karena ajakaan dari teman-teman yang sudah ikut throriqoh, karna waktu itu kebetulan sudah ada niat sudah ada keinginan dalam hati saya, sampai akhirnya saya ikut. Nah ngga lama dari itu saya tertarik untuk ikut suluk, alhamdulillah sekarang sudah ikut 3 kali suluk”⁷⁸.

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah disampaikan oleh informan AH penulis dapat menyimpulkan bahwa faktor yang mendorong informan AH untuk mengikuti suluk yakni adanya keinginan dalam dirinya untuk mendekati diri kepada Allah. Dalam hal ini yakni yang dimaksud adalah informan AH

⁷⁷ “Hasil Wawancara Informan AH.”

⁷⁸ “Hasil Wawancara Informan AH.”

mebutuhkan adanya kebutuhan spiritual dalam dirinya, dalam hal ini informan AH meweujudkannya dengan mengikuti suluk.

4. Informan SN

Berdasarkan hasil wawancara yang disampaikan oleh informan SN, saat ini informan SN menginjak usia 70 tahun. Berdasarkan hasil penelitian dan wawancara yang sudah diperoleh, maka penulis dapat mengungkapkan bahwa yang mendorong informan SN dalam mengikuti suluk yakni adanya faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal ataupun alasan yang disampaikan oleh informan SN yang mendorong dirinya mengikuti suluk yakni karena adanya keinginan dalam dirinya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, karena saat ini umurnya yang sudah tidak muda lagi, sehingga dengan mengikuti thoriqoh dan tergabung dalam suluk merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh informan SN untuk mendekatkan diri kepada Allah dan memperbanyak ibadah. Hal ini diungkapkan oleh informan SN:

“Dari diri saya sendiri awalnya memang belum ada keinginan, tapi namanya juga orang mengaji kan mendengar hal-hal yang bagus, apalagi sekarang saya sudah tau, jadi biar punya guru, punya panutan, biar nanti di alam kubur ada yang menuntun”⁷⁹.

Alasan informan SN mengikuti suluk ialah karena informan SN yakin bahwa dengan mengikuti suluk informan SN berada di golongan-golongan yang baik yang mampu membawa dirinya ke surga. Informan SN yakin bahwa apabila dirinya sudah meninggal akan dimudahkan apabila dirinya mengikuti suluk ini. Hal ini sebagaimana terungkap dalam pernyataan informan SN yakni;

⁷⁹ “Hasil Wawancara Informan SN.”

“Jadi biar punya panutan, peribahasanya nanti kalo sudah di alam kubur dibangun katanya itu agar dimudahkan dan ada yang menuntun, kalo ngga saya kan bingung karena saya sadar diri saya itu orang bodoh jadi salah satu hal yang bisa saya lakukan yaa itu dengan mengikuti suluk”⁸⁰.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat penulis dapat menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mendorong informan SN untuk mengikuti suluk karena adanya dorongan yang kuat dari dalam dirinya sendiri untuk mendekati diri kepada Allah yang diwujudkan melalui kegiatan suluk ini. Selain dari hal tersebut juga dapat dikatakan bahwa hal lain yang mendorong informan SN mengikuti suluk karena adanya kebutuhan batiniah dalam dirinya untuk mempersiapkan kematian.

5. Informan DY

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan informan DY menunjukkan bahwa, saat ini informan DY sudah menginjak usia 65 tahun. Dari hasil penelitian yang dilakukan dengan informan DY penulis dapat mengungkapkan bahwa yang menjadi pendorong informan DY mengikuti suluk yakni meliputi faktor internal dan eksternal. Adapun faktor internal atau alasan yang mendorong informan DY mengikuti suluk yakni sesuai dengan tujuan yang dilakukan oleh informan DY yakni untuk beribadah dan mendekati diri kepada Allah SWT, apalagi dengan usianya yang sudah lanjut usia, informan DY menyadari bahwa yang harus dilakukan dirinya yakni dengan beribadah serta mendekati diri kepada Allah SWT. Berdasarkan hal tersebut salah satu hal yang perlu dilakukan dan diprioritaskan oleh infotman DY yakni dengan beribadah. Informan DY mengatakan bahwa:

⁸⁰ “Hasil Wawancara Informan SN.”

“Memang sekarang saya sudah tua jadi saya sudah tidak mempunyai keinginan apa-apa lagi, jadi hidupnya saya sekarang ingin fokus untuk ibadah kepada Allah SWT, biar nanti saya disana dimudahkan, oleh karena itu saya ikut suluk yaa seperti ini untuk menambah pengalaman, menambah ilmu, menambah pahala”⁸¹.

Alasan lain yang diungkapkan oleh informan DY untuk mengikuti suluk selain untuk ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah seperti yang diungkapkan oleh informan DY adalah adanya keinginan yang kuat dalam dirinya untuk memperoleh ketenangan batin dalam menjalani kehidupan, dalam pernyataannya yang disampaikan oleh informan DY bahwa informan DY ingin merasakan ketenangan dalam menjalani ibadah tanpa banyak kekhawatiran yang nanti hal tersebut akan berdampak kedalam kehidupan yang sedang dilakukan. Hal ini diperkuat dengan pernyataan informan DY yakni:

“Saya ikut suluk memang untuk menambah ibadah, tapi selain dari hal itu saya memang ingin merasakan ibadah yang tenang tanpa banyak kekhawatiran, menjalani hidup saya pasrahkan kepada Allah SWT yang paling tahu segalanya”⁸².

Berdasarkan alasan yang diberikan oleh informan DY, dapat diuraikan bahwa informan DY memiliki tujuan hidup dan alasan mengikuti suluk yakni karena ibadah dan memperoleh ketenangan hati. Hal ini sesuai dengan tujuan informan DY yang diwujudkan dalam bentuk kegiatan suluk. Sementara itu dalam pernyataan yang disampaikan oleh informan DY pada saat wawancara juga mengungkapkan bahwa terdapat faktor eksternal yang tak kalah penting pengaruhnya pada informan DY yang mendorong untuk mengikuti kegiatan suluk yakni karena adanya dorongan dari

⁸¹ “Hasil Wawancara Informan DY.”

⁸² “Hasil Wawancara Informan DY.”

jama'ah yang sudah terlebih dahulu tergabung dalam kegiatan suluk, sehingga dari hal ini munculah keinginan dalam diri informan DY.

Informan DY berkata:

“Saya dulu memang awalnya senang melihat orang yang ikut mengaji thoriqoh, saya melihat hidupnya tenang seperti tidak punya beban, tidak lama memang saya diajak sama teman memang saya sendiri ya jadi minat sampai sekarang dan akhirnya ikut suluk”⁸³.

Informan DY menyatakan dalam pernyataan yang sebelumnya disampaikan bahwa, selain dari ajakan jama'ah yang sudah tergabung lebih dulu kedalam kegiatan suluk, pengaruh mursyid juga menjadi faktor pendukung informan DY mengikuti suluk. DY berkata:

“Waktu saya sudah di baiat, memang kalau sudah ada jadwal untuk dilaksanakan suluk, nanti diberitahukan oleh mursyid, kalo belum suluk memang rasanya itu belum mantap”⁸⁴.

Berdasarkan hasil wawancara yang disampaikan oleh informan DY penulis dapat menarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mendorong informan DY dalam mengikuti suluk yakni karena adanya dorongan dalam dirinya sebagai suatu kebutuhan spiritual, dukungan keluarga, serta adanya pengaruh dari mursyid.

Berdasarkan hasil penelitian, dari kelima informan (JN, IS, AH, SN dan DY) memiliki faktor pendorong yang berbeda-beda dalam mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda, informan menyampaikan bahwa yang mendorong dirinya mengikuti suluk karena adanya dorongan dalam diri informan, keluarga dan lingkungan dalam memenuhi kebutuhan spiritual. Hal ini juga sejalan

⁸³ “Hasil Wawancara Informan DY.”

⁸⁴ “Hasil Wawancara Informan DY.”

dengan pengertian spiritual wellbeing yang berarti keadaan yang menggambarkan perasaan positif diimplementasikan dengan perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri, orang lain dan hubungan dengan penciptanya.

Pada informan JN dan AH faktor pertama yang mendorong dirinya tergabung dalam suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda adalah adanya keinginan dalam dirinya sendiri, menurut informan JN dan AH dengan usianya yang sudah lanjut saat ini, hal yang dilakukan dirinya adalah mendekatkan diri kepada Allah SWT salah satunya adalah tergabung dan mengikuti suluk. Berbeda dengan pernyataan dari informan IS dan DY walaupun memiliki faktor pendorong yang sama yakni keinginan dalam dirinya sendiri, tetapi informan memiliki asumsi yang berbeda bahwa dengan dirinya tergabung dan mengikuti suluk, informan dapat menemukan makna tujuan hidupnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang ditulis oleh Elsa Annisa, Herman dan Yoga Pramana yang mengatakan bahwa seseorang harus memiliki sebuah sikap spiritual dalam menghadapi serta memecahkan permasalahan dalam kehidupannya. Hal ini diperlukan agar dapat mendapatkan kehidupan lanjut usia yang lebih bermakna serta memiliki tujuan hidup⁸⁵.

Pada informan JN dan IS menjelaskan lebih lanjut bahwa faktor yang menjadi faktor pendorong dirinya dalam mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda dengan memenuhi kebutuhan spiritual dalam dirinya dengan melibatkan dukungan keluarga, karena melalui adanya peran dan dukungan keluarga dapat tergabung dan mengikuti suluk.

Berdasarkan kedua informan JN dan IS peran serta dukungan keluarga memiliki peran penting dalam diri informan untuk

⁸⁵ Elsa Annisa and Yoga Pramana, "Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia: Literature Review," *ProNers* 6, no. 1 (2021).

mengikuti suluk. Hal ini didukung oleh penelitian yang ditulis oleh Kurnia Hariani yang menjelaskan bahwa terdapat upaya yang harus dilakukan agar dapat memenuhi kebutuhan spiritualitas dalam diri lanjut usia adalah dapat dilakukan dengan melibatkan motivasi seperti dukungan yang melibatkan keluarga seperti orang terdekat akan mencurahkan segala perhatiannya bagi kesejahteraan lanjut usia, khususnya kesejahteraan spiritualitas lanjut usia⁸⁶.

Faktor pendorong juga memiliki perbedaan pada ketiga informan yang mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda karena adanya pengaruh dari tempat tinggalnya yaitu terjadi pada informan (AH, SN dan DY). Pada informan AH menyampaikan bahwa dirinya mengikuti suluk karena ajakan dari salah satu jama'ah suluk Naqsabandiyah yang sudah mengikuti suluk terlebih dahulu. Pada informan Sn menyampaikan bahwa dirinya mengikuti suluk karena adanya pengaruh dari mursyid, sehingga informan memutuskan untuk mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda. Informan DY menyampaikan bahwa dirinya mengikuti suluk karena melihat teman-temannya banyak yang mengikuti suluk sehingga dirinya tertarik untuk mengikuti suluk.

Berdasarkan pernyataan pada informan (AH, SN dan DY) didukung oleh penelitian yang dirulis oleh Ummu Khuzaimah, Yeni Anggaraini dan Zahrotur Rusdya yang menjelaskan bahwa semakin banyak dukungan sosial maka tangka spiritual pada lanjut usia semakin tinggi, begitupun sebaliknya apabila sedikit dukungan sosial maka tingkat spiritual pada lanjut usia semakin rendah⁸⁷.

Berdasarkan faktor pendorong lanjut usia yang mengikuti suluk Naqsabandiyah dikuatkan dengan teori oleh John Wayne

⁸⁶ Rodiana Kurniasih and Siti Nurjanah, "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Akan Kematian Pada Lansia," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8, no. 4 (2020): 391–400.

⁸⁷ Ummu Khuzaimah et al., "Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial Di Medan," *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 26, no. 1 (2021): 121–42.

Fisher yang mengacu pada *The National Interfaith Coalition on Aging* di Washington yang menjelaskan bahwa spiritual *wellbeing* sebagai bentuk afirmasi dalam berhubungan dengan tuhan, diri sendiri, komunitas dan lingkungan secara keseluruhan⁸⁸. Hal ini sesuai dengan faktor pendorong lanjut usia dalam mengikuti suluk Naqsabandiyah yaitu melalui keinginan diri sendiri, dukungan keluarga serta adanya pengaruh lingkungan.

Hasil analisis pada faktor pendorong lanjut usia yang mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda senada dengan dimensi spiritual *wellbeing* yang dijelaskan oleh John Wayne Fisher yang dikerucutkan menjadi empat dimensi: (a) Hubungan dengan diri sendiri (*domain personal*), (b) Hubungan dengan orang lain (*domain communal*), (c) Hubungan dengan lingkungan (*domain environmental*), (d) Hubungan dengan Tuhan (*domain trandental*). Secara rinci penjelasan aspek dan indikator kesejahteraan spiritual dapat dilihat dalam tabel 1.2.

Tabel 1.2
Dimensi Spiritual *Well Being*
John Wayne Fisher

Aspek	Indikator
Hubungan dengan diri sendiri (<i>domain personal</i>)	Adanya keinginan dalam diri individu untuk mengikuti suluk.
Hubungan dengan orang lain (<i>domain communal</i>)	Melalui suluk individu dapat membangun hubungan spiritual dengan kerabat melalui suluk Naqsabandiyah.
Hubungan dengan lingkungan (<i>domain environmental</i>)	Adanya pengaruh kerabat dalam mengikuti suluk.

⁸⁸ Rif'atul Khoriyah, *Spiritual Wellbeing In Islam* (CV. Azka Pustaka, 2023).

	Adanya pengaruh mursyid dalam mengikuti suluk
Hubungan dengan Tuhan (<i>domain transdental</i>)	Upaya mendekatkan diri kepada Tuhan Meningkatkan Ibadah

Hasil telaah terhadap empat dimensi spiritual *wellbeing* John Wayne Fisher merupakan sebuah bentuk penegasan spiritual *wellbeing* yang berhubungan dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan dan tuhan. Domain spiritual *wellbeing* memiliki peran penting dalam kesejahteraan spiritual individu untuk dapat mengetahui kualitas spiritual dalam diri individu. Fisher menjelaskan bahwa domain tersebut dapat mempengaruhi spiritual *wellbeing* pada diri individu. Hal ini sejalan dengan faktor yang mendorong lanjut usia mengikuti suluk Naqsabandiyah dengan dimensi spiritual yang dikembangkan oleh Fisher.

D. Proses Spiritual Selama Suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda

Dalam melakukan proses suluk, jama'ah suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda harus melakukan proses pembaiatan terlebih dahulu agar dianggap sah sebagai anggota jama'ah suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda. Pembaiatan dilaksanakan setelah jamaa'ah melakukan beberapa ritual: *Pertama*, bertaubat harus dalam keadaan suci, mandi dan berwudhu. *Kedua*, melakukan sholat sunnah taubat 2 rakaat. Tujuannya untuk mengingat dosa yang pernah dilakukan semasa hidup dan berjanji untuk tidak mengulanginya kembali. *Ketiga*, mengingat mati dengan cara berselimut kain kafan dan posisi seperti orang tidur serta membaca dzikir sebanyak 5000 kali. Dilakukan pada pertengahan malam hingga menjelang sholat shubuh. *Ketiga*, setelah sholat shubuh dilakukan proses pembaiatan. Setelah proses baiat diperbolehkan mengikuti suluk dan sah menjadi anggota suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda. Keempat,

jama'ah berkhawat atau mengasingkan diri selama 10/20/40 hari serta melakukan dzikir sebanyak-banyaknya.

1. Informan JN

Pembahasan mengenai proses spiritual yang dialami oleh informan selama suluk berkaitan dengan bagaimana alur informan mengikuti suluk mulai dari proses bergabungnya informan dalam sebuah kegiatan thoriqoh yang terhitung sudah 5 tahun yang kemudian melaksanakan pembaiatan yang dilakukan langsung oleh mursyid sampai dengan pada tahapan sekarang yang sudah informan capai. Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh dengan informan JN, JN sudah mengikuti suluk selama 2 kali terhitung sejak JN bergabung dalam kegiatan thoriqoh ini. Sebelum mengikuti ibadah suluk ini, JN mengaku bahwa dalam menjalankan ibadah kepada Allah tidak teralalu tekun dalam arti masih biasa-biasa saja, JN mengatakan bahwa hanya menjalankan kewajiban-kewajiban yang diperintahkan oleh Allah. JN mengatakan bahwa:

“Jadi dulu mba sebelum saya ikut suluk, saya masih biasa-biasa saja dalam menjalankan ibadah yang terpenting saya menjalankan kewajiban dari Allah SWT”⁸⁹.

Pada saat wawancara JN juga mengatakan bahwa, hingga pada akhirnya JN mengalami cobaan di dalam hidupnya yakni kehilangan anak, dari kehilangan itu JN mengatakan bahwa JN semakin tekun dalam menjalankan ibadah walaupun pada saat itu JN belum bergabung dalam kegiatan thoriqoh, hingga suatu saat terdapat salah satu jamaa'ah dari thriqoh mengajak JN bergabung dalam kegiatan thoriqoh ini, sampai akhirnya JN memutuskan mengikuti ibadah suluk. JN berkata:

⁸⁹ “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

“Dulunya soal ibadah saya memang tidak rajin mba, tapi dulu saya itu pernah kehilangan anak, rasanya sedih banget, tapi saya juga sadar mba cuma bisa mendoakan, memang saya akui dari situ jadi rajin ibadah, sampai pada akhirnya ada teman yang mengajak saya gabung ikut thoriqoh, dari situlah saya tidak berfikir panjang untuk ikut, saya juga berfikirnya ini kan hal baik, menambah pahala juga kan senang, jadinya saya sama bapak ikut. Nah setelah itu akhirnya juga bisa ikut suluk”⁹⁰.

Salah satu tujuan JN mengikuti suluk adalah untuk mendekatkan diri kepada Allah, karena dari pernyataan JN yang mengatakan bahwa belum merasakan kedamaian di dalam hatinya, dan belum merasa adanya peningkatan di dalam ibadahnya selama mengikuti thariqoh, walaupun dalam keadaan sudah dibaiat, sehingga kemudian munculah dorongan dalam dirinya untuk mengikuti kegiatan suluk ini. Dan JN juga mengatakan bahwa setelah JN tergabung dalam thoriqoh dan mengikuti ibadah khusus yakni ibadah suluk, dalam menjalani kehidupannya JN semakin tenang, tanpa banyak kekhawatiran. Dalam keterangannya pada saat wawancara JN menyampaikan bahwa:

“Jadi intinya mba, setelah ikut suluk rasanya hidup saya jadi tenang, ibadah juga jadi khusyu, yang penting hidup tetap dijalani”⁹¹.

Pernyataan lain yang disampaikan oleh JN bahwa, kadangkala ada beberapa hal yang membuat JN merasa tidak khusyu dalam menjalani ibadah, hal ini dirasakan oleh JN apabila sedang diterpa dengan berbagai cobaan yang menimpa hidupnya mulai dari masalah dengan keluarganya, problematika dengan anak-anaknya yang sudah menikah, yang kadangkala hal tersebut membuat beban

⁹⁰ “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

⁹¹ “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

dalam pikirannya dan membuat dirinya kacau. Hal ini diperkuat dengan pernyataan JN yang mengatakan bahwa:

“Ya memang mba ikut suluk itu suatu hal yang bagus, jadi tenang menjalani hidup. Tapi tetap saja mba namanya juga hidup terkadang banyak cobaan yang membuat kepikiran, apalagi cobaan dari anak-anak yang membuat membuat ibadah tidak khusyu”⁹².

Berdasarkan pernyataan yang disampaikan oleh JN penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat kebermaknaan hidup dalam kehidupan JN, dengan adanya suluk JN dapat menerapkan makna dalam hidupnya sehingga munculah kebahagiaan dalam hidupnya, walaupun cobaan yang terdapat dalam hidupnya seringkali menjadi pemicu dalam membentuk makna hidupnya.

2. Informan IS

Pembahasan mengenai proses spiritual pada informan IS berkaitan secara langsung dengan alur informan IS mengikuti suluk dari awal sampai dengan pada proses yang sudah informan IS capai sekarang. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan informan IS telah melakukan baiat pada tahun 1997, dan sampai saat ini informan IS baru mengikuti suluk 1 kali terhitung sejak pertama kali informan IS bergabung dalam kegiatan thariqoh ini. Pada saat wawancara informan IS mengaku bahwa sebelum mengikuti suluk informan IS belum merasakan adanya ketenangan dalam hatinya, belum merasakan adanya ketekunan dalam menjalankan ibadah, dan belum memiliki niat dalam hatinya untuk mengejar akhirat, dalam menjalani hidup masih banyak terburu-buru untuk mengejar dunia serta masih banyak keinginan untuk mengejar dunia. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan informan IS pada saat wawancara yaitu:

⁹² “Hasil Wawancara Dengan Informan JN.”

“Sebelum ikut suluk memang saya rasanya masih belum tenang, belum mantap menjalani hidup tidak seperti sekarang, kalo dulu kan masih muda, masih fokus juga dengan banyak hal, apalagi seperti sekarang juga saya sudah tua sudah tambah repot lagi, namanya umur kan tidak ada yang tahu, namanya orang hidup kan punya kewajiban untuk menuntut ibadah, ibaratnya ya buat tabungan nanti di akhirat”⁹³.

Berdasarkan hasil wawancara informan IS juga mengatakan bahwa dulu informan IS masih belum dapat menerima keikhlasan dalam menghadapi persoalan dan lika-liku permasalahan dalam kehidupannya. Informan IS mengatakan bahwa pada saat itu Informan IS diuji dengan suaminya yang menderita sakit strokr selama bertahun-tahun, dari sini lah informan IS menjadi tulang punggung untuk keluarganya dan menyekolahkan anaknya. Pada awalnya informan tidak dapat menerima keadaan yang sedang dijalani, namun setelah dirinya banyak berikhtiar dan mendekatkan diri kepada Allah SWT salah satunya mengikuti thoriqoh dan ikut dalam kegiatan suluk, informan IS mengatakan bahwa setelah 3 tahun informan IS berada di keadaan yang sulit dengan suaminya yang sakit, informan IS baru dapat menerima keadaan tersebut. Hal ini diperkuat dengan pernyataan informan IS yaitu:

“Jadi saya bisa menerima dan ikhlas itu setelah bapak sakit selama tiga tahun, dari situ rasanya saya baru bisa menerima keadaan dan ikhlas memang dari hal tersebut membuat saya semakin tekun untuk berdzikir”⁹⁴.

Pada saat suluk informan IS mengatakan bahwa kalo sudah ikut thoriqoh dan mengikuti adanya proses baiat sampai adanya

⁹³ “Hasil Wawancara Informan IS.”

⁹⁴ “Hasil Wawancara Informan IS.”

kegiatan suluk tersebut, terdapat amalan-amalan tertentu serta dzikir secara khusus yang biasanya diamalkan dalam kegiatan suluk tersebut. Dalam pernyataan lain informan IS juga mengatakan bahwa kalau orang sudah mengikuti suluk pasti akan taahdim (patuh) kepada gurunya, hal ini di perjelas dengan pernyataan informan IS:

“Jadi orang kalo sudah ikut thoriqoh itu sudah punya wiridan khusus, aslinya kalo memang sudah terbiasa amalan-amalan itu yaa tidak susah”⁹⁵.

Informan IS juga mengatakan bahwa ketika berjalannya proses suluk setiap jama'ah tidak diperbolehkan berbicara agar tetap khusyu dalam menjalankan ibadah yang sedang dijalankan. Informan IS mengatakan bahwa suluk dapat dijalankan mulai dari 10 hari, 20 hari sampai dengan 40 hari, dimana suluk ini dimulai pada bulan Muharram dan bulan Rajab. Pada suluk yang pernah diikuti oleh informan IS bertepatan pada tanggal 1 Muharram, dimana sebelum mengikuti proses suluk jama'ah diharuskan untuk mandi taubat terlebih dahulu, setelah itu akan dibimbing untuk melaksanakan niat suluk oleh mursyid, setelah proses niat juga akan dibimbing berdoa dan tawajuhan. Dalam melaksanakan proses suluk juga terdapat larangan-larangan tertentu seperti yang dijelaskan oleh informan IS yakni tidak boleh makan-makanan yang bernyawa, dan harus dalam keadaan wudhu terjaga pada saat melakukan kegiatan apapun, penjelasan ini dibuktikan dengan pernyataan informan IS yakni:

“Kalo sedang suluk itu tidak boleh mengobrol. Jadi misalkan disitu suluk itu terkadang ada yang 10 hari 20 hari ya 40 hari. Jadi nanti diperintahkan untuk mandi terlebih dahulu, misalkan sampai disitu pada tanggal 1 Muharram siang nanti pada waktu sholat ashar diwajibkan untuk mandi taubat terlebih dahulu serta ada doanya. setelah itu masuk nanti ada niatnya suluk sendiri. Nah nanti distu kalo sudah suluk ada

⁹⁵ “Hasil Wawancara Informan IS.”

doanya dan setelah itu juga ada yang namanya tawajuhan. Disitu juga nanti tidak boleh makan-makanan yang bernyawa, pokoknya setiap melakukan kegiatan apapun harus wudhu dahulu, kalau misalkan wudhunya batal juga harus wudhu kembali”⁹⁶.

Dalam pernyataan lain informan IS juga menjelaskan bahwa setelah dirinya melaksanakan ibadah umrah merasa bahwa hatinya semakin terbuka kembali untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah, karena informan IS juga berjanji kepada dirinya sendiri apabila setelah pulang umrah masih diberikan kesehatan serta panjang umur setelah tiba dirumah dengan selamat informan berjanji akan lebih berserah diri dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Salah satu berserah diri yang dilakukan oleh informan IS sampai sekarang adalah dengan mengikuti ibadah suluk ini. Informan IS berkata:

“Setelah ibadah umrah saya merasa hati saya lebih terbuka lagi, ibaratnya gini saya sudah berjanji sampai yang punya hidup kalau misalkan saya dikasih kesempatan kedua untuk hidup lagi saya akan menambahkan amal, alhamdulillah sampai sekarang saya belum pernah yang namanya berhenti sholat tahajud setelah saya umrah, jadi saya merasa itu sudah seperti kewajiban. Jadi saya benar-benar tidak merasakan malas, tidak seperti dulu sebelum saya umrah walaupun bangun saya malas untuk sholat. Makannya insyaallah dibulan rajab ini saya ingin suluk lagi”⁹⁷.

Berdasarkan hasil wawancara yang disampaikan oleh informan IS penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat kebermaknaan hidup dalam kehidupan IS dan konsistensi IS dalam meningkatkan ibadahnya melalui kegiatan suluk tersebut serta memberikan makna sekaligus kebahagiaan dalam dirinya. Konsistensi yang dimiliki oleh informan IS inilah yang membentuk spiritual dalam diri informan IS.

⁹⁶ “Hasil Wawancara Informan IS.”

⁹⁷ “Hasil Wawancara Informan IS.”

3. Informan AH

Pembahasan mengenai proses spiritual pada informan AH berkaitan dengan bagaimana alur informan AH mengikuti suluk mulai dari proses pembaiatan sampai dengan tahapan yang sekarang sudah informan AH capai. Berdasarkan hasil dari wawancara yang sudah dilakukan dengan informan AH, informan AH mengatakan bahwa melakukan baiat pada tahun 2017, saat ini informan AH sudah melakukan 3 kali suluk terhitung selama informan AH tergabung dalam kegiatan thoriqoh. Informan AH mengatakan bahwa:

“Saya itu ikut throriqoh lalu dibaiat dari tahun 2017, awalnya karna sudah lama ikut thoriqoh akhirnya saya memutuskan untuk ikut suluk karena memang rasanya seperti belum mantap apabila ikut thoriqoh tapi belum suluk”⁹⁸.

Pernyataan lain yang diungkapkan oleh informan AH bahwa sebelum dirinya mengikuti throriqoh dan tergabung dalam kegiatan suluk, informan pernah kehilangan anak laki-laki satu-satunya dan tidak lama dari kehilangan anaknya kemudian informan AH juga kehilangan suaminya. Dari hal tersebut informan AH mengatakan bahwa dirinya diberikan ujian yang luar biasa dari Allah, informan AH merasa bahwa selama ini terlalu mengejar dunia dan lupa akhirat hingga diberikan ujian yang cukup berat.

Pada saat suaminya meninggal informan AH merasa bahwa dirinya kesepian dengan umurnya yang sudah lanjut dan tinggal sendiri dirumahnya. Berkaitan dengan keadaan yang dialami oleh informan AH, informan melampiaskan kesedihannya dengan memperbanyak ibadah kepada Allah SWT yang informan wujudkan dengan mengikuti thoriqoh hingga tergabung dalam kegiatan suluk. Hal ini diperkuat dengan pernyataan informan AH yakni:

⁹⁸ “Hasil Wawancara Informan AH.”

“Sebelumnya memang saya pernah kehilangan anak laki-laki saya satu-satunya, terus ga lama kemudian saya kehilangan suami saya, memang itu cobaan di hidup saya, saya waktu itu mikirnya apa kerena ibadah saya yang kurang, sampai akhirnya saya mikirnya ingin ibadah yang lebih mantep lagi, jadinya ya sekarang saya ikut thoriqoh terus sampai bisa ikut suluk”⁹⁹.

Pernyataan lain yang disampaikan oleh informan AH menjelaskan bahwa, semenjak dirinya mengikuti thoriqoh dan ikut dalam kegiatan suluk, dirinya semakin yakin dalam menjalani hidup yang dijalannya, Informan AH merasa yakin apabila jika kelak informan AH menghadapi kematian akan diberikan kemudahan di alam kubur, hal ini yang membuat informan AH yakin dalam mengikuti suluk. Hal ini diperkuat dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan AH pada saat wawancara yakni:

“Orang kalo sudah suluk itu seperti sudah yakin banget lah, maksudnya seperti sudah yakin bahwa nanti akan meninggal, seperti sudah tau nanti disana seperti apa, di dalam suluk itu diberikan adab seperti itu, jadi yang membuat saya yakin mengikuti suluk, yang membuat saya yakin yaa seperti itu, ingin mempersiapkan diri untuk nanti”¹⁰⁰.

Pernyataan tersebut juga diperkuat kembali dengan penjelasan yang disampaikan oleh informan AH, bahwa informan AH mengikuti suluk karena yakin bahwa apabila dirinya mengikuti suluk dikemudian hari sudah meninggal informan percaya akan dimudahkan didalam kubur, informan juga yakin bahwa dengan ikut suluk seperti sudah memiliki panutan yakni mursyidnya, informan AH juga percaya bahwa mursyid yang membawa dirinya ke dalam

⁹⁹ “Hasil Wawancara Informan AH.”

¹⁰⁰ “Hasil Wawancara Informan AH.”

suluk akan memberikan pertolongan apabila nanti di dalam kubur. Hal ini sesuai dengan pernyataan informan AH:

“Jadi ikut suluk itu cara biar tau gimna, agar nanti di mudahkan apa gimna, apa nanti biar mudah, jadi di yang diajarkan dalam suluk kalo nanti di dalam kubur diberikan pertanyaan agar nanti dimudahkan oleh mursyidnya, kalo saya ikut suluk itu rasanya itu sudah tenang karna sudah punya yang panutan”¹⁰¹.

Informan AH menyampaikan bahwa, apa yang dijalani diusianya sekarang, hanya untuk memperbanyak ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah, salah satu hal yang dapat diwujudkan dirinya adalah dengan mengikuti suluk ini. Informan AH juga mengatakan bahwa tidak hanya lebih mendekatkan dirinya kepada Allah tetapi dengan mengikuti thoriqoh ini dirinya lebih ikhlas dalam menjalani kehidupan lebih tenang. Hal ini terbukti dari pernyataan informan AH;

“Memang setelah saya ikut suluk jadi tenang jadi ayam, yang saya pikir cuma gimana besok di akhirat”¹⁰².

Pernyataan yang disampaikan oleh informan AH penulis dapat menyimpulkan bahwa dengan mengikuti suluk informan AH merasakan adanya kebahagiaan serta memberikan makna dalam kehidupannya karna dengan dirinya mengikuti suluk informan AH merasa bahwa dirinya sudah memiliki panutan dalam hidupnya yang dapat memudahkan dirinya bertemu dengan Penciptanya, hal inilah yang membuat informan yakin mengikuti suluk.

4. Informan SN

Pembahasan mengenai proses spiritual pada informan SN berkaitan langsung dengan bagaimana alur informan SN mengikuti

¹⁰¹ “Hasil Wawancara Informan AH.”

¹⁰² “Hasil Wawancara Informan AH.”

suluk yang dihitung mulai dari proses pembaiatan sampai dengan tahapan yang sudah informan SN capai sekarang. Berdasarkan hasil wawancara, SN mengikuti baiat pada tahun 2004, dan sudah mengikuti suluk sebanyak 4 kali sampai dengan sekarang. Sebagaimana pernyataan yang disampaikan oleh informan SN yaitu:

“Sampai sekarang saya mengikuti thoriqoh sudah ada 10 tahun an, karena waktu itu saya di baiat waktu cucu saya masih kecil sekitar tahun 2004 an. Sampai sekarang dari waktu pertama kali saya dibaiat saya sudah ikut suluk selama 4 kali. Saya ngaji disitu dari jaman orangnya masih sedikit, sampai sekarang jama’ahnya sudah banyak”¹⁰³.

Pernyataanya yang disampaikan oleh informan SN juga mengatakan bahwa dulu sebelum dirinya di baiat dan mengikuti suluk, belum merasakan adanya ketenangan dalam dirinya, masih mengejar tentang hal-hal yang berkaitan dengan dunia serta masih belum memiliki ketekunan dalam menjalankan ibadah, semata-mata yang dilakukan hanya untuk mengejar dunia. Hal ini dikuatkan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan SN yakni:

“Sebelum saya ikut suluk memang ibadahnya belum rajin, kalo bahasanya yaa masih ngawur-ngawur, kalo sekarang saya kan sudah mempunyai rasa takut, tidak seperti dulu saya belum mempunyai panutan (mursyid), dzikir juga hanya semaunya saya, intinya kalau dulu iman saya masih naik turun tidak seperti sekarang”¹⁰⁴.

Informan SN pada saat wawancara juga mengungkapkan bahwa setelah mengikuti proses baiat dan mengikuti tahapan dalam suluk, seperti ada kewajiban yang tertanam dalam dirinya yang membuat informan SN tekun menjalankan ibadah. Informan SN

¹⁰³ “Hasil Wawancara Informan SN.”

¹⁰⁴ “Hasil Wawancara Informan SN.”

mengatakan bahwa apa yang disampaikan dan diajarkan oleh mursyidnya sudah seperti kewajiban yang harus dilaksanakan dan apabila tidak dilaksanakan hal tersebut seperti dosa. Pernyataan ini diperkuat oleh informan SN pada saat wawancara yakni:

“Mursyid saya pernah memberitahukan bahwa setelah melakukan proses baiat tidak boleh tidak berangkat melebihi 40 hari, harusnya selama 40 hari harus ada berangkatnya kalau hal tersebut tidak dilaksanakan maka dosa hukumnya. Lalu apabila seperti saya sekarang sudah mengikuti suluk mempunyai tawajuhan sendiri kalo bahasanya yang lebih mudah itu dzikir, kalo dulu untuk masalah dzikir hanya dilakukan semau saya tapi kalo sekarang sudah menjadi sebuah kewajiban dalam diri saya, katanya (mursyid) kalo misalkan tidak dikerjakan yaa seperti dosa”¹⁰⁵.

Pernyataan lain yang disampaikan oleh informan SN setelah mengikuti proses baiat dan suluk yang dirasakan dalam dirinya yakni lebih tenang menjalani kehidupan, lebih mantap karena saat ini sudah memiliki panutan dalam hidupnya yakni mursyidnya, dengan mengikuti suluk ini informan SN dapat mendekati diri kepada Allah untuk mempersiapkan kematian yang akan datang pada dirinya, apalagi saat ini dengan usianya yang sudah tidak muda lagi, sehingga yang difokuskan informan SN adalah fokus untuk mendekati diri kepada Allah. Seperti yang dikatakan oleh informan SN yaitu:

“Setelah saya mengikuti suluk memang saya lebih mantap, yaa seperti ini sekarang semantap-mantapnya orang bodoh ikut ngaji, orang tua seperti saya juga butuh mengaji, namanya orang mengaji kan sebuah kewajiban dari lahir sampai nanti meninggal. Memang kan katanya kalo misalkan di alam kubur biar nanti ada yang membantu, biar

¹⁰⁵ “Hasil Wawancara Informan SN.”

dimudahkan jalannya, rasanya itu kalo udah ikut suluk itu saya sudah mantap”¹⁰⁶.

Berdasarkan dari hal tersebut dan hasil wawancara yang disampaikan oleh informan SN menunjukkan bahwa adanya tingkat keseriusan informan SN dalam mengamalkan dan menghayati suluk dalam kehidupan sehari-hari. Dalam proses pemaknaan kebahagiaan dalam hidup, perilaku yang ditunjukkan SN menunjukkan bahwa suluk memberikan makna serta kebahagiaan dalam kehidupan informan SN yang ditunjukkan dengan kehidupan informan SN setelah suluk yakni terciptanya ketenangan dan kenyamanan dalam menjalani kehidupan serta ibadah untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT.

5. Informan DY

Pembahasan mengenai proses spiritual pada informan DY berkaitan dengan bagaimana alur informan DY mengikuti suluk, yang terhitung mulai dari proses baiat sampe dengan pada tahapan sekarang yang sudah dicapai oleh informan DY. Berdasarkan hasil wawancara informan DY melakukan baiat pada tahun 2010 dan sudah suluk sebanyak 2 kali terhitung dari pertama kali informan DY melakukan proses baiat. Hal ini disampaikan oleh informan DY:

“Saya mengikuti suluk sudah ada 10 tahunan, jadi kalo tidak salah itu saya sudah di baiat dari tahun 2010, dan sekarang saya sudah 2 kali mengikuti suluk”¹⁰⁷.

Informan DY mengatakan bahwa sebelum dirinya mengikuti suluk belum merasakan adanya ketenangan hati dan belum merasakan ketekunan dalam menjalankan ibadah, walaupun pada saat itu informan DY sudah melakukan proses baiat. Kemudian

¹⁰⁶ “Hasil Wawancara Informan SN.”

¹⁰⁷ “Hasil Wawancara Informan DY.”

setelah lama melakukan proses baiat informan DY baru merasakan munculnya peningkatan dalam menjalankan ibadah. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan yang disampaikan oleh informan DY pada saat wawancara yaitu:

“Memang dulu waktu saya belum suluk ikut thoriqoh rasanya saya masih biasa saja belum bisa rajin banget, masih ikut-ikutan padahal waktu itu saya sudah melakukan proses baiat juga, tetapi karena saya sering berangkat ya jadi ikut rajin beribadah jadi semangat dan keterusan sampai dengan sekarang alhamdulillah”¹⁰⁸.

Informan DY berjanji kepada dirinya pada saat menjalankan suluk untuk khusyu menjalankan ibadah tanpa melibatkan urusan yang berada dirumah, karena informan DY merasa bahwa ketika suluk adalah waktu yang tepat untuk menenangkan diri dan beribadah kepada Allah, bahkan pada saat suluk informan DY merasakan seperti sedang Haji. Hal ini dikuatkan dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan DY pada saat wawancara:

“Waktu saya mengikuti suluk saya sudah janji ke diri saya sendiri bahwa ketika saya di sana saya ingin fokus ibadah dengan keadaan tenang, yang tidak memikirkan masalah dirumah, tapi memang benar waktu saya disana saya rasanya tenang tidak memikirkan apa-apa hanya fokus untuk ibadah ke Allah SWT. Jadi disana saya rasanya seperti lagi berangkat haji soalnya tidak pulang selama 10 hari”¹⁰⁹.

Pada saat melaksanakan suluk informan DY juga mengaku bahwa yang membuat dirinya yakin mengikuti proses baiat sampe dengan mengikuti suluk bahwa dirinya merasa tenang merasa beruntung karena berada pada golongan orang-orang baik, informan merasa bahwa saat ini dirinya seperti memiliki panutan yang akan

¹⁰⁸ “Hasil Wawancara Informan DY.”

¹⁰⁹ “Hasil Wawancara Informan DY.”

memudahkan dirinya nanti apabila tiba datangnya kematian. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh informan DY:

“Saya mengikuti suluk rasanya saya jadi semakin lebih yakin dan mantap, rasanya senang berada di kumpulan orang-orang baik, biar nanti disana (akhirat) dimudahkan”¹¹⁰.

Pada saat proses wawancara informan DY mengatakan bahwa setelah dirinya melakukan proses baiat dan mengikuti suluk informan merasakan ketenangan dalam dirinya serta munculnya peningkatan dalam menjalankan ibadah, informan DY mengatakan bahwa dirinya tidak lagi berfokus dengan urusan yang ada didunia, saat ini yang dilakukan adalah fokus untuk meningkatkan ibadahnya. Informan DY mengatakan bahwa saat ini yang dapat diupayakann dengan umurnya yang sudah lanjut usia adalah menambah amal dan meningkatkan ibadah sebagai bentuk mempersiapkan kematian yang tidak tahun kapan akan datang. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan oleh DY:

“Setelah saya mengikuti suluk sekarang saya rasanya lebih tenang lebih nyaman, fokusnya hanya untuk ibadah, kalau dulu kan saya masih banyak memikirkan dunia masih banyak keinginan, kalau sekarang kan saya sudah tua, namanya orang meninggal kan tidak ada yang tahu. Jadi orang kan yang penting mempersiapkan amal mempersiapkan ibadah biar nanti dimudahkan”¹¹¹.

Berdasarkan hasil wawancara yang disampaikan oleh informan DY terpat keseriusan informan DY dalam menjalankan ibadah suluk yang diamalkan dengan kehidupan yang informan DY jalani, sehingga dari hal tersebut terciptalah pemkanaan suluk dalam kehidupan DY sehingga mewujudkan kebahagiaan pada kehidupan informan DY setelah menjalani proses baiat dan mengikuti kegiatan suluk.

¹¹⁰ “Hasil Wawancara Informan DY.”

¹¹¹ “Hasil Wawancara Informan DY.”

Berdasarkan hasil temuan penelitian kelima informan (JN, IS, AH, SN dan DY) mengalami dinamika yang berbeda-beda dalam mencapai proses spiritual *wellbeing*. Untuk mencapai spiritual *wellbeing* pada lanjut usia pengikut suluk Naqsabandiyah, lanjut usia perlu mengikuti proses yang terdapat dalam suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda, kegiatan ini dimulai dari melakukan proses baiat pada pengikut suluk. Setelah melakukan proses baiat jama'ah diperbolehkan untuk mengikuti suluk dengan tujuan memantapkan ibadah dalam suluk, suluk yang dijalankan oleh informan dalam waktu 10 hari yang dilakukan pada bulan Muharram dan Rajab. Setelah melakukan proses suluk, jaama'ah juga diperbolehkan melakukan peningkatan dalam suluk dengan mengikuti tahap suluk berikutnya sesuai dengan arahan mursyid.

Tidak hanya melakukan kegiatan dalam proses suluk, amalan dalam suluk juga diterapkan dalam kehidupan sehari-hari lanjut usia pengikut suluk Nasabandiyah di Desa Kedungbenda sesuai dengan arahan dan amalan yang diperintahkan oleh mursyid. Berdasarkan proses yang dilalui oleh lanjut usia pengikut suluk Naqsabandiyah tersebut mampu mencipatakan spiritual *wellbeing* yang berbeda-beda dalam kehidupannya, Dimana kelima informan (JN, IS, AH, SN dan DY) merasakan perubahan-perubahan positif, kedamaian, penerimaan diri, pengendalian diri, ketentraman hidup, pemaknaan hidup, kebahagiaan serta tujuan dalam hidupnya setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda.

Pada informan JN setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda merasakan adanya perubahan-perubahan dalam kehidupannya meliputi kebahagiaan, konsistensi ibadah, tujuan hidup, serta pemaknaan dalam hidup dan menjadikan suluk sebagai pedoman dalam kehidupannya dengan menjadikan suluk sebagai pengingat kematian. Hal ini sesuai dengan temuan hasil wawancara dan observasi kepada informan. Informan JN menyatakan bahwa setelah

mengikuti suluk Naqshabandiyah di Desa Kedungbenda merasakan kebahagiaan karena terdapat konsistensi dalam meningkatkan ibadahnya melalui kegiatan suluk yang dapat memberikan makna sekaligus kebahagiaan dalam diri informan.

Pada informan JN memaknai suluk sebagai pengingat kematian, karna sebelum dirinya mengikuti suluk pernah kehilangan anak yang membuat dirinya sadar bahwa kematian dapat datang kapan saja, dari hal ini membuat informan JN meningkatkan ibadah salah satunya dengan dirinya mengikuti suluk, hal ini dilakukan sebagai upaya mempersiapkan kematian dan menambah pahala untuk kehidupannya.

Informan JN juga memandang suluk sebagai pedoman hidup dalam segi beribadah kepada Allah, hal ini dilakukan oleh informan dengan cara konsisten menjalankan amalan yang terdapat dalam suluk yakni tawajuhan atau dzikir sesuai dengan amalan yang dipelajari dalam suluk. Karena informan meyakini bahwa amalan tersebut merupakan sebuah kewajiban dalam menjalankan ibadah suluk, sehingga apabila tidak dilakukan adalah dosa. Selain hal tersebut konsistensi informan dalam menjalankan ibadah sholat berjama'ah juga meningkat setelah informan mengikuti suluk, karena informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan amalan sebanyak-banyaknya akan menambah bekal di akherat nanti.

Pada informan IS setelah mengikuti suluk di Desa Kedungbenda mengalami perubahan-perubahan dalam kehidupannya meliputi ketentraman hidup, konsistensi dalam beribadah, pemaknaan hidup serta pedoman dalam kehidupannya. Sedangkan pada informan IS merasakan ketentraman dalam kehidupannya setelah dirinya dapat menerima keadaan suaminya yang sakit setelah 3 tahun, setelah hal ini muncullah sikap ikhlas dalam diri informan IS yang diperoleh dengan dirinya mengikuti suluk, dan setelah itu munculah rasa ketentraman dalam diri informan yang berpengaruh terhadap kehidupan informan

IS. Informan IS juga merasakan kebahagiaan mengikuti suluk karena terdapat konsistensi dalam meningkatkan ibadahnya melalui kegiatan suluk yang dapat memberikan makna sekaligus kebahagiaan dalam diri informan.

Informan juga memberikan makna dalam hidupnya setelah mengikuti suluk Naqsandiyah di Desa Kedungbenda, informan IS pada awalnya memaknai suluk sebagai suatu keharusan yang harus dilakukan karena dirinya adalah keturunan mursyid. Namun setelah memasuki usia lanjut informan IS diberikan cobaan suaminya mengalami sakit stroke. Dari hal inilah informan IS memaknai suluk sebagai suatu sandaran dalam hidupnya dan dapat membuat informan meningkatkan ibadah, sehingga dari hal ini informan mampu ikhlas menerima cobaan yang diberikan oleh Allah. Pada informan IS memandang suluk sebagai pedoman hidup dalam segi kehidupan, hal ini dilakukan oleh informan IS ketika dirinya menerima cobaan yang diberikan oleh Allah SWT, informan IS ikhlas menerima keadaan yang diberikan oleh Allah SWT, hal ini sesuai dengan amalan yang diajarkan dalam suluk. Informan meyakini bahwa dengan dirinya ikhlas menerima cobaan yang diberikan oleh Allah SWT, maka Allah akan membantu dirinya ketika mengalami kesulitan.

Pada informan AH setelah mengikuti suluk Naqsandiyah di Desa Kedungbenda merasakan berbagai perubahan dalam kehidupannya, perubahan yang terjadi pada informan meliputi ketentraman hidup, kebahagiaan, pemaknaan dalam kehidupannya. Informan merasa bahwa setelah dirinya mengikuti suluk dan tergabung dalam kegiatan suluk informan lebih merasakan adanya ketentraman karena informan percaya bahwa apapun yang terjadi di dalam hidupnya karna Allah SWT, dan tugasnya sebagai manusia hanya memperbanyak ibadah dan meminta pertolongan kepada Allah SWT, Informan AH juga mengatakan bahwa diusianya yang sudah lanjut yang tidak lagi memikirkan urusan dunia, namun lebih fokus pada

persiapan dirinya bertemu dengan penciptanya, dari hal inilah tercipta rasa ikhlas dan mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dan timbullah ketentraman hidup pada informan.

Informan merasa dengan mengikuti suluk dapat menciptakan adanya kebahagiaan serta memberikan makna dalam kehidupannya, karena dengan mengikuti suluk informan merasa bahwa dirinya sudah memiliki panutan dalam menjalani hidupnya yakni mursyidnya, dimana mereka yakin bahwa mursyidnya akan membantu memudahkan dirinya menghadapi kematian, hal inilah yang membuat yakin informan mengikuti suluk. Pada informan AH memaknai suluk sebagai pengingat kematian sekaligus pelipur lara, karena sebelum informan mengikuti suluk informan diberikan cobaan kehilangan anak dan suaminya yang membuat informan terpuruk akan kehilangan keluarganya. Hal inilah yang membuat informan meningkatkan ibadah salah satunya melalui kegiatan suluk, sebagai upaya mendekatkan diri kepada Allah, mengobati kehilangan keluarganya serta sebagai pengingat kematian untuk dirinya.

Informan AH memandang suluk juga sebagai sebuah panutan dan arahan dalam hidupnya, hal ini dilakukan oleh informan AH dengan cara dirinya menjadikan mursyidnya sebagai panutan, hal ini diyakini oleh informan, karena informan beranggapan bahwa dengan dirinya menjadikan mursyid sebagai panutan akan memudahkan dirinya menghadapi kematian. Informan AH juga memandang suluk dalam segi tujuan hidup, hal ini dilakukan oleh informan AH dengan dirinya menjadikan tujuan hidupnya adalah akherat, karena sebelumnya informan AH lebih mementingkan urusan dunia, hal ini seperti amalan yang diajarkan dalam suluk. Informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan ini sebagai bekal untuk dirinya di akherat nanti.

Pada Informan SN setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda mengalami berbagai perubahan dalam

kehidupannya meliputi ketentraman hidup, kebahagiaan, konsistensi dalam beribadah, pemaknaan hidup serta pedoman dalam kehidupannya. Informan SN merasakan adanya ketentraman dalam kehidupannya, karena informan merasa bahwa setelah dirinya mengikuti suluk dan tergabung dalam kegiatan suluk informan lebih merasakan adanya ketenangan dan ketentraman dalam menjalani kehidupannya, karena informan percaya bahwa apapun yang terjadi di dalam hidupnya karna Allah SWT, dan tugasnya sebagai manusia hanya memperbanyak ibadah dan meminta pertolongan kepada Allah SWT.

Informan SN juga mengatakan bahwa diusianya yang sudah lanjut yang tidak lagi memikirkan urusan dunia, namun lebih fokus pada persiapan dirinya bertemu dengan Penciptanya, dari hal inilah tercipta rasa ikhlas dan mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dan timbulah ketentraman hidup pada informan. Informan SN merasa mengikuti suluk dapat menciptakan adanya kebahagiaan serta memberikan makna dalam kehidupannya, karena dengan mengikuti suluk informan merasa bahwa dirinya sudah memiliki panutan dalam menjalani hidupnya yakni mursyidnya, dimana meraka yakin bahwa mursyidnya akan membantu memudahkan dirinya menghadapi kematian, hal inilah yang membuat yakin informan mengikuti suluk.

Informan SN juga memaknai suluk sebagai suatu sandaran dalam hidupnya, karena sebelum informan SN mengikuti suluk informan diberikan cobaan dalam keluarganya yakni hubungan dengan suaminya yang tidak harmonis, dari sinilah suluk dijadikan sebagai sebuah sandaran dalam menyelesaikan permasalahan dalam keluarganya, dengan cara meningkatkan ibadah melalui suluk informan SN dapat memperoleh ketenangan dalam menghadapi permasalahan dalam keluarganya.

Informan SN memandang suluk sebagai pedoman hidup dalam segi kehidupannya, hal ini dilakukan oleh informan SN dengan

dirinya mempasrahkan segala urusan serta permasalahan di dalam hidupnya kepada Allah SWT, hal ini dilakukan oleh informan dengan dirinya selalu melibatkan Allah dalam permasalahan rumah tangganya, hal ini sesuai dengan amalan yang dilakukan oleh informan dalam suluk. Informan SN meyakini bahwa dengan dirinya melakukan hal tersebut Allah akan memabntu segala permasalahan yang dihadapi oleh informan selama ada didunia dengan dirinya selalu melibatkan Allah SWT.

Pada Informan DY setelah mengikuti suluk Naqshabandiyah di Desa Kedungbenda mengalami berbagai perubahan dalam kehidupannya meliputi ketentraman hidup, kebahagiaan, pemaknaan hidup serta pedoman dalam kehidupannya. Pada informan DY merasa bahwa setelah dirinya mengikuti suluk dan tergabung dalam kegiatan suluk informan lebih merasakan adanya ketenangan dan ketentraman dalam menjalani kehidupannya, karena informan percaya bahwa apapun yang terjadi di dalam hidupnya karna Allah SWT, dan tugasnya sebagai manusia hanya memperbanyak ibadah dan meminta pertolongan kepada Allah SWT.

Informan DY juga mengatakan bahwa diusianya yang sudah lanjut yang tidak lagi memikirkan urusan dunia, namun lebih fokus pada persiapan dirinya bertemu dengan Penciptanya, dari hal inilah tercipta rasa ikhlas dan mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dan timbullah ketentraman hidup pada informan. Informan DY juga merasakan kebahagiaan mengikuti suluk karena terdapat konsistensi dalam meningkatkan ibadahnya melalui kegiatan suluk yang dapat memberikan makna sekaligus kebahagiaan dalam diri informan.

Informan DY memberikan makna terhadap suluk sebagai suatu sandaran sekaligus pengingat kematian, karena informan DY sendiri memiliki keterbatasan ekonomi dalam kehidupannya yang seringkali hal tersebut membuat dirinya resah, namun setelah informan

mengikuti suluk dan meningkatkan ibadahnya melalui suluk informan merasakan ketenangan dalam menghadapi keterbatasan dalam hidupnya.

Suluk juga sebagai suatu pengingat dalam menghadapi kematian, dengan suluk informan DY merasa dapat memperoleh amalan sebagai bekal untuk mempersiapkan kematian. Pada informan DY memandang suluk dalam segi ibadah, hal ini diimplementasikan oleh informan DY dengan dirinya menjalankan amalan yang terdapat dalam suluk yakni dzikir. Informan DY meyakini bahwa amalan ini sebagai suatu kewajiban yang harus dilakukan karena apabila tidak dilakukan merupakan sebuah dosa. Informan juga memandang suluk juga dari segi ekonomi, hal ini diimplementasikan oleh informan dalam kehidupannya ketika informan mengalami kesulitan ekonomi dalam keluarganya, namun informan menyerahkan segala urusan dan kesulitan yang dihadapi kepada Allah SWT, seperti amalan yang diterpkan dalam suluk.

Informan meyakini bahwa dengan melakukan ini Allah akan memudahkan segala kesulitannya. Informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan amalan-amalan tersebut akan memudahkan segala urusannya didunia maupun di akherat. Informan juga memandang suluk dalam segi tujuan hidup, hal ini dilakukan informan dengan dirinya dengan cara menjadikan tujuan akhir dalam kehidupannya untuk urusan akherat, hal ini seperti yang terdapat dalam amalan suluk. Informan meyakini bahwa dengan dirinya melakukan hal sebagai suatu bekal dalam mempersiapkan kematian.

Berdasarkan pernyataan oleh kelima informan, lanjut usia pengikut suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda memiliki tingkat spiritual *wellbeing*. Hal tersebut dapat dilihat dari kesejahteraan spiritual yang dirasakan oleh informan setelah mengikuti suluk. Pernyataan ini didukung oleh teori menurut Ellison yang menjelaskan bahwa kesejahteraan spiritual merupakan proses menguraikan ikatan

dinamis ataran individu dengan penciptanya, hubungan yang harmonis ini tergantung dengan bagaimana pengembangan diri yang dilakukan secara sengaja oleh individu atas dasar kesesuaian antara pengalaman hidup yang bermakna dan memiliki tujuan serta nilai-nilai dalam kehidupan pribadi¹¹².

Hal ini juga sejalan dengan kesejahteraan yang dikembangkan oleh Purdy dan Dupey 2005 dengan menggunakan istilah *Holistic Flow Model of Spiritual Wellness*, model ini menggunakan prinsip aliran energi yang dapat menggerakkan, menyeimbangkan serta dapat mempengaruhi kebahagiaan dalam setiap dimensi. Istilah dari *Holistic Flow Model of Spiritual Wellness* memiliki beberapa aspek: Keyakinan kekuatan yang mengatur alam semesta, *connectedness*, keimanan, pengorbanan, kemampuan memaknai kematian. Sehingga dalam model kesejahteraan ini sejalan dengan kesejahteraan spiritual yang dimiliki oleh lanjut usia pengikut suluk di Desa Kedungbenda dengan memiliki aspek yang sejalan dengan yang diungkapkan oleh Purdy dan Dupey¹¹³.

Hasil analisis terhadap model kesejahteraan spiritual diatas menunjukkan bahwa model kesejahteraan spiritual menurut Purdy dan Dupey senada dengan kesejahteraan spiritual yang dikembangkan oleh lanjut usia pengikut ajaran suluk di Desa Kedungbenda. Secara rinci penjelasan model kesejahteraan spiritual dapat dilihat melalui tabel 1.3. berikut:

¹¹² Khoriyah.

¹¹³ Khoriyah.

Tabel 1.3*Holistic Flow Model of Spiritual Wellness*

Aspek <i>Holistic Flow Model of Spiritual Wellness</i>	Indikator Spiritual Well Being Lanjut Usia pengikut Suluk Naqsabandiyah
Keyakinan kekuatan yang mengatur alam semesta.	Lanjut usia memiliki kepercayaan bahwa dengan suluk Naqsabandiyah dapat dijadikan sebagai pedoman dalam kehidupan.
<i>Conectedness</i> (keterhubungan)	Melalui hubungan dengan mursyid dan kerabat dapat terhubung dengan suluk sehingga menciptakan kesejahteraan spiritual pada lanjut usia.
<i>Faith</i> (Keyakinan)	Suluk Naqsabandiyah memberikan motivasi pada lanjut usia untuk menumbuhkan keyakinan dalam mendekati diri kepada Allah
Gerakan menuju welas asih	Lanjut usia mengekspresikan diri mereka dalam kehidupan dan lingkungannya dengan penuh kasih sayang.
Kemampuan memaknai kehidupan	Melalui suluk Naqsabandiyah lanjut usia dapat memberikan makna kehidupan. Sebagai sandaran hidup, pengingat kematian serta pelipur lara.
Kemampuan memaknai kematian	Melalui suluk Naqsabandiyah lanjut usia dapat menadijakan suluk sebagai suatu pengingat kematian sekaligus bekal mempersiapkan kematian.

Hasil telaah terhadap kesejahteraan yang dikembangkan oleh Purdy dan Dupey 2005 yang mencakup model kesejahteraan memiliki proses yang sama dengan suluk naqsabandiyah yang diikuti oleh lanjut usia, dimana lanjut usia setelah mengikuti suluk Naqsabandiyah dapat mewujudkan kesejahteraan dan kebahagiaan.

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari pembahasan mengenai faktor pendorong spiritual *wellbeing* pada lanjut usia pengikut suluk naqsabandiyah di Desa Kedungbenda memiliki faktor pendorong berbeda-beda pada kelima informan, sehingga dapat diberikan kesimpulan bahwa faktor pendorong spiritual *wellbeing* pada lanjut usia mencakup faktor internal dan faktor eksternal.

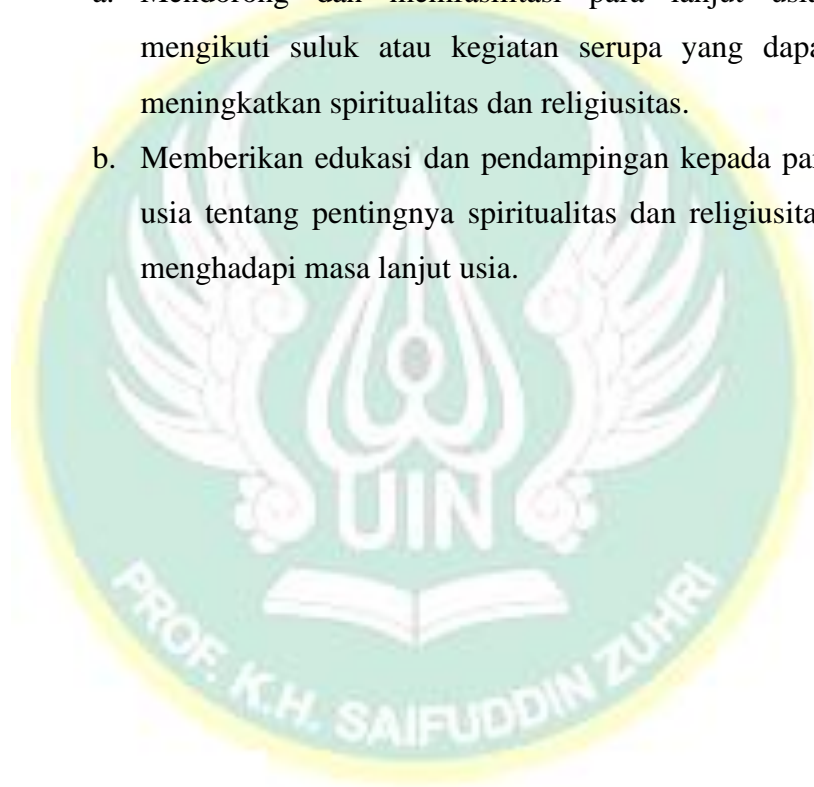
Faktor internal yang mendorong lanjut usia mengikuti suluk yaitu adanya keinginan dari dalam dirinya untuk mendekati diri kepada Allah SWT dengan tujuan untuk meningkatkan ibadah. Hal ini terjadi pada kelima informan yaitu (JN, IS, AH, SN dan DY). Faktor eksternal yang mendorong lanjut usia mengikuti suluk yaitu karena adanya dukungan dari keluarga yang terjadi pada (JN dan IS) dan adanya pengaruh lingkungan yang terjadi pada (AH, SN dan DY).

Spiritual *wellbeing* pada lanjut usia pengikut suluk naqsabandiyah di Desa Kedungbenda ditunjukkan dengan adanya perubahan-perubahan positif pada kehidupannya meliputi kebahagiaan, konsistensi dalam beribadah, tujuan hidup, serta pemaknaan dalam hidup serta pedoman dalam kehidupannya yang terjadi pada kelima informan (JN, IS, AH, SN dan DY). Berdasarkan temuan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa spiritual *well being* pada lanjut usia pengikut ajaran suluk Naqsabandiyah di Desa Kedungbenda didorong oleh faktor internal dan eksternal dan memiliki dampak positif pada kebahagiaan dan kualitas hidup lanjut usia.

B. Saran

1. Bagi para lanjut usia dan masyarakat, suluk dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif kegiatan untuk mengisi waktu senggang dengan kegiatan yang memberikan manfaat dalam meningkatkan spiritualitas dan religiusitas menuju masa lanjut usia yang tenang dan bahagia.

2. Bagi penulis selanjutnya diharapkan dapat:
 - a. Memperkaya penelitian tentang kegiatan suluk dengan fokus yang lebih spesifik, seperti pengaruh suluk terhadap aspek-aspek tertentu dalam spiritualitas dan religiusitas.
 - b. Melakukan penelitian dengan metodologi yang berbeda seperti, kualitatif, koperatif, atau studi kasus.
3. Bagi praktisi, seperti pemuka agama, pekerja sosial diharapkan dapat:
 - a. Mendorong dan memfasilitasi para lanjut usia untuk mengikuti suluk atau kegiatan serupa yang dapat dapat meningkatkan spiritualitas dan religiusitas.
 - b. Memberikan edukasi dan pendampingan kepada para lanjut usia tentang pentingnya spiritualitas dan religiusitas dalam menghadapi masa lanjut usia.



DAFTAR PUTSAKA

- “Al-Qur’an Q.S Al Insyirah: 6-8,” n.d.
- “AL-Qur’an Q.S Al-Baqarah: 286,” n.d.
- Anggraini, Tuti, Ade Sakila, Aida Sulam Tambak, Bunga Syafira, Dinda Rahayu Dalimunthe, Dini Syara Sagala, Hasnia Ananda Harahap, and Nanda Sholehah. “Analisis Spiritualisasi Pendidikan Islam Dalam Hubungan Bermasyarakat Di Desa Hajoran Kabupaten Labuhanbatu Selatan,” 2021.
- Anitasari, Bestfy. “Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia: Literature Review.” *Journal Fenomena Kesehatan* 4, no. 01 (2021): 463–77.
- Annisa, Elsa, and Yoga Pramana. “Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia: Literature Review.” *ProNers* 6, no. 1 (2021).
- “Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia: Literature Review.” *ProNers* 6, no. 1 (2021).
- Ariska, Desi, Nina Zulida Situmorang, Mifta Hanif, and Agus Sulistiawan. “Makna Kebahagiaan Pada Mahasiswa Perempuan Di Era Millennials.” *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2020): 66–74.
- Birohmatika, Misykah N., and R. Rachmy Diana. “Makna Suluk Pada Lansia Anggota Jamaah Tarekat Naqsyabandiyah.” *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 17, no. 2 (2012): 39–51.
- Dwi Fijianto, Megah Andriany, and Ellis Hartati. “Studi Deskriptif Spiritual Well Being Warga Binaan Pemasarakatan Laki-Laki Berdasarkan Usia Di Lembaga Pemasarakatan Kantor Wilayah Kementerian Hukum.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 8 (March 2020): 37.
- Fadli, Muhammad Rijal. “Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif.” *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum* 21, no. 1 (2021): 33–54.
- Fitriana, Laila Noor, Dhian Ririn Lestari, and Devi Rahmayanti. “Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin.” *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan* 9, no. 2 (2021): 169–79.
- Fuad, Muskinul. “Psikologi Kebahagiaan Manusia.” *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 9, no. 1 (2015): 114–32.
- Hakim, Lukman Nul. “Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.” *Sumber* 17, no. 6 (2020).

- “Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.” *Sumber* 17, no. 6 (2020).
- Harahap, Rosmaida. “Tradisi Suluk Para Lansia Di Desa Batang Baruhar Jae Kecamatan Padang Bolak Kabupaten Padang Lawas Utara Ditinjau Dari Akidah Islam.” Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2018.
- Hasani, Awanda, Firad Wijaya, and Idham Khalid. “Analisis Isi Pesan Dakwah Dalam Novel Cahaya Cinta Dari ‘Arsy Karya Yannah Akhras.’” *Qauluna: Jurnal Dakwah Dan Sosial* 1, No. 1 (2023): 1–9.
- “Hasil Wawancara Dengan Informan JN,” November 15, 2023.
- “Hasil Wawancara Informan AH,” Desember 2023.
- “Hasil Wawancara Informan DY,” Desember 2023.
- “Hasil Wawancara Informan IS,” November 23, 2023.
- “Hasil Wawancara Informan SN,” Desember 2023.
- Hidayani, Sri, and Alvin Hamzah Nasution. “Tanggung Jawab Perusahaan Dengan Pekerja Dalam Perjanjian Kerja Bersama (Penelitian Di PDAM Tirtanadi Di Sumatera Utara).” Universitas Medan Area, 2019.
- Hidayat, Aziz Alimul. *Studi Kasus Keperawatan; Pendekatan Kualitatif*. Health Books Publishing, 2021.
- Ice, Tanzila. “Praktik Suluk Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Keagamaan Pada Masyarakat Pekon Sukarame Kecamatan Pesisir Selatan Kabupaten Pesisir Barat.” Uin Raden Intan Lampung, 2022.
- Jenis, Kuesioner A., and Sumber Data. “Desain Penelitian B.” *Lokasi Dan Waktu Penelitian C. Populasi Dan Sampel Penelitian D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data*, n.d.
- Khatimah, Husnil. “Konsep Pendidikan Tarekat Dan Tasawuf Kajian Surat Jin Ayat 16 Dan Surat Al-Jumu’ah Ayat 2.” *Cendekia: Jurnal Ilmu Pengetahuan* 3, No. 1 (2023): 10–20.
- Khatimah, Husnul. “Konsep Pendidikan Tarekat Dan Tasawuf Kajian Surat Jin Ayat 16 Dan Surat Al- Jumuah Ayat 2.” *Jurnal Ilmu Pengetahuan* 3, no. 1 (2023).
- Kholid, AR Idham. “Menuju Tuhan Melalui Tarekat (Kajian Tentang Pemikiran Tasawuf).” *JURNAL YAQZHAN: Analisis Filsafat, Agama Dan Kemanusiaan* 4, no. 1 (2018).
- Khoriyah, Rif’atul. *Spiritual Wellbeing In Islam*. CV. Azka Pustaka, 2023.

- Khuzaimah, Ummu, Yenni Anggraini, Zahrotur Rusyda Hinduan, Hendriati Agustiani, and Ahmad Gimmy Prathama Siswadi. "Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial Di Medan." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 26, no. 1 (2021): 121–42.
- "Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Lansia Penghuni Panti Sosial Di Medan." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 26, no. 1 (2021): 121–42.
- Kurnia, Coallina Dwi. "Analisis Sumber-Sumber Kebermaknaan Hidup Para Lansia Bekerja Di Desa Wates Kecamatan Wates Kabupaten Kediri." IAIN Kediri, 2021.
- Kurniasih, Rodiana, and Siti Nurjanah. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Akan Kematian Pada Lansia." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8, no. 4 (2020): 391–400.
- Lisa, Andriani, and Sugiharto. "Gambaran Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Yang Tinggal Di Komunitas." *Jurnal Keperawatan BSI* 10, no. 2 (September 2022): 3.
- Muhammad Nur, Fadil. "Kontroversi Jazbah Dan Suluk Dalam Tarekat Al-Naqshabandiyah Al-Khalidiyah." *Jurnal Studi Agama- Agama* 3, no. 1 (2023): 66–80. <https://doi.org/10.2237/arj.v3il.1.5243>.
- Nugroho, Benito Cahyo. "Eudaimonia: Elaborasi Filosofis Konsep Kebahagiaan Aristoteles Dan Yuval Noah Harari." *Focus* 1, no. 1 (2020): 8–14.
- Nukman, Eva Yulia. *Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. 68. Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2005.
- Nurmaidah, Rurin, Nur Widyawati, and Jon Hafan Sutawardana. "Hubungan Spiritual Well-Being Dengan Hardiness Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poliklinik RS Tingkat III Baladhika Husada Jember." *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan* 9, no. 3 (2020): hlm 402-417. <https://doi.org/10.20527/dk.v9il.9179>.
- Nuruddaroini, M. Ahim Sulthan, and Midi HS. "Integrasi Konsep Kebahagiaan Perspektif Well Being Dan Sa'adah (Studi Komparasi Antara Konsep Barat Dan Islam)." *Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains* 3 (2021): 83–87.
- Priastana, I Ketut Andika, I Gusti Ayu Ratih Agustini, and Alfieri Leda Kio. "Hubungan Spiritual Well-Being Dengan Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia." *Nurseline Journal* 1, no. 1 (2016).

- Putri, Dian Eka. "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia." *Jurnal Inovasi Penelitian* 2, no. 4 (2021): 1147–52.
- Rahman, Nadiyah Octaviani, Ati Kusmawati, and Mohammad Amin Tohari. "Dinamika Spiritual Well-Being Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pada Caregiver Skizofrenia." *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services* 2, no. 1 (2021): 66–73.
- Ramadhani, Muhammad Zihad, and Nida Amalia. "Hubungan Sosial Budaya Dengan Kejadian Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda." *Borneo Studies and Research* 1, no. 1 (2019): 120–25.
- Ratna Elmaghfuroh, Dian, Jauhar Ahmad Febriansyah, and Rahmawati Catur Agustini. "Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia Dengan Depresi: Studi Kasus." *Prosiding Ilmiah Pengobatan Islam Dan Komplementer* 1, no. 1 (2022).
- Ratna Elmaghfuroh, Dian, Jauhari Ahmad Febriansyah, and Rahmawati Catur Agustini. "Spiritual Well-Being Pada Lansia Dengan Depresi: Studi Kasus." *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine* 1, no. 1 (2022): hlm 91. <https://doi.org/10.55116/SPICM.V1I1.11>.
- Rusdi, Ahmad. "Agama, Spiritualitas Dan Psikoterapi: Tinjauan Berbagai Paradigma." *Sekolah Pasca Sarjan UIN Syarif Hidayatulloh* 1, no. 2 (2012).
- "Statistik Penduduk Lanjut Usia." *Badan Pusat Statistik* 20 (2023): 3–4.
- Tarihoran, Adlan Sanur. "Ritual and Pandemic: The Suluk Tradition of the Tarekat Naqsyabandiyah Bukittinggi Amid the Covid-19." *Jurnal Fuaduna: Jurnal Kajian Keagamaan Dan Kemasyarakatan* 5, no. 2 (2021): 183–93.
- Tumanggor, Raja Oloan. "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut Ellison Dan Fisher." *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* 3, no. 1 (2019): 43–53.
- Wiyahya, Anton, Fajar Agung Nugroho, and Cahyu Septiwi. "Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik." In *Prosiding University Research Colloquium*, 105–17, 2023.
- Zwytha, Fita. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kebahagiaan Pada Lansia." Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2020.



LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1.

Guide Wawancara Penelitian

No	Aspek Teori	Pertanyaan
1	Pertanyaan Dasar	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah saat ini ibu mengikuti suluk? 2. Saat ini ibu berusia berapa? 3. Sejak kapan ibu mengikuti suluk 4. Ibu mengikuti suluk dimana?
2	Suluk	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jenis suluk apa yang ibu ikuti? 2. Apakah alasan ibu mengikuti suluk 3. Faktor apa yang mendorong ibu untuk mengikuti suluk? 4. Berapa lama ibu sudah mengikuti suluk? 5. Apa yang membuat ibu yakin untuk mengikuti suluk?
3	Kesejahteraan Spiritual	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana kehidupan yang dijalani sebelum mengikuti suluk? 2. Apakah terdapat persoalan-persoalan yang berpengaruh terhadap kehidupan? 3. Bagaimana cara ibu mengatasi masalah tersebut? 4. Hal apa yang dirasakan setelah mengikuti suluk? 5. Apakah terdapat perubahan yang dirasakan setelah mengikuti suluk? 6. Bagaimana menerapkan suluk dalam kehidupan sehari-hari? 7. Bagaimana pandangan ibu terhadap persoalan-persoalan yang ibu alami di masa lalu?

		8. Bagaimana pandangan ibu terhadap persoalan hidup yang ibu alami saat ini?
4	Kebahagiaan	<ol style="list-style-type: none">1. Apakah yang dirasakan setelah mengikuti suluk?2. Bagaimana kebahagiaan yang dirasakan setelah mengikuti suluk3. Bagaimana ibu memaknai suluk dalam kehidupan?4. Apakah suluk memberikan pengaruh yang besar terhadap kebahagiaan ibu?5. Apakah kendala yang dirasa berat oleh ibu untuk mencapai kebahagiaan yang diinginkan?6. Bagaimana yang anda lakukan saat mengalami kesulitan dalam mencapai kebahagiaan yang diinginkan?



Lampiran 2.

Dokumentasi Informan

Informan JN



Informan IS



Informan AH



Informan SN



Subjek DY



Lampiran 3.

Surat Izin Wawancara

SURAT KETERANGAN IZIN WAWANCARA

Dengan ini, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : JN

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 60 tahun

Alamat : Ds. Kedungbenda, Nusawungu.


Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi informan dalam penelitian guna mendukung penyelesaian tugas akhir (Sksripsi) dengan judul, **“Spiritual Well Being dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap”** oleh:

Nama : Anidatul Hikmah

NIM : 2017101112

Dengan pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Kedungbenda, 15 November 2024


Informan

CS dipindai dengan CamScanner

SURAT KETERANGAN IZIN WAWANCARA

Dengan ini, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : S

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 65 Tahun

Alamat : Ds. Kedungbenda, Nusawungu.

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi informan dalam penelitian guna mendukung penyelesaian tugas akhir (Sksripsi) dengan judul, "*Spiritual Well Being dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap*" oleh:

Nama : Anidatul Hikmah

NIM : 2017101112

Dengan pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Kedungbenda, 23 November 2023



Informan

SURAT KETERANGAN IZIN WAWANCARA

Dengan ini, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : AH

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 75 tahun

Alamat : Ds. Kedungbenda, Nusawungu

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi informan dalam penelitian guna mendukung penyelesaian tugas akhir (Sksripsi) dengan judul, "**Spiritual Well Being dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap**" oleh:

Nama : Anidatul Hikmah

NIM : 2017101112

Dengan pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Kedungbenda, 15 Desember 2023



Informan

SURAT KETERANGAN IZIN WAWANCARA

Dengan ini, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : SN

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 70 tahun

Alamat : Ds. Kedungbenda, Nusawungu

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi informan dalam penelitian guna mendukung penyelesaian tugas akhir (Sksripsi) dengan judul, "*Spiritual Well Being dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap*" oleh:

Nama : Anidatul Hikmah

NIM : 2017101112

Dengan pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Kedungbenda, 10 Desember 2023



Informan

SURAT KETERANGAN IZIN WAWANCARA

Dengan ini, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dy

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 64 Tahun

Alamat : Ds. kedungbenda , Nusawungu

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi informan dalam penelitian guna mendukung penyelesaian tugas akhir (Sksripsi) dengan judul, "**Spiritual Well Being dalam Mewujudkan Kebahagiaan pada Lanjut Usia di Desa Kedungbenda Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap**" oleh:

Nama : Anidatul Hikmah

NIM : 2017101112

Dengan pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Kedungbenda, 20 Desember 2023



Informan

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Anidatul Hikmah
Tempat, Tanggal Lahir : Cilacap, 15 April 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Desa Kedungbenda RT03/ RW 04 Kecamatan
Nusawungu Kabupaten Cilacap.
Status : Belum Menikah
Email : anidatulhikmah@gmail.com
No Telp : 085227778348
Pendidikan Formal
2010-2016: SD Negeri Kedungbenda 01
2016-2018: MTs Miftahussalam Banyumas
2018-2020: SMA Negeri 1 Sumpiuh
2020- Sekarang: UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

