

PEMAKNAAN TAWASUL BIL DZAT DALAM PENGGUNAAN TEKNOLOGI: STUDI FENOMENOLOGI

Ahmad Dahlan, Aghniawati Ahmad, Nuniek Rahmatika, Gita Handayani

Institut Agama Islam Cirebon, Dosen Hukum Keluarga Islam

Institut Agama Islam Cirebon, Dosen Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah

Institut Agama Islam Cirebon, Dosen Manajemen Pendidikan Islam

Institut Agama Islam Cirebon, Mahasiswa Pendidikan Agama Isla

email aghniawatiahmad@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena yang sedang terjadi pada setiap sendi kehidupan membuat manusia harus mampu untuk beradaptasi dan bertahan. Virus covid 19 adalah virus yang berukuran kecil namun mampu membawa perubahan kehidupan manusia. Rutinitas yang sudah dijalani harus terhenti secara mendadak sehingga membuat beberapa perubahan. Fenomena perubahan besar bagi seluruh lapisan masyarakat diberbagai aspek termasuk aspek keagamaan. Perubahan aspek keagamaan yang terjadi saat ini mendorong penelitian ini perlu untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan nilai-nilai yang terkandung pada tawasul bil dzat yang dapat dilaksanakan dalam situasi apapun terhadap perubahan yang terjadi termasuk ketenangan jiwa seseorang. Jenis penelitian menggunakan penelitian kualitatif pendekatan fenomenologis. Sumber data diperoleh dari analisis fenomena berdasarkan hasil temuan penelitian terdahulu serta analisis data yang bersumber pada media sosial. Penelitian ini menemukan bahwasannya tiga hal yang dapat dimiliki dan dilakukan oleh manusia pada saat pembatasan sosial, meliputi: Teknologi Sebagai Media Dakwah, Tawasul Bil Dzat Melalui Teknologi dan Tawasul Bil Dzat Sebagai Penenang Jiwa.

Kata Kunci : *tawasul bil dzat, teknologi, media dakwah, penenang jiwa, covid-19*

ABSTRACT

The phenomenon that is happening in every joint of life makes humans have to be able to adapt and survive. The covid 19 virus is a virus that is small in size but able to bring changes in human life. The routine that has been lived must be stopped abruptly, making some changes. The phenomenon of major changes for all levels of society in various aspects including religious aspects. Changes in religious aspects that are happening today encourage this research to be carried out. This study aims to describe the values contained in tawasul bil dzat that can be implemented in any situation to changes that occur including one's peace of mind. This type of research uses qualitative research phenomenological approach. Data sources are obtained from the analysis of phenomena based on the findings of previous research as well as the analysis of data sourced on social media. This research found that three things can be owned and done by humans during social restrictions, including Technology as a Medium for Da'wah, Tawasul Bil Dzat Through Technology, and Tawasul Bil Dzat as a Calming of the Soul.

Keywords: *tawasul bil dzat, technology, da'wah media, soul caliber, covid-19*

A. PENDAHULUAN

Desember 2019 negara China tepatnya di Wuhan dengan masif menyebar berita di media bahwa serangan virus Covid-19 menyerang pada manusia secara mendadak. Covid-19 adalah penyakit menular dan penyebarannya melalui proses secara langsung dan tidak langsung. Bagian tubuh yang diserang oleh wabah ini yaitu sistem pernapasan (Hidung, tenggorkan, dan paru-paru). Selain itu dengan penyebaran yang relatif cepat mampu menyebabkan kematian

yang tinggi (Nabila & Fakhrudin, 2021). Dampak yang disebabkan oleh wabah ini sangat besar. Tidak mengenal apa, siapa, kapan, bagaimana, mengapa dan dimana.

Negara Indonesia telah menetapkan kepada umat beragama agar melaksanakan ibadah di rumah saja, anjuran ini berdasarkan peraturan pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 Tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam rangka percepatan pencegahan Covid-19. Penerapan dilakukan pada daerah yang memiliki kasus Covid-19 yang melonjak tinggi atau biasa disebut dengan zona merah. Selaras dengan itu, Majelis Ulama Indonesia (MUI) mendukung adanya kebijakan dari pemerintah dengan mengeluarkan fatwa Tentang Penyelenggaraan Ibadah dalam Situasi Terjadinya Wabah Covid-19 Nomor 14 Tahun 2020 (Nabila & Fakhrudin, 2021).

Adanya kebijakan yang melakukan segala aktivitas tanpa terkecuali beribadah di rumah tentunya akan membantu pemerintah memutus rantai Covid-19 (Khoiri & Faristiana, 2021). Peraturan tersebut mengharuskan diseluruh lini kehidupan baik dalam pendidikan, kesehatan, keagamaan dan bahkan ekonomi menyesuaikan dengan peraturan pemerintah, misalnya pembatasan waktu kerja, menjaga jarak, hindari kerumunan, mencuci tangan dan memakai masker. Kebijakan tersebut membuat tumpang tindih, terutama dalam kegiatan keagamaan yang seharusnya dilakukan secara bersama-sama seperti: beribadah di masjid segala aktivitasnya juga dibatasi, shof-shof untuk menjalankan sholat berjarak, dan kegiatan yang mendekatkan diri kepada Allah swt seperti tawasul tidak diperkenankan kegiatan yang mengarah pada kerumunan. Pembatasan tersebut diperketat dengan bertambahnya suspect disetiap daerah dengan kasus yang tinggi, oleh karenanya sebagian besar di Indonesia pemerintah menerapkan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar).

Kebijakan tersebut berlaku dalam segala aspek sosial, budaya, maupun agama. Dari perubahan salat Jumat yang diganti dengan salat Zuhur, salat Idul Fitri yang dilakukan di rumah saja, tradisi mudik yang dilarang, hingga peniadaan tradisi halal bihalal yang biasa dilakukan oleh masyarakat. Imbauan tersebut dipatuhi oleh sebagian masyarakat saja (Susanto, Wijaya, Rosidah, Setyowati, & Nur, 2021). Hasil studi yang dilakukan oleh Universitas Indonesia mengungkapkan bahwa warga mengalami stress karena merasakan himpitan yang luar biasa dari dua dunia *offline* dan *online* (Purnama, 2020). Studi yang sama juga mengungkapkan tingginya stress di masyarakat Indonesia akibat dari tingginya tingkat penularan per hari serta angka kematian yang ada (Adikara, 2021). Di satu sisi, studi lain juga mengungkap peran teknologi digital untuk menjawab tantangan serta kesenjangan kesehatan. Hasil studi mengungkap bahwa tingkat penerimaan teknologi kesehatan digital pribadi di Indonesia lebih tinggi dibanding negara Asia lainnya. Lebih dari setengah (54,3 persen) responden dari Indonesia terbuka untuk pemanfaatan teknologi ini (Adikara, 2021). Oleh karena itu penelitian ini penting dilakukan untuk menyisir kembali permasalahan pembatasan sosial yang nampak kepermukaan terutama dalam bidang agama dan pemanfaatan teknologi didalamnya.

Banyaknya pembatasan sosial pada saat Covid-19 tidak menutup jalan umat muslim untuk tetap mendekatkan dirinya kepada Sang Pencipta. Bagi mereka yang memiliki religiusitas tinggi akan tetap harus mendekatkan dirinya kepada Tuhan dalam keadaan apapun akan mereka lakukan. Sebagai contoh di Desa Girimukti kabupaten Cianjur Jawa Barat, segala aktifitas ibadah tetap mereka lakukan guna tidak hilangnya ajaran agama atau tradisi bagi mereka (Nur Fadillah & Solihin, 2021). Memperkuat dari penelitian lain bahwa paradigma positif sudah tertanam dalam diri manusia muncul ketenangan batiniyah yang meliputi ketegaran dan membalut dengan ikhtiyar melaksanakan anjuran kebijakan pemerintah dan agama, namun tetap mendekatkan diri kepada Allah Swt. Konsep tawasul perlu kajian lebih mendalam dan berpedoman pada penelitian (Nengsih, 2020) mengatakan tiga bentuk tawasul dengan amalan shalih yang merujuk pada hadits Sahih Bukhari, Sahih Muslim dan Musnad ibn Hanbal.

Menganalisis kegiatan tawasul bil dzat salah satu kegiatan yang terbatas pada saat masa pembatasan sosial tersebut menarik diteliti yaitu kegiatan rutin dilaksanakan pada keagamaan yang dilakukan di dalam masjid sebagai tempat ibadah umat muslim yaitu marhabanan, pembacaan kitab Barzanji, dan sholawat Nariyah. Kegiatan ini merupakan suatu doa-doa, puji-pujian dan penceritaan riwayat Nabi Muhammad saw. yang biasa dilantunkan dengan irama atau nada. Tradisi marhabanan pada awalnya aktivitas pembacaan syair-syair tentang kehidupan Nabi Muhammad saw. dalam rangka menyambut hari kelahirannya (Maulid al-Rasul). Kitab yang dibaca ketika marhabanan biasa disebut dengan “Al-Barzanji” yang dinisbahkan kepada nama penulis serta nama tempat asal keturunan Syekh Ja’far al-Barzanji (Barzanji kawasan Arkad, Kurdistan). Syekh Ja’far al-Barzanji (1126-1177 H) adalah pengarang kitab al-Barzanji yang sebenarnya berjudul “Iqd Al-Jawahir”. Adanya penulisan kitab ini bertujuan untuk menggelorakan semangat Islam dan kecintaan terhadap Nabi Muhammad saw. beserta meneladani kepribadian, sifat-sifat, perilaku serta akhlakunya (Khoiri *et al.*, 2021)

Kegiatan marhabanan adalah tradisi budaya Islam yang dilakukan oleh 20 laki-laki atau perempuan serta dikategorikan sebagai seni pertunjukkan yang terdiri dari vocal, musik, tanpa tari-tarian atau gerakan badan. Untuk waktu penampilannya biasa dilakukan pada malam hari. Selain untuk doa-doa dan pujian-pujian kepada Nabi Muhammad saw. kegiatan marhabanan dilaksanakan untuk mempererat tali silaturahmi dan rasa syukur terhadap Tuhan yang Maha Esa, dibingkai dengan kegiatan pengajian, syukuran pernikahan, kelahiran anak, dan menjelang keberangkatan haji (Nengsih, 2020).

Berdasarkan peta pemikiran penelitian terdahulu belum ada yang membahas meliputi: pertama cakupan penelitian terhadap tawasul masih terlalu sempit dan belum adanya kebaruan dalam tawasul bil dzat, penelitian terdahulu masih banyak membahas dalam lingkup tawassul bis shalihin atau mendekatkan diri dengan orang-orang shalih baik yang masih hidup maupun yang sudah meninggal seperti berziarah kepada para makam wali. Kedua, belum ditemukannya penelitian memperdalam permasalahan dan solusi mendekatkan diri kepada Allah swt yang berkenaan dengan ketenangan jiwa agar tetap menghadirkan kebijaksanaan dalam hati untuk mengikuti anjuran pemerintah namun tetap dekat dengan Sang Pencipta pada masa pandemi. Ketiga, penelitian terdahulu belum ada yang menyebutkan pemanfaatan teknologi digital yang berkenaan dengan habluminallah dan bertawasul. Dari hal tersebut dapat ditarik pemikiran untuk mengetahui kegiatan tawasul yang dapat dilakukan dengan memanfaatkan teknologi pada saat pembatasan sosial akibat pandemic covid-19 serta dampak dari pemanfaatan tersebut bagi kesehatan mental seseorang (Rahmawati *et al.* 2021). Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat baik teoritis maupun praktis manakala dunia kedepan dihadapi kembali oleh pandemi yang dapat membahayakan seluruh umat manusia.

B. TINJAUAN PUS TAKA

Tawassul berasal dari *tawassla yatawassalu tawassulan* yang bermakna sesuatu yang disukai dan mendekatkan diri pada Tuhan (Syakh Said bin Ali bin Wahf al-Qathani, 2016). Ibnu Katsir menjelaskan bahwa tawassul secara etimologi adalah keinginan artinya suatu keinginan untuk mendekatkan diri pada Tuhan (Nasiruddin, 1991). Berdasarkan pengertian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa *Tawassul* merupakan pendekatan, perantara dan sesuatu yang dijadikan untuk menyampaikan serta mendekatkan kepada sesuatu sehingga tujuan dan doa kita dikabulkan oleh-Nya.

Pengertian dari Allah ridha yaitu apa yang kita minta akan diterima oleh Allah Swt. Kemudian dalam bertawassul hanya tiga yang di bolehkan dalam hadis Nabi Muhammad saw.. Yaitu bertawassul kepada Allah, orang-orang sholeh dan perbuatan baik sendiri (Sabar, 2022). Para kiai dan ulama Indonesia hampir seluruhnya ziarah kubur dan sering bertawassul kepada

Rasulullah saw., waliyullah, dan para ulama terdahulu. Selawat Badar yang biasa dikumandangkan kaum muslim Indonesia merupakan bentuk tawassul kepada para syuhada perang Badar (Nurhikmah, 2020). Selawat di susun oleh para sahabat Rasulullah biasa kita kenal dengan sebutan selawat Nariyah. Proses dari pembacaan shalawat Nariyah ini bilang cukup sederhana yang tersusun sebagaimana berikut: langkah pertama masing-masing dari ketua jamaah memimpin para jamaahnya untuk menyampaikan niatan dalam membaca selawat Nariyah (Holidi & Surur, 2019). Pembacaan selawat Nariyah dihidupkan di tengah-tengah masyarakat dengan tujuan agar tuntunan Rasulullah hidup dan mengakar kuat di tengah-tengah masyarakat, sehingga dapat menjadi pertahanan rohani dan jasmani baik secara individu ataupun semua masyarakat secara umum (Holidi & Surur, 2019).

C. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci (Sugiyono, 2020). Pendekatan fenomenologi yang digunakan bertujuan untuk menemukan makna dari fenomena yang ada. Berdasarkan pendekatan yang digunakan maka peneliti memperoleh data dengan cara memahami, menafsirkan pada fenomena yang dilihat dan diperoleh dari penelitian yang relevan.

D. HASIL PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan beberapa temuan dari hasil analisis fenomena yang terjadi selama pandemi covid-19 berkenaan dengan kegiatan tawassul melalui pemanfaatan teknologi yaitu Youtube. Berdasarkan penelitian yang dilakukan maka diperoleh beberapa temuan penelitian.

Teknologi Sebagai Media Dakwah

Perkembangan teknologi yang dilatarbelakangi oleh pandemi Covid-19 tidak semua berkonotasi negatif, tetapi dengan adanya perkembangan teknologi mengharuskan setiap aspek kehidupan untuk dapat beradaptasi terhadap perubahan tersebut. Hal inilah yang harus dimanfaatkan dengan baik oleh kalangan remaja salah satunya dalam mensyiarkan agama Islam. Melihat pada sejarah bangsa Indonesia, islam di nusantara ini dapat berkembang karena lima faktor yaitu perkawinan, perdagangan, pendidikan, kebudayaan dan dakwah. Hal ini sejalan dengan pendapat (Posha, 2015) bahwa perkembangan Islam di Indonesia dilatar belakangi salah satunya adalah dengan berdakwah.

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi mengalami perkembangan yang pesat dengan dibuktikan adanya internet sebagai alat komunikasi utama. Sejalan dengan hal tersebut internet sebagai alat komunikasi yang diminati oleh kalangan masyarakat luas karena akses penggunaannya mudah dan terjangkau. Kemudahan mengakses internet oleh beberapa kalangan dimanfaatkan untuk menyebarkan hal-hal positif salah satunya sebagai media dakwah. Manfaat dari dakwah tersebut masih bisa kita gunakan hingga saat ini. Strategi dakwah yang digunakan para wali salah satunya adalah dengan cara beradaptasi dengan luwes agar dapat diterima oleh masyarakat, maka sudah sepantasnya di zaman modern ini dapat berdakwah sesuai kebutuhan masyarakat, menyesuaikan perkembangan zaman yaitu dengan memanfaatkan teknologi dengan sebaik-baiknya.

Temuan tersebut memaparkan bahwa dakwah dilakukan berdasarkan asumsi ilmu pengetahuan yang mendalam sehingga melahirkan sebuah kebijaksanaan dalam masyarakat sebagai mad'u. Temuan ini didukung oleh penelitian (Rahmawati, Ichsan, Pahlevi, Nawangsih, & Utami, 2021) bahwa penggunaan teknologi sangat efektif dan bermanfaat karena membantu dan mempermudah masyarakat yang ingin mengaji tanpa terpaku oleh waktu

dan tempat. Bahkan penelitian lain menyatakan bahwa media sangat efektif dalam menyebarkan syiar Islam diseluruh pelosok Indonesia bahkan dunia karena internet sudah dapat diakses dengan mudah dimanapun (Putra, 2020).

Tawasul Bil Dzati Melalui Teknologi

Dikutip dari situs NU Online (Wazir, 2022) yang berjudul Makna dan Macam-macam Tawassul diakses pada tanggal Selasa, 28 2020 Kiai Wazir menjelaskan beberapa cara untuk melakukan Tawassul Bi Dzati, misalnya Bi Jahi (Dengan kedudukan), Bi Hurmati (Dengan kemuliaan) Bi Karamati (Dengan kemurahan). Sholawat Nariyah merupakan salah satu tawasul bil dzati. Selawat Nariyah juga dapat disebut selawat Tafrijiyah. Imam Al-qurthuby menyebutkan tentang keistimewaan selawat ini salah satunya yaitu bahwa barang siapa yang keinginan terhindar dari bencana maka hendaklah bertawasul kepada Rasulullah kemudian membaca selawat Tafrijiyah sebanyak 4444 kali, maka Allah akan mempermudah apa yang menjadi tujuannya sesuai dengan niatannya (Holidi & Surur, 2019). Pemaparan secara menyeluruh pada penelitian (Holidi & Surur, 2019) bahwa kegiatan selawat nariyah memiliki tujuan inti yaitu membangun karakter perindividual dalam jiwa masyarakat sehingga dilakukan secara berjamaah.

Kegiatan selawat nariyah yang dilakukan berjamaah tentunya menjadi kegiatan yang perlu diperhatikan sebab di era pandemi yang mengharuskan pembatasan jarak, tidak diperbolehkannya mengadakan kegiatan yang bersifat kerumunan. Penggunaan teknologi sangat dibutuhkan untuk tetap melestarikan kegiatan yang sudah dilakukan sebelum pandemi. Pekerjaan yang memang sudah menjadi kebutuhan pokok bagaimana caranya harus ada solusi yang diperoleh, begitu pun terkait dengan pendekatan diri terhadap Tuhan. Agama Islam menetapkan dalil-dalil rukhsah (pengecualian) dalam teks-teks keagamaan pada saat wabah mulai menjangkit dunia. Dalam literatur fiqih, bentuk kelonggaran dalam pendekatan terhadap Tuhan disebut rukhsah, secara bahasa bermakna keringanan. Sedangkan dalam kaidah ushul fiqih lebih menitik beratkan pada keringanan bagi mukallaf dalam melakukan ketentuan pada Allah SWT ketika dalam keadaan sulit.

Selaras dengan pendapat di atas, para ulama mendefinisikan rukhsah sebagai kebolehan melakukan pengecualian dari prinsip umum dikarenakan pada kebutuhan atau keterpaksaan. Jika kita menelaah pada hukumnya, rukhsah diperbolehkan secara mutlak karena sadar akan keterpaksaan. Namun, jika unsur kebutuhan dan keterpaksaan terpenuhi, maka hukumnya kembali seperti sedia kala, yakni Azimah: melakukan sesuatu perbuatan seperti yang telah ditetapkan oleh Allah SWT. Begitu pula tatkala pandemi menimpa umat beragama, memaksakan mereka untuk penagmbilan rukhsah seperti menjaga jarak agar tidak bersentuhan fisik secara langsung, lalu aktivitas keagamaan seperti model tatap muka secara langsung dalam sebuah majelis diubah secara offline menggunakan instrumen teknologi yaitu daring (dalam jaringan) atau live via streaming, youtube (Lubis, et al., 2020).

Merujuk pada pengertian selawat dalam bahasa merupakan do'a, selanjutnya dalam istilah, bahwa berselawat kepada Allah dan kepada Nabi Muhammad SAW., berupa rahmatan dan kemuliaan serta dapat memberikan manfaat bagi diri (Hamzanwadi, 2020). Upaya yang dilakukan dengan tujuan pemanfaatan teknologi yang dapat memberikan pengaruh positif serta nilai-nilai ibadah yang dapat dirasakan oleh masyarakat adalah dengan berselawat menggunakan teknologi dalam hal ini adalah youtube.

Selawat dengan memanfaatkan teknologi yaitu membangkitkan motivasi berselawat kepada Rasulullah saw. yang dapat dilakukan oleh semua orang dimanapun dan kapanpun. Youtube menjadi salah satu media yang digunakan sebagai peluang agar selawat dapat terus dekat dengan seseorang. Salah satu chanel youtube yang berisi selawat yaitu chanel youtube Gus Aldi. Sedikit gambaran pada channel youtube Gus Aldi yaitu pada setiap akhir dan awal

tayangan penonton disajikan dengan bacaan selawat yang dilantunkan oleh pemilik channel youtube tersebut (Suriyanto, 2020). Manfaat dari teknologi yang terus berkembang ini yaitu umat islam dapat terus mensyiarkan nilai-nilai keislaman salah satunya berupa selawat yang bertujuan untuk selalu membantu sesama muslim untuk terus berselawat kepada Rasulullah saw. dimanapun dan kapanpun.

Tawasul Bil Dzati Sebagai Penenang Jiwa

Merebaknya pandemi Covid-19 di seantero dunia dampaknya tidak hanya dirasakan pada bidang perekonomian, keagamaan dan pendidikan saja, akan tetapi dampak utama lainnya yaitu bidang kesehatan. Penyebaran Covid-19 pada setiap waktunya mengalami kenaikan mengakibatkan timbulnya rasa kekhawatiran, tekanan dan cemas yang berlebihan. Baik dari orang-orang yang terdampak langsung atau tidak (Wahyuni, Sutarno, & Andika, 2020). Perubahan dunia dengan lingkungannya yang mendadak secara tiba-tiba menyebabkan kecemasan yang berlebihan. Berbagai keluhan masyarakat mengenai kecemasan akibat covid 19 mulai muncul ke permukaan (Yono, Rusmana, & Noviyanty, 2020). Apalagi disaat ibadah/tradisi keagamaan dibatasi kegiatannya. Tidak memungkinkan menambah daya tingkat kecemasan individu manusia semakin tinggi. Selain dari pada terkena penularan virus Covid-19, penyakit yang dapat menyelimuti manusia pada saat pandemi adalah kesehatan mental atau daya kecemasan pada setiap individu yang tidak stabil. Akibat dari kecemasan yang menimpa manusia bisa berdampak pada kesehatan fisiknya. Kecemasan dapat mengaktifkan syaraf otonom yang berakibat detak jantung semakin bertambah, tekanan darah tinggi, frekuensi nafas bertambah, mengurangi tingkat energi (Rustandi, Sartiwi, & Pahlawan, 2020).

Berdasarkan psikoneuro- imunologi kecemasan merupakan stressor yang dapat menurunkan sistem imunitas tubuh (Wahyuni, Sutarno, & Andika, 2020). Sistem imun tubuh yang tidak stabil meningkatkan kerentanan tubuh terhadap infeksi (Khalifah & Lutfiah, 2010). Masyarakat dengan sistem imun tubuh yang lemah biasanya diderita oleh orang tua, wanita hamil, dan kondisi lainnya. Oleh karena itu dengan mudah, cepat dan progresif peyakit akan cepat menular (Wahyuni, Sutarno, & Andika, 2020).

Perubahan yang signifikan yang terjadi di lingkungan menjadi salah satu faktor tingkat kecemasan manusia tidak teratur (Damanik, Andy, & Ashani, 2021). Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh (Tamara & Wulandari, 2021) bahwa faktor yang menyebabkan kecemasan atau stress adalah adanya persepsi negatif tentang covid-19 dan rasa khawatir tentang covid-19. Menurut WHO (World Health Organization) pandemi tidak hanya membawa dampak kematian pada manusia, tetapi tekanan psikologis seperti kecemasan rasa takut dapat menyerang dan menekan manusia (Wahyuni, Sutarno, & Andika, 2020). Berdasarkan kondisi tersebut maka perlu adanya solusi untuk dapat bertahan pada kondisi ini yaitu dengan melakukan aktivitas yang dapat menenangkan jiwa. Kebutuhan rasa tenang dihati sejalan dengan pendapat (Damanik, Andy, & Ashani, 2021) bahwa kondisi seperti ini membutuhkan asupan dari dalam hati untuk memberikan efek ketenangan yaitu dengan berdzikir mengingat kepada Sang Pencipta.

Kebutuhan atau upaya untuk mengatasinya kecemasan yang dihadapi oleh seseorang maka dapat dilakukan dengan berbagai mekanisme koping. Upaya mekanisme koping yang dapat dilakukan oleh seseorang yaitu dengan menjaga atau meningkatkan religiusitas. Temuan ini di buktikan dengan penelitian oleh (Wahyuni, Sutarno, & Andika, 2020) bahwa religiusitas dapat menjadi mekanisme koping dan sebagai faktor yang memiliki hubungan yang erat dalam menurunkan kecemasan seseorang. Salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan religiusitas seseorang yaitu berselawat. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Maryati, 2019) bahwa kegiatan pembacaan selawat dilakukan secara rutin untuk meningkatkan religiusitas yang dapat menumbuhkan ketentraman hati dan kecintaan kepada Nabi Muhammad. Sejalan dengan

penelitian tersebut pada tahun 2020 terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh (Hamzanwadi, 2020) bahwa selawat dapat dijadikan sebagai metode konseling untuk meningkatkan religiusitas seseorang sehingga memberikan ketenangan bagi yang membaca selawat dan yang mendengarkannya.

Pada saat kecemasan yang dihadapi oleh seseorang dapat menurun maka akan muncul ketenangan dan kebahagiaan dalam diri seseorang. Sejalan dengan pendapat (Mayasari, 2014) bahwa ketika seseorang ketenangan yang muncul karena religiusitas maka akan berdampak pada kebahagiaan seseorang. Didukung oleh penelitian tahun 2022 bahwa 27% religiusitas dapat berkontribusi pada kebahagiaan seseorang (Tarigan & Azis, 2022). Jika kita analisis kebahagiaan merupakan faktor penting sebab kebahagiaan merupakan salah satu cara yang ampuh untuk menjauhkan seseorang dari penularan virus covid-19. Kebahagiaan merupakan suatu hal yang sangat penting bagi setiap orang, karena kebahagiaan merupakan kebutuhan naluriah seseorang, tidak ada seorangpun di dunia ini yang tidak ingin merasakan bahagia. Kebahagiaan dapat menjauhkan seseorang dari mood yang negatif yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang (Tarigan & Azis, 2022).

5. KESIMPULAN

Kebijakan pembatasan sosial pada saat pandemi membuat beberapa sektor ekonomi dan pariwisata, kehidupan sosial dan agama, pendidikan juga kesehatan mengalami keterpurukan. Tidak sedikit manusia yang merasakan musibah ini sangat terpuak dan membuat rasa kaget karena perubahan kehidupan berubah dengan cepat dan dirasakan lebih dari satu tahun pandemi covid-19. Oleh karena itu temuan penelitian mendalami permasalahan tersebut dalam keagamaan yaitu selalu mendekatkan diri kepada Allah swt sangat penting dimiliki oleh setiap manusia dalam kondisi perubahan kehidupan yang mendadak seperti pandemi yang baru saja terlewati dan masih dalam kondisi kasus melandai hingga Juni 2022 ini. penelitian ini menemukan bahwasannya tiga hal yang dapat dimiliki dan dilakukan oleh manusia pada saat pembatasan sosial, meliputi: *Teknologi Sebagai Media Dakwah, Tawasul Bil Dzāt Melalui Teknologi dan Tawasul Bil Dzāt Sebagai Penenang Jiwa*. Kesimpulan yang dapat diambil adalah:

- a. Teknologi sebagai media dakwah merupakan strategi dakwah yang sudah dicontohkan oleh para wali yaitu berdakwah dengan cara beradaptasi dengan *luwes* agar dapat diterima oleh masyarakat, maka sudah sepantasnya di zaman modern ini dapat berdakwah sesuai kebutuhan masyarakat, menyesuaikan perkembangan zaman yaitu dengan memanfaatkan teknologi dengan sebaik-baiknya.
- b. Tawasul bil dzāt melalui teknologi merupakan terobosan baru yang dilakukan dalam upaya menjaga dan memotivasi agar senantiasa berselawat kepada Rasulullah saw. dalam keadaan apapun.
- c. Tawasul bil dzāt sebagai penenang jiwa, kondisi yang secara mendadak berubah memberikan sebagian besar orang tidak dapat beradaptasi dengan baik. Kecemasan yang berlebih membuat seseorang menjadi putus asa sehingga kondisi seperti ini membutuhkan asupan dari dalam hati untuk memberikan efek ketenangan yaitu dengan berdzikir mengingat kepada Sang Pencipta. Tawasul yang terus dijaga dalam hal ini selawat yang terus dibacakan dan didengarkan mampu memberikan efek yang baik yaitu dapat menurunkan kecemasan, memberikan ketenangan jiwa serta meningkatkan kebahagiaan seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adikara, B. (2021, April). *Pandemi, Studi: Indonesia Negara Asia dengan Tingkat Stres Tertinggi*. Retrieved from Jawa Pos: <https://www.jawapos.com/kesehatan/01/04/2021/pandemi-studi-indonesia-negara-asia-dengan-tingkat-stres-tertinggi/>
- Damanik, N. R., Andy, S., & Ashani, S. (2021). Pengaruh Zikir Terhadap Penurunan Kecemasan Terhadap Dampak Pandemi Covid-19 Komunitas Tarekat Syattariyah Di Kecamatan Medan Denai. *Jurnal Pusat Studi Pendidikan Rakyat*.
- Hamzanwadi. (2020). Selawat sebagai Pendekatan Konseling Spiritual dalam Meningkatkan Religiusitas Santri di Pondok Pesantren Nurul Yaqin Praya . *Jurnal Bimbingan KOnseling Islam*, 183-196.
- Holidi, A. F., & Surur, M. (2019). Memasyarakatkan Sholawat Nariyah Di Bumi Nusantara. *Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Hadist*, 48-69.
- Khalifah, S. N., & Lutfiah, N. (2010). Religiopsikoneuroimunologi Alquran: Studi Kolaborasi Terapi Alquran dan Fungsi Otak dalam Menghadapi Stres. *BULETIN PSIKOLOGI*, 19-28.
- Khoiri, H., & Faristiana, A. R. (2021). Meningkatkan Minat Remaja Terhadap Tradisi Berzanji Dan Ad-Diba'i Demi Pemahaman Keagamaan. *Jurnal Pustaka Mitra*.
- Lubis, M. R., Ismail, Marpuah, Rabitha, D., Malihah, F., Adnan, N., . . . Abdaloh, D. (2020). *Dinamika Aktivitas Keagamaan di Masa Pandemi*. Jakarta: Balai Penelitian dan Pengembangan Agama Jakarta.
- Maryati, I. (2019). *Peran Majelis Dzikir Dan Selawat Dalam Meningkatkan Religiusitas Kaum Muda, (Studi di Majelis AnNabawiyah Serang)*. Banten: thesis, UIN SMH BANTEN.
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas Islam Dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi). *Al-Munzir*.
- Nabila, E., & Fakhrudin. (2021). Efektivitas Pelaksanaan Kegiatan Keagamaan pada Masa Pandemi Covid-19 Di Gampong Tutong, Labuhanhaji Barat, Aceh Selatan. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*.
- Nasiruddin, M. (1991). *al-Tawassul an-Wa>uhu> wa Ahka>muhu*. Pustaka Al-Kaustar.
- Nengsih, D. (2020). Tawassul Dalam Perspektif Hadis (Kajian Terhadap Hadis Kisah Tiga Pemuda Terperangkap Dalam Goa). *Jurnal Ulunnuha*.
- Nur Fadillah, D. A., & Solihin, I. (2021). Peran Aktivitas Keagamaan di Masa Pandemi Covid-19 terhadap Peningkatan Religiusitas Masyarakat di Desa Girimukti Cianjur Selatan (Studi Penelitian di Desa Girimukti, Kecamatan Pasirkuda, Kabupaten Cianjur). *Proceedings UIN Sunan Gunung Djati Bandung* (pp. 27-49). Bandung: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Nurhikmah. (2020). *Konsep Tawassul Dalam Al-Quran*. Manado: Institut Agama Islam Negeri (Iain) Manado.

- Posha, B. Y. (2015). Perkembangan Islam di Indonesia Pasca Kemerdekaan. *Jurnal Historia*.
- Purnama, R. (2020, November Sabtu). *Peneliti UI Ungkap Tingkat Stres Warga Selama 8 Bulan Pandemi Covid-19*. Retrieved from OkeNews: <https://nasional.okezone.com/read/2020/11/14/337/2309375/peneliti-ui-ungkap-tingkat-stres-warga-selama-8-bulan-pandemi-covid-19>
- Putra, A. S. (2020). Teknologi Informasi (IT) Sebagai Alat Syiar Budaya Islam Di Bumi Nusantara Indonesia. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL SAINS*. Jakarta: Faculty of Mathematics and Sciences Universitas Indraprasta PGRI.
- Rahmawati, N., Ichsan, Y., Pahlevi, M. S., Nawangsih, N., & Utami, L. A. (2021). Optimalisasi Youtube Sebagai Media Dakwah Bagi Generasi Milenial. *Jurnal PAI Raden Fatah*.
- Rahmawati, S., Firmiana, M. E., & Hadiansyah, A. (2021). Manajemen stress dan menjaga kesehatan mental di masa pandemi COVID-19.
- Rustandi, Sartiwi, & Pahlawan. (2020). Hubungan Self Efficacy Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Infark Miokard. *Institut Kesehatan Rajawali Bandung*, 1-15.
- Sabar. (2022). *Nilai-Nilai Pendidikan Islam Dalam Tradisi Tawassul Di Pondok Pesantren Kec Binuang Kab Polewali Mandar*. Makassar: Thesis, Universitas Islam Negeri Alauddin.
- Sugiyono. (2020). *METODE PENELITIAN KUALITATIF*. Bandung: Alfabeta.
- Surianto. (2020). Dakwah Berselawat Melalui Media Sosial Perspektif Hadis (Studi Kasus Prank Selawat Di Chanel Youtube Gus Aldi). *Jurnal Al-Hikmah: Jurnal Dakwah*.
- Susanto, Wijaya, D., Rosidah, G. S., Setyowati, A., & Nur, D. (2021). Tradisi keagamaan sebagai bentuk pelestarian budaya masyarakat Jawa pada masa pandemi. *Jurnal Bahasa, Sastra, dan Budaya*.
- Syakh Said bin Ali bin Wahf al-Qathani. (2016). *Tawassul yang dibolehkan*. Jakarta: Darul Haq.
- Tamara, T. A., & Wulandari, R. D. (2021). Perbedaan Individu Sebagai Faktor Penyebab Stres Kerja Pada Tenaga Kesehatan Akibat Pandemi Covid-19: Narrative Literature Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 22-32.
- Tarigan, E. M., & Azis, A. (2022). Hubungan Religiutas dengan Kebahagiaan pada Remaja di Panti Asuhan Betlehem Bandar Baru. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Wahyuni, I., Sutarno, & Andika, R. (2020). Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 131-144.
- Wazir. (2022). *Makna dan Macam-Macam Tawasul*. NU online.
- Yono, Rusmana, I., & Noviyanty, H. (2020). Psikoterapi Spiritual dan Pendidikan Islam Dalam Mengatasi dan Menghadapi Gangguan Anxiety Disorder Di Saat dan Pasca Covid 19. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 649-658.

