

Spiritualitas dan Sugesti: Membedah Ketenangan Batin (*Inner Peace*) Peziarah yang Berdiam Diri di Makam Wali

Andini Fransisca¹, Afriza Anggia Salsa², Reza Salsabila Ramadani³, M. Hikam⁴, Dila Aprilia⁵.

¹⁻⁴ UIN Raden Fatah Palembang

⁵ Universitas Sriwijaya

Corresponding Email: andinifransisca06@gmail.com, afrizaanggiasalsa@gmail.com, rezasalsabila773@gmail.com, rrqhika@gmail.com, dilaapril30@gmail.com.

Number Whatsapp: 0822-8900-6533

Abstract

The tradition of visiting the graves of Islamic saints has long been preserved by Indonesian society and serves as an important spiritual practice in the pursuit of inner peace. Within this tradition, pilgrims not only engage in prayer and acts of reverence but also perform periods of seclusion as a form of spiritual contemplation. This phenomenon reflects the interplay between spirituality, belief, and suggestion, which are believed to cultivate feelings of tranquility, surrender, and closeness to God. Although inner peace has long been the primary goal of many pilgrims, scientific studies exploring the psychological mechanisms behind this experience remain limited, particularly in relation to the role of suggestion and spiritual experience during seclusion at the saints' graves. This study aims to examine how spirituality and suggestion contribute to the development of inner peace among pilgrims who engage in this practice. Using a qualitative approach, this research is expected to provide an in-depth understanding of pilgrims' spiritual experiences and the contributions of psychological and religious factors in fostering their inner peace.

Keywords : Silence¹, Spirituality², Inner Peace³.

Abstrak

Tradisi ziarah ke makam wali merupakan praktik keagamaan yang terus dipertahankan masyarakat Indonesia dan menjadi bagian penting dari pencarian ketenangan batin. Dalam tradisi tersebut, peziarah tidak hanya melakukan doa atau penghormatan, tetapi juga menjalani praktik berdiam diri sebagai bentuk kontemplasi spiritual. Fenomena ini memperlihatkan adanya perpaduan antara spiritualitas, keyakinan, dan sugesti yang diyakini mampu menumbuhkan rasa tenram, pasrah, serta kedekatan dengan Tuhan. Meskipun ketenangan batin telah lama menjadi tujuan utama para peziarah, kajian ilmiah mengenai mekanisme psikologis yang melatarbelakanginya masih terbatas, terutama terkait peran sugesti dan pengalaman spiritual selama berdiam diri di makam wali. Penelitian ini bertujuan untuk membedah bagaimana spiritualitas dan sugesti bekerja membentuk inner peace pada peziarah yang melakukan praktik tersebut. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman mendalam mengenai pengalaman spiritual peziarah serta kontribusi faktor psikologis dan religius dalam membangun ketenangan batin mereka.

Kata kunci : Berdiam Diri¹, Spiritualitas², Ketenangan Batin³.

Introduction

Tradisi ziarah ke makam tokoh-tokoh yang dianggap suci memiliki akar sejarah yang panjang dalam perkembangan Islam. Praktik ini sudah menjadi perbincangan sejak berabad-abad lalu, baik dalam literatur ulama klasik maupun kajian kontemporer (Hidayat, 2020). Mulai dari Ibn al-Jawz dan Ibn Taymiyah pada abad ke-12 hingga 13, hingga tokoh seperti Ibn Abd al-Wahab, Rashid Rida, dan Sayyid Qutb pada abad ke-19 hingga 20, ziarah sering dikritik sebagai bentuk syirik dan bidah oleh sebagian kelompok. Meski begitu, banyak pula yang tetap melaksanakannya sebagai bentuk ibadah. Ziarah kubur bahkan menjadi praktik keagamaan penting di berbagai wilayah dunia Islam. Fenomena ziarah memiliki banyak bentuk dan makna, mulai dari kesalehan, identitas keislaman, hingga aspek ekonomi yang menyertainya. Keragaman inilah yang membuat tradisi ziarah perlu dikaji secara lebih jernih agar pemahaman yang menyeluruh dapat diperoleh (Munir, 2023).

Salah satu tradisi Islam yang berkaitan dengan pencarian ketenangan batin adalah ziarah wali. Kegiatan mengunjungi makam para wali telah diwariskan dari generasi ke generasi dalam masyarakat Indonesia, terutama di Jawa, yang memiliki kedalaman tradisi Islam lokal (Rahman, 2021). Dalam ajaran Islam, ziarah dipahami sebagai perjalanan spiritual untuk memperoleh keberkahan dari orang-orang saleh yang dekat dengan Tuhan semasa hidupnya. Melalui ziarah, peziarah diajak menggali hikmah kehidupan serta memperbaiki perilaku sesuai ajaran Nabi Muhammad SAW (Qudsy, 2024).

Selain sebagai bentuk ibadah, ziarah juga berfungsi sebagai upaya memperkuat kondisi mental dan spiritual umat Islam, terutama saat seseorang menghadapi tekanan hidup (Fadilah, 2022). Ziarah tidak hanya dilakukan untuk mendoakan yang telah wafat, tetapi juga untuk belajar dari keteladanan para wali serta melakukan muhasabah agar dapat meningkatkan kualitas keimanan (Nasution, 2025).

Secara umum, peziarah yang datang ke makam para wali memiliki harapan memperoleh ketenangan hati, keberkahan, dan kemudahan dalam menjalani kehidupan. Konsep keberkahan ini berkaitan dengan keyakinan bahwa makam ulama dan wali memiliki kesucian yang dipercaya mampu mempertemukan unsur duniawi dan spiritual (Rahman, 2021). Peziarah biasanya hadir dengan penuh hormat dan khidmat ketika berada di hadapan makam tersebut (Fadli, 2023).

Aspek keagamaan menjadi unsur yang paling menonjol dalam tradisi ziarah wali. Berbagai ritus yang dilakukan di area makam menjadi tanda penting dari spiritualitas yang hidup di tengah masyarakat. Penghormatan kepada leluhur turut membentuk tradisi ziarah ke tempat-tempat keramat. Tradisi ini sangat erat dengan pandangan hidup masyarakat Jawa yang mengutamakan ketentraman batin, keharmonisan, dan keseimbangan (Sutopo, 2020). Prinsip menerima segala peristiwa kehidupan juga menjadi bagian dari filosofi mereka, di mana individu harus selaras dengan masyarakat dan alam. Tradisi ini sudah berlangsung lama dan menjadi identitas budaya serta spiritual masyarakat Jawa (Nugroho, 2024).

Dalam konteks tertentu, tradisi dipandang sebagai sesuatu yang sakral sehingga harus dijaga dan dihormati. Jawa dikenal sebagai salah satu daerah yang masih mempertahankan banyak tradisinya, termasuk tradisi ziarah ke makam. Kepercayaan bahwa makam memiliki kesucian dan aura yang berbeda membuat praktik penghormatan dalam tradisi ini dilakukan dengan cara yang khusus (Wibisono, 2022).

Di Indonesia, tradisi ziarah makam ulama atau tokoh suci dilakukan oleh banyak kalangan. Sebagai negara dengan mayoritas penduduk muslim, penghormatan kepada para penyebar agama Islam dianggap sebagai nilai penting (Mahfudz, 2021). Hal ini terlihat dari banyaknya lokasi wisata religi yang ramai dikunjungi, termasuk di wilayah Palembang. Tradisi ziarah di makam Kiai setempat memiliki daya tarik tersendiri karena pengunjungnya bukan hanya berasal dari daerah setempat, tetapi juga dari luar kota (Prasetyo, 2023).

Ritual sendiri dapat dipahami sebagai perilaku yang sudah dibakukan. Clifford Geertz menggambarkan ritual sebagai sistem simbol yang memberikan dorongan emosional serta motivasi bagi manusia, yang kemudian diwujudkan melalui aturan dan upacara tertentu (Kurniawan, 2020). Secara etimologis, ziarah berarti mengunjungi atau melawat, sementara dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, ziarah diartikan sebagai kunjungan ke tempat yang dianggap suci dan mulia (Siregar, 2024).

Dalam pelaksanaannya, para peziarah biasanya duduk dan berdiam diri sejenak untuk memanjatkan doa atau memohon sesuatu sesuai tujuan masing-masing. Setelah merasa selesai, mereka menaburkan bunga, air, atau dupa di atas batu atau petilasan yang dianggap suci (Hakim, 2022). Bahkan, terdapat pula peziarah yang memilih menginap beberapa hari untuk melakukan ritual tertentu (Azizah, 2025).

Selain aspek spiritualitas, pengalaman peziarah dalam ritual ziarah juga dipengaruhi oleh unsur sugesti. Sugesti muncul melalui keyakinan personal, kisah-kisah tentang kemuliaan wali, suasana makam yang sakral, doa yang dilantunkan, serta simbol-simbol religius yang melekat dalam tradisi ziarah (Putri, 2023). Kondisi tersebut menciptakan suasana batin yang lebih tenang, fokus, dan pasrah, sehingga memperkuat keyakinan peziarah bahwa mereka akan memperoleh keberkahan atau ketenteraman hati melalui praktik tersebut (Yuliana, 2024).

Berbagai penelitian mengenai tradisi ziarah makam wali di Indonesia umumnya berfokus pada aspek budaya, sejarah, dan praktik ritual. Namun, kajian mengenai pengalaman psikologis peziarah khususnya terkait ketenangan batin masih terbatas (Hanifa, 2021). Selain itu, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh spiritualitas dan sugesti pada peziarah yang berdiam diri di makam wali juga belum banyak dilakukan (Setiawan, 2025).

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini bertujuan membedah bagaimana spiritualitas dan sugesti berperan dalam membentuk ketenangan batin pada peziarah yang berdiam diri di makam wali (Azmi, 2023). Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam

mengenai dinamika spiritual dan psikologis yang dialami peziarah dalam konteks ritual ziarah di Indonesia (Nursalim, 2024).

Meskipun ketenangan batin merupakan tujuan utama para peziarah, pemahaman ilmiah mengenai bagaimana ketenangan tersebut terbentuk masih sangat terbatas. Secara khusus, hubungan antara spiritualitas dan sugesti sebagai dua faktor yang mempengaruhi pengalaman batin peziarah belum banyak dibahas dalam kajian akademik (Suryanto, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk menjelaskan mekanisme pengalaman batin tersebut dan memberi gambaran komprehensif mengenai pencarian *inner peace* dalam tradisi ziarah makam wali (Rohim, 2025).

Method

Penelitian mengenai tradisi tidur atau berdiam diri di makam wali dan ulama ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif-fenomenologis. Pendekatan fenomenologis dipilih karena fenomena tidur di area makam merupakan praktik keagamaan yang memiliki makna spiritual, simbolik, dan kultural yang hanya dapat dipahami melalui pengalaman subjektif para pelakunya. Pendekatan ini sesuai dengan beberapa penelitian terdahulu mengenai praktik ziarah dan pemaknaan ritual, seperti studi pada masyarakat Mandar (Latif & Usman, 2021), tradisi ziarah Masayikh (Khuzaimah & Hariyanto, 2023), dan peningkatan spiritualitas melalui ziarah Walisongo (Rohmawati & Ismail, 2020).

Lokasi penelitian ditentukan secara purposif, yaitu di Makam Ki Muara Ogan, salah satu situs makam tokoh ulama lokal yang dikenal memiliki tradisi bermalam atau “*tirakat*” oleh para peziarah. Alasan pemilihan lokasi ini meliputi intensitas aktivitas ziarah, keberadaan juru kunci yang aktif mengelola area makam, serta keterjangkauan informan yang relevan dan memahami praktik tirakat di tempat tersebut. Penggunaan lokasi berbasis konteks ritual ini sejalan dengan penelitian tentang ritualisme makam Keleang (Rohimi, 2022) dan praktik ziarah di makam Syaikhona Kholil Bangkalan (Roifah, 2023) yang menekankan importantnya karakteristik situs dalam memahami bentuk-bentuk ritual keagamaan masyarakat.

Informan dipilih secara purposive sampling, yaitu mereka yang dianggap memiliki pengetahuan mendalam terkait tradisi bermalam di Makam Ki Muara Ogan. Informan terdiri dari juru kunci makam, peziarah yang pernah atau sering bermalam, tokoh agama setempat, serta masyarakat sekitar. Jumlah informan bersifat fleksibel hingga mencapai titik jenuh (*saturation*), ketika data yang diperoleh sudah berulang. Teknik pemilihan informan seperti ini juga digunakan dalam penelitian fenomenologis mengenai ziarah wali di Indonesia dan Malaysia (Saifuddin, Baidowi, & Jamil, 2022).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini mencakup wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur untuk menggali pengalaman subjektif, motivasi spiritual, serta pemaknaan simbolis informan terhadap praktik tidur di makam. Observasi partisipatif dilakukan dengan mengamati aktivitas peziarah, interaksi antara peziarah dan juru kunci, bentuk ritual tirakat, serta simbol-simbol keagamaan yang muncul selama

proses bermalam. Teknik ini mengacu pada model observasi dalam penelitian ritus ziarah makam (Rohimi, 2022; Roifah, 2023). Dokumentasi mencakup foto aktivitas, arsip lokal, sejarah Makam Ki Muara Ogan, serta literatur pendukung mengenai hukum ziarah (Nugraha & Hafidzi, 2023) dan integrasi agama–budaya dalam tradisi ziarah masyarakat (Rajasyah, 2023).

Analisis data mengikuti langkah-langkah Miles dan Huberman, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan menyeleksi dan mengelompokkan data hasil wawancara serta observasi ke dalam tema-tema seperti motivasi spiritual, makna tirakat, budaya lokal, simbolisme ritual, dan dampak psikologis terhadap peziarah. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian naratif yang dilengkapi kutipan langsung dari informan. Tahap penarikan kesimpulan dilakukan dengan menghubungkan temuan lapangan dengan teori dan penelitian terdahulu tentang ziarah dan spiritualitas, seperti penelitian mengenai peningkatan spiritualitas melalui ziarah Walisongo (Rohmawati & Ismail, 2020).

Untuk menjaga validitas data, penelitian menggunakan triangulasi sumber dan teknik dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, aspek etika penelitian diterapkan dengan meminta persetujuan informan (*informed consent*), menjaga kerahasiaan identitas informan, serta menghormati praktik keagamaan dan budaya lokal di area Makam Ki Muara Ogan.

Results

Pandangan tentang Tradisi Berdiam Diri di Makam Wali

Tradisi keagamaan masih banyak dilakukan oleh masyarakat Indonesia. Kuatnya nilai-nilai budaya dan agama menjadikan eksistensi tradisi keagamaan tidak tergeser oleh perubahan zaman. Masyarakat modern Indonesia, terutama yang beragama Islam, masih mempertahankan tradisi keagamaan karena dianggap sebagai fundamental moralitas terhadap pengaruh arus modernisasi (Otta, 2015). Tradisi yang tetap dijalankan dapat menjadi pegangan hidup dan bentuk kearifan lokal di tengah perubahan sosial. Salah satunya adalah tradisi ziarah ke makam wali. Dalam konteks masyarakat Muslim Indonesia, ziarah dipahami sebagai kegiatan mengunjungi makam wali atau orang saleh sebagai bentuk penghormatan, mendoakan mereka, serta mengambil pelajaran dari keteladanan amal saleh mereka (Anam, 2015). Wali dianggap sebagai figur yang mulia karena kedekatan mereka kepada Allah dan perannya dalam penyebaran Islam di Nusantara. Oleh karena itu, masyarakat memandang ziarah wali sebagai amalan yang memiliki nilai spiritual dan historis tersendiri (Rohimi, 2019).

Memahami konteks tersebut membantu melihat bagaimana tradisi berdiam diri di makam wali dipandang oleh masyarakat. Berdasarkan penuturan informan, tradisi ini dipandang sebagai praktik yang cukup sensitif dalam ajaran Islam. Informan menjelaskan bahwa ziarah kubur pada dasarnya diperbolehkan karena memiliki fungsi penting dalam mengingat kematian, menumbuhkan kerendahan hati, serta memperkuat kesadaran bahwa hidup manusia bersifat sementara, Seperti sabda Rasulullah Saw. "*Dulu aku mlarang kalian berziarah kubur, maka sekarang berziarahlah kalian,*

karena itu akan mengingatkan kalian kepada akhirat" (HR. Muslim). Namun demikian, informan menyebutkan bahwa berdiam diri, menginap, atau menetap terlalu lama di area makam tidak sepenuhnya dianjurkan, terutama jika kegiatan tersebut disertai keyakinan yang tidak sesuai dengan prinsip tauhid, seperti meminta pertolongan langsung kepada wali atau meyakini adanya kekuatan gaib dari makam tersebut.

Walaupun begitu, informan memberikan sudut pandang yang lebih moderat. Mereka menekankan bahwa niat menjadi aspek paling penting dalam aktivitas ini. Jika seseorang berdiam diri di makam dengan tujuan merenung, berzikir, berdoa kepada Allah, atau mencari ketenangan batin, maka kegiatan tersebut masih dipandang wajar dan tidak bermasalah secara agama. Masalah muncul ketika peziarah menjadikan wali sebagai sumber kekuatan atau tempat meminta hajat secara langsung. Oleh karena itu, informan menegaskan bahwa seluruh bentuk doa, harapan, dan permohonan harus tetap ditujukan kepada Allah, sementara makam wali hanya berfungsi sebagai tempat refleksi spiritual.

Pandangan ini juga sejalan dengan keterangan ulama dan organisasi keagamaan seperti Nahdlatul Ulama (NU). NU memandang ziarah sebagai amalan baik selama tidak bertentangan dengan prinsip tauhid. Dalam tradisi NU, ziarah dipahami sebagai *tabarruk*, yaitu mengambil pelajaran atau keberkahan dari keteladanan para wali, bukan meminta kekuatan supranatural dari mereka. Selama dilakukan dengan adab yang benar ketika mendoakan orang yang wafat, tidak mengagungkan makam berlebihan, dan tidak meyakini kekuatan batiniah yang bisa memenuhi permintaan manusia, ziarah tetap dipandang sebagai praktik yang sah dan bernilai spiritual.

Alasan Utama Peziarah Melakukan Berdiam Diri / Ziarah

Berdasarkan hasil wawancara, terdapat dua alasan utama yang mendorong peziarah melakukan tradisi berdiam diri di makam wali. Alasan pertama yang paling dominan adalah keinginan untuk mencari ketenangan batin. Informan menjelaskan bahwa sebagian besar peziarah datang ketika mereka sedang menghadapi tekanan hidup, mengalami masalah pribadi, atau merasakan jarak spiritual dengan Tuhan. Suasana makam yang hening, jauh dari keramaian, dan penuh nuansa religius dianggap menjadi ruang yang tepat untuk merenung dan "mengosongkan kepala" dari beban pikiran. Dalam kondisi seperti ini, berdiam diri menjadi sarana untuk menenangkan diri, memperbaiki fokus batin, dan merasakan kembali kedekatan dengan Allah.

Alasan kedua adalah harapan untuk mendapatkan petunjuk, keberkahan, kemantapan hati, atau kekuatan spiritual. Sebagian informan mengatakan bahwa beberapa peziarah memiliki keyakinan bahwa makam wali adalah tempat yang penuh keteladanan karena para wali dikenal sebagai orang saleh. Bukan berarti mereka meminta pertolongan kepada wali, tetapi mereka berharap Allah memberikan ketenangan, petunjuk, keberkahan melalui suasana makam yang dianggap lebih sakral. Keyakinan ini menciptakan rasa aman dan dorongan psikologis bagi peziarah untuk memperbaiki diri. Selain dua alasan utama tersebut, terdapat pula faktor tradisi dan kebiasaan masyarakat. Sebagian peziarah melakukan tradisi ini karena sudah diwariskan secara turun-temurun.

Mereka merasa kegiatan tersebut merupakan bagian dari identitas spiritual dan bentuk penghormatan terhadap ulama terdahulu.

Penjelasan informan tersebut sejalan dengan berbagai teori psikologi agama. Salah satunya adalah konsep Religious Coping dari Pargament. Dalam penelitiannya, Pargament et al. (1998) menemukan bahwa religious coping memberikan individu rasa kontrol, makna, dan harapan dalam menghadapi masalah hidup, terutama yang berkaitan dengan persoalan eksistensial. Penelitian lain oleh Ano dan Vasconcelles (2005) juga menunjukkan bahwa *religious coping positif* seperti berdoa, berzikir, atau mencari dukungan spiritual, berhubungan dengan ketenangan jiwa dan kesehatan mental yang lebih baik. Kegiatan berdiam diri di makam wali dapat dipahami sebagai bentuk religious coping positif, karena peziarah melakukannya untuk memperkuat diri, menenangkan hati, dan mendekatkan diri pada Allah.

Selain itu, teori Mindfulness Religius dari Swinton dan Pattison juga relevan. Mereka menjelaskan bahwa pengalaman spiritual dapat membantu individu meningkatkan kesadaran diri, memandang kehidupan dengan lebih jernih, serta mengembangkan sikap syukur dan kerendahan hati. Dalam konteks penelitian ini, suasana makam yang hening dan penuh nilai spiritual memfasilitasi proses *mindfulness* tersebut, peziarah menjadi lebih hadir pada diri, lebih sadar akan emosi mereka, dan lebih mudah melakukan refleksi batin.

Secara lebih luas, Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2008) mendefinisikan agama sebagai sistem keyakinan, nilai, dan perilaku yang memberikan makna terdalam (*ultimate meaning*) dalam kehidupan manusia. Temuan ini selaras dengan alasan yang disampaikan informan: mereka mencari makna, ketenangan, dan kejelasan hidup melalui proses spiritual di makam wali. Aktivitas berdiam diri bukan hanya tindakan fisik, tetapi juga upaya menemukan makna dan keteduhan dalam konteks yang lebih luas.

Dengan demikian, dari sisi empiris maupun teoretis, alasan peziarah melakukan tradisi ini tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga berkaitan erat dengan proses pencarian makna, coping religius, dan kebutuhan spiritual yang lebih dalam.

Perasaan Selama dan Setelah Berdiam Diri di Makam Wali serta Fungsinya bagi Ketenangan Batin (*Inner Peace*)

Para informan menggambarkan bahwa pengalaman berdiam diri di makam wali memberikan perubahan emosional dan spiritual yang cukup mendalam. Selama berada di area makam, mereka merasakan ketenangan yang sulit ditemukan dalam kehidupan sehari-hari. Suasana makam yang sunyi, jauh dari hiruk-pikuk aktivitas, membuat mereka lebih mudah fokus pada doa, zikir, dan refleksi diri. Kondisi ini menumbuhkan rasa kedekatan dengan Tuhan, sekaligus membuka ruang untuk mengamati diri dengan lebih jernih. Beberapa informan menyebut bahwa keheningan tersebut membantu meredakan kecemasan dan menurunkan ketegangan batin.

Pengalaman ini selaras dengan penelitian tentang spiritualitas dan kesejahteraan batin yang menunjukkan bahwa aktivitas religius dapat meningkatkan rasa damai, makna, dan ketenangan psikologis. Seeman et al. (2003) menekankan bahwa keterlibatan religius memiliki berbagai dampak, baik positif maupun negatif, namun salah satu konsekuensi positif yang paling konsisten adalah munculnya *religious serenity*, perasaan tenteram yang lahir dari aktivitas spiritual yang mendalam.

Setelah selesai berdiam diri, informan menggambarkan adanya perubahan emosi yang lebih jelas. Sebagian besar merasa lega, ringan, dan memiliki kejernihan pikiran seolah energi batin mereka diperbarui. Mereka merasa lebih siap menghadapi persoalan hidup karena batin yang sebelumnya kacau menjadi lebih teratur. Ada yang mengatakan bahwa kegiatan ini membuat mereka lebih bersyukur, lebih sabar, dan lebih mampu menerima keadaan. Perspektif mereka terhadap masalah pun menjadi lebih luas dan tidak sesempit sebelumnya.

Temuan ini konsisten dengan berbagai penelitian yang membahas efek meditasi religius terhadap regulasi emosi. Praktik doa atau zikir sering disebut sebagai bentuk *religious coping* yang efektif dalam membantu individu mengurangi tekanan psikologis. Koenig (2009) menyebut bahwa praktik keagamaan seperti doa adalah strategi coping umum bagi individu dengan tekanan emosional, bahkan mampu mendukung proses pemulihan. Tepper et al. (2001) serta Johnson (2018) juga menemukan bahwa praktik religius dapat memengaruhi kesejahteraan mental melalui peningkatan harapan, makna hidup, dan kemampuan menghadapi stres.

Melalui perspektif *self-determination theory*, Hackney dan Sanders (2003) menyatakan bahwa praktik keagamaan yang dilakukan secara internal, berbasis niat tulus, refleksi, dan devosi, cenderung menghasilkan kesejahteraan psikologis yang positif, seperti kebahagiaan, ketenangan, dan aktualisasi diri. Hal ini sejalan dengan deskripsi informan yang merasakan bahwa kegiatan berdiam diri bukan sekadar ritual tradisi, tetapi menjadi momen intens untuk menyambungkan diri dengan nilai-nilai spiritual yang lebih dalam.

Secara keseluruhan, pengalaman selama dan setelah berdiam diri di makam wali tidak hanya memberi ketenangan sementara, tetapi juga membantu peziarah menata emosi, memperdalam spiritualitas, dan menemukan kembali keteguhan batin. Pengalaman spiritual ini dapat dipahami sebagai bentuk *religious serenity* yang muncul dari kombinasi antara suasana hening, praktik doa, kesadaran penuh (*mindfulness*), dan hubungan simbolik dengan tempat yang dianggap suci.

Pengaruh Suasana Religius di Area Makam

Hasil wawancara menunjukkan bahwa suasana religius di area makam wali berperan besar dalam menciptakan ketenangan batin, terutama ketika peziarah melakukan zikir atau doa. Informan menjelaskan bahwa ketika mereka duduk berdiam diri dan mulai berdzikir, suasana makam yang hening, jauh dari keramaian, serta dipenuhi bacaan doa dari peziarah lain membuat hati mereka lebih mudah fokus. Lantunan zikir yang terdengar pelan-pelan, ditambah aroma wangi-wangian atau dupa, menciptakan atmosfer yang terasa sakral dan mendukung kekhusyukan ibadah. Dalam kondisi seperti

ini, zikir tidak hanya menjadi aktivitas lisan, tetapi berubah menjadi pengalaman batin yang menenangkan.

Dalam sebuah jurnal terdapat isi yang menekankan bahwa kegiatan ziarah dan praktik keagamaan seperti membaca Al-Qur'an, tahlil, dan zikir memang memiliki efek spiritual yang mendalam. Tradisi pesantren memandang ziarah sebagai sarana untuk memperbaiki spiritualitas diri, dan pengalaman spiritual tersebut sering kali membawa rasa barokah yang oleh para peziarah dipahami sebagai ketenangan, kedamaian, dan dorongan untuk kembali melakukan ziarah. Hal ini selaras dengan apa yang informan rasakan saat berdzikir di makam: munculnya rasa damai, hati yang lebih lembut, dan pikiran yang lebih jernih.

Dengan demikian, suasana religius di makam khususnya saat zikir menjadi bagian penting dari pengalaman spiritual peziarah. Suasana hening dan sakral memudahkan mereka masuk ke keadaan kontemplatif, sementara jurnal menyebutkan bahwa ziarah itu sendiri merupakan media muhasabah dan upaya memperkuat hubungan dengan Allah. Keduanya saling melengkapi: suasana makam mendukung khusyuknya zikir, sementara zikir memberikan makna spiritual yang memperdalam ketenangan batin sebagaimana dijelaskan dalam literatur.

Faktor Dominan: Spiritualitas atau Sugesti Tempat?

Informan memandang bahwa ketenangan yang mereka rasakan saat berdiam diri di makam wali tidak hanya berasal dari ibadah seperti doa dan zikir, tetapi juga dari sugesti tempat yang dianggap sakral. Menurut mereka, suasana makam yang sunyi, jauh dari hiruk-pikuk, dan penuh nuansa religius membuat hati lebih mudah fokus dan pikiran menjadi lebih lembut. Pada saat yang sama, zikir, doa, dan muhasabah memberikan ketenangan dari dalam diri.

Keduanya saling menguatkan. Spiritualitas bekerja sebagai sumber internal ketenangan, sementara suasana makam berfungsi sebagai dukungan eksternal yang memperdalam efek ketenangan tersebut. Informan menyebut bahwa ketika mereka berada di makam, doa terasa lebih khusyuk dan refleksi diri menjadi lebih dalam dibandingkan dilakukan di tempat yang lebih ramai.

Penjelasan ini sejalan dengan berbagai penelitian. Menurut penelitian, tempat yang dianggap suci dapat menciptakan keterikatan emosional dan spiritual, sehingga seseorang merasa lebih tenang dan lebih mudah memasuki keadaan kontemplatif. Tempat yang bermakna secara religius dapat bertindak sebagai "ruang aman" psikologis yang memperkuat pengalaman spiritual seseorang. Hal ini juga didukung oleh penelitian oleh Silva dkk (2023), yang menemukan bahwa tempat suci mampu menimbulkan rasa kedekatan emosional (*place attachment*), dan kedekatan ini meningkatkan kualitas pengalaman religius seseorang termasuk ketenangan batin.

Dari sisi praktik ibadahnya sendiri, penelitian oleh Asih dkk (2025) menunjukkan bahwa dzikir, doa, dan praktik spiritual Islam memberikan perlindungan emosional, menurunkan stres, dan meningkatkan kesejahteraan mental. Artinya, aspek spiritualitas memang memberi ketenangan

internal. Jika digabungkan, temuan-temuan ini menjelaskan bahwa pengalaman peziarah di makam wali tidak bisa hanya dipahami dari satu faktor. Ketenangan muncul dari sinergi antara spiritualitas dan sugesti tempat. Tempat yang sakral membuat ibadah lebih mendalam, sementara ibadah membuat suasana tempat menjadi lebih bermakna bagi diri peziarah.

Discussion

1. Inspirasi

Tradisi tidur atau berdiam diri di makam wali/ulama muncul dari kebutuhan sebagian masyarakat untuk mencari ketenangan, kedekatan batin, dan pengalaman spiritual yang lebih intens. Alasan mereka melakukan praktik ini beragam, mulai dari sekadar mengikuti tradisi turun-temurun, rasa penasaran, hingga keinginan mendekat pada sosok wali sebagai simbol kesalehan. Hal ini sejalan dengan gagasan Pargament (1997) yang menjelaskan bahwa individu sering menggunakan praktik religius tertentu sebagai spiritual coping untuk mengatasi kegelisahan batin.

Selain itu, Geertz (1983) mengemukakan bahwa tradisi keagamaan lokal sering menjadi sarana pencarian makna dalam kehidupan masyarakat. Dengan demikian, tindakan berdiam diri di makam wali bukan sekadar ritual kultural, tetapi juga bentuk pencarian spiritual yang berakar pada pengalaman personal dan nilai-nilai masyarakat (Pargament, 1997; Geertz, 1983).

2. Motivasi

Motivasi utama masyarakat melakukan praktik ini banyak dipengaruhi oleh keyakinan religius, pengalaman pribadi, serta cerita-cerita lisan mengenai keberkahan atau mimpi petunjuk. Beberapa peziarah meyakini bahwa tidur atau bermeditasi di kawasan makam dapat membuka pintu ketenangan dan jawaban dari persoalan hidup.

Bandura (2018) menyebutkan bahwa perilaku seseorang sering dipengaruhi oleh modeling dan keyakinan sosial. Dalam konteks ini, cerita tokoh masyarakat atau sesama peziarah mengenai “keberkahan” makam dapat memperkuat motivasi seseorang untuk menirunya. Hal ini ditegaskan oleh Woodward (2011) yang menemukan bahwa tradisi ziarah di Indonesia banyak dibentuk oleh narasi spiritual yang diwariskan secara turun-temurun. Maka, motivasi berdiam diri di makam merupakan perpaduan antara keyakinan personal, sugesti sosial, dan harapan akan pengalaman religius (Bandura, 2018; Woodward, 2011).

3. Peran Tokoh Agama

Tokoh agama memiliki peran penting dalam memberi pemahaman kepada masyarakat terkait praktik tidur atau berdiam diri di makam. Berdasarkan hasil wawancara, tokoh agama di lokasi penelitian mengarahkan agar aktivitas tersebut dialihkan ke masjid terdekat melalui dzikir dan kontemplasi yang lebih sesuai syariat.

Menurut Abdillah (2010), tokoh agama berfungsi sebagai pembimbing moral dan penafsir ajaran untuk mengarahkan praktik keagamaan masyarakat agar tetap berada dalam koridor yang benar. Senada dengan itu, Rahmat (2012) menyebutkan bahwa kepemimpinan religius memengaruhi bagaimana masyarakat menafsirkan dan melaksanakan tradisi. Dengan demikian, arahan tokoh agama di lokasi penelitian menunjukkan fungsi edukatif dan transformasional dalam mengalihkan praktik tradisi menuju bentuk ibadah yang lebih tepat (Abdillah, 2010; Rahmat, 2012).

4. Dampak Positif

Peziarah yang melakukan praktik berdiam diri atau kontemplasi di makam mengaku merasakan ketenangan batin, pikiran lebih jernih, serta munculnya rasa syukur dan kesadaran diri. Dampak psikologis ini sesuai dengan penjelasan James (1902) bahwa pengalaman religius mampu menghasilkan kondisi ketenangan mendalam (*religious peace of mind*).

Sari (2020) juga menemukan bahwa aktivitas spiritual seperti dzikir atau kontemplasi membantu menurunkan stres dan meningkatkan stabilitas emosi. Bagi sebagian peziarah, suasana makam yang tenang, sakral, dan penuh simbol spiritual memfasilitasi tercapainya refleksi diri yang lebih dalam. Dengan demikian, meski praktiknya kini diarahkan ke masjid, kebutuhan psikologis yang ingin dicapai tetap sama: kedamaian, ketenangan, dan kehadiran spiritual (James, 1902; Sari, 2020).

5. Tantangan

Tradisi tidur di makam wali/ulama tidak lepas dari berbagai tantangan, baik secara teologis maupun sosial. Dari sisi keagamaan, tokoh agama menilai bahwa praktik tidur di makam berpotensi menimbulkan pemahaman yang keliru jika disandingkan dengan ajaran Islam tentang adab ziarah.

Smith & Snell (2009) menjelaskan bahwa individu sering menghadapi konflik peran ketika tradisi budaya berbenturan dengan pemahaman agama formal. Sementara itu, Anwar (2014) menyoroti bahwa praktik ziarah yang melewati batas adab dapat menimbulkan persepsi negatif dari masyarakat lain. Tantangan-tantangan ini menyebabkan tokoh agama perlu memberikan edukasi agar praktik spiritual tetap berjalan tetapi dengan cara yang lebih sesuai ajaran (Smith & Snell, 2009; Anwar, 2014).

6. Perubahan Diri

Masyarakat yang mengikuti arahan tokoh agama untuk mengganti praktik tidur di makam dengan berdzikir atau berdiam diri di masjid mengaku mengalami perubahan positif, seperti lebih tenang, lebih fokus, serta meningkatnya kedisiplinan beribadah.

Mahmudah (2020) menunjukkan bahwa kegiatan spiritual yang terarah mampu meningkatkan regulasi diri dan kestabilan emosi. King dan Boyatzis (2015) juga menjelaskan bahwa lingkungan religius yang kondusif dapat meningkatkan kesadaran diri serta memperkuat kepercayaan diri. Perubahan-perubahan ini membuktikan bahwa praktik kontemplasi, baik di makam maupun masjid dapat berfungsi sebagai sarana pembentukan spiritualitas dan perkembangan psikologis (Mahmudah, 2020; King & Boyatzis, 2015).

Conclusion

Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik berdiam diri di makam wali tidak hanya dipahami sebagai ritual budaya, tetapi juga sebagai sarana spiritual yang membantu individu mencapai ketenangan batin (*inner peace*). Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, pengalaman ketenangan tersebut muncul dari perpaduan antara faktor internal berupa praktik ibadah seperti doa, zikir, dan refleksi diri, serta faktor eksternal berupa atmosfer makam yang hening, religius, dan dianggap sakral. Kombinasi keduanya menciptakan ruang psikologis yang kondusif bagi peziarah untuk melepaskan beban emosional, menenangkan pikiran, dan memperdalam hubungan spiritual dengan Tuhan.

Secara teoritis, praktik ini dapat dikategorikan sebagai bentuk religious coping, karena membantu individu mengatasi persoalan hidup, menurunkan kecemasan, dan memperkuat makna hidup melalui pendekatan religius. Peziarah yang mengikuti praktik ini melaporkan adanya perubahan positif seperti rasa syukur, ketenangan emosional, kejernihan pikiran, serta keterhubungan spiritual yang lebih kuat. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa aktivitas religius yang dilakukan dengan kesadaran dan intensi yang benar dapat memberikan manfaat bagi kesejahteraan psikologis.

Meskipun demikian, pandangan tokoh agama di lokasi penelitian menekankan bahwa praktik ini perlu diarahkan agar tetap sesuai dengan prinsip tauhid dan adab ziarah. Hal ini untuk mencegah munculnya keyakinan berlebihan atau praktik yang bertentangan dengan ajaran Islam. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa praktik berdiam diri di makam wali merupakan fenomena religius yang memiliki dimensi psikologis, spiritual, dan kultural yang saling terkait. Selama dilakukan dengan niat yang benar, pemahaman yang tepat, dan dalam koridor ajaran Islam, praktik ini berpotensi menjadi sarana efektif untuk mencapai ketenangan batin (*inner peace*) dan penguatan spiritual.

Acknowledgement

Peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Apresiasi khusus ditujukan kepada para juru kunci makam kiai muara organ, yang telah memberikan akses, informasi mendalam, serta bimbingan terkait sejarah makam, tradisi setempat, dan praktik tirakat yang dilakukan peziarah. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para peziarah, baik yang berdomisili di sekitar lokasi penelitian maupun

yang datang dari luar daerah, atas kesediaan mereka berbagi pengalaman spiritual, motivasi, dan pemahaman pribadi terkait praktik tidur atau berdiam diri di makam wali.

Peneliti juga berterima kasih kepada tokoh agama dan tokoh masyarakat yang memberikan penjelasan mengenai perspektif keagamaan, nilai budaya, serta dinamika sosial di balik tradisi ziarah. Selain itu, penghargaan diberikan kepada seluruh peneliti dan akademisi terdahulu yang karyanya menjadi landasan teoretis dan metodologis dalam penelitian ini. Karya-karya mengenai tradisi ziarah makam, spiritualitas masyarakat lokal, fenomenologi praktik keagamaan, serta aspek hukum dan budaya dari kegiatan ziarah telah memberikan kontribusi signifikan bagi pendalaman analisis penelitian ini.

Ucapan terima kasih juga diberikan kepada dosen pembimbing, rekan-rekan mahasiswa, dan seluruh pihak yang memberikan arahan, motivasi, serta bantuan teknis selama penyusunan artikel. Tidak lupa, peneliti menghargai dukungan keluarga dan semua pihak yang membantu secara langsung maupun tidak langsung. Semoga seluruh bentuk bantuan, tenaga, dan pengetahuan yang diberikan menjadi amal kebaikan dan memberikan manfaat bagi pengembangan pengetahuan terkait tradisi ziarah dan praktik spiritual masyarakat Indonesia.

References

- Abdillah, M. (2010). *Peran tokoh agama dalam pembinaan masyarakat*. Jakarta: Prenada Media.
- Anton, A., Fitriani, F., Afianti, N. R. N., & Fasyha, N. A. T. (2024). Menumbuhkan jiwa yang tenang dengan memahami makna qada dan qadar serta mengetahui tradisi ziarah dalam Islam. *Jurnal Ilmiah Citra Nusantara*, 1(2).
- Anwar, M. (2014). *Tradisi ziarah dalam perspektif sosial-keagamaan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Asih, Z. K., Sukino, A., & Sukmawati, F. (2025). Spiritualitas Islam sebagai faktor protektif kesehatan mental: Tinjauan interdisipliner dalam perspektif pendidikan agama dan psikologi klinis. *Kartika: Jurnal Studi Keislaman*, 5(2), 895–908.
<https://lptnungenjuk.com/ojs/index.php/kartika/article/view/337>
- Bandura, A. (2018). *Social cognitive theory: An agentic perspective*. John Wiley & Sons.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/book/10.1002/9781394259069>
- Fitroturohmawati, F., Faridah, & Nurhayati, I. (2025). Islam dan tradisi ziarah kubur: Perspektif para peziarah Muslim Jawa. *Sujud: Jurnal Agama, Sosial dan Budaya*, 1(3), 390–395.
<https://ojs.indopublishing.or.id/index.php/sujud/article/view/277>
- Giono, E. (2025). Coping religius sebagai strategi penanggulangan stres dan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir. *JUPERAN: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 04(02), 393–400.

<https://ojs.smkmerahputih.com/index.php/juperan/article/download/885/565>

Ichsan, Y., & Hanafiah, Y. (2020). Mistisisme dan transendensi sosio-kultural Islam di masyarakat pesisir Pantai Parangkusumo Yogyakarta. *Fikri: Jurnal Kajian Agama, Sosial dan Budaya*, 5(1). <https://doi.org/10.25217/jf.v5i1.856>

Khuzaimah, & Hariyanto, S. (2023). Sakralitas agama dalam tradisi ziarah makam masayikh di Yayasan Riyadlotut Thalabah Sedan. *Jurnal Pendidikan Sosiologi Undiksha*, 5(2). <https://id.scribd.com/document/684076581/Artikel-Volume-5-No-2-133-138>

King, P. E., & Boyatzis, C. J. (2015). *Religious and spiritual development in childhood and adolescence*. Dalam E. B. C. J. Boyatzis (Ed.), Religiosity, spirituality, and human development. Wiley.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9780470479193.adlpsy001014>

Latif, M., & Usman, M. I. (2021). Fenomena ziarah makam wali dalam masyarakat Mandar. *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 19(2).

<https://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/khazanah/article/view/4975>

Mahmudah, N. (2020). *Regulasi diri dalam aktivitas spiritual masyarakat*. Pustaka

Maryamah. (2020). Fenomena ziarah masyarakat di Sumatera Selatan: Studi etnografi pada Makam Kiai Muara Ogan. *Kontekstualita: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 35(2).

<https://doi.org/10.30631/35.2.83-90>

Masduki, A. (2015). Ziarah wali di Indonesia dalam perspektif pilgrimage studies. *Religió: Jurnal Studi Agama-Agama*, 5(2). <http://religio.uinsby.ac.id/index.php/religio/article/view/59>

Masnida, M., Asrori, K., & Obianto, A. (2022). Pengaruh aktivitas ziarah kubur terhadap ketenangan jiwa dalam menghafal Al-Qur'an santri tahfidz Asrama Al-Mujahidin Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi. *JKaKa: Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam*, 2(2), 119–133. <https://ejournal.iaida.ac.id/index.php/jkaka/article/download/1632/1036>

Montero-Marín, J., Perez-Yus, M. C., Cebolla, A., Soler, J., Demarzo, M., & García-Campayo, J. (2019). Religiosity and meditation practice: Exploring their explanatory power on psychological adjustment. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 630.

<https://PMC6445895/>

Mukti, M. A. (2022). Fenomena tradisi ziarah makam di Desa Banaran Kandangan Kediri. *Historia Islamica: Journal History and Islamic Civilization*, 1(1), 15.

Mujib, M. M. (2025). *Tradisi ziarah dalam masyarakat Jawa: Kontestasi kesalehan, identitas keagamaan dan komersial*. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Nugraha, M. A., & Hafidzi, A. (2023). Menelaah hukum tentang tradisi berziarah dan berdoa di makam wali-wali masyhur. *Indonesian Journal of Islamic Jurisprudence, Economic and Legal Theory*, 4(1).

<https://ejournal.stiesnu-banyumas.ac.id/index.php/IJIELT/article/view/438>

Rahmat, J. (2012). *Psikologi agama*. Mizan.

Rajasyah, M. A. (2023). Integrasi agama, masyarakat dan budaya: Kajian tentang tradisi haul dan ziarah dalam masyarakat Palembang. *Jurnal Riset Agama*, 3(1).

<https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jra/article/view/23521>

Rohimi, R. (2022). Historis dan ritualisme tradisi ziarah makam Keleang di Dusun Kelambi, Desa Pandan Indah. *SOCIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 16(2).

<https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/tahiro/article/download/10365/3198>

Rohmawati, A., & Ismail, H. (2020). Ziarah makam Walisongo dalam peningkatan spiritualitas manusia modern. *Sumbula: Jurnal Studi Keagamaan, Sosial dan Budaya*, 5(2).

<https://ejournal.kopertais4.or.id/mataraman/index.php/sumbula/article/view/3901>

Roifah, M. (2023). Mitos dan ritual di balik tradisi ziarah wali: Studi kasus di makam Syaikhona Kholil Bangkalan. *Parafrase*, 23(1), 24–35. <https://doi.org/10.30996/parafrase.v23i1.7909>

Rusidi, M., Istiqomah, D., Yensi, O., & Hadi, L. N. (2025). “Yang sakral” dalam ritual ziarah kubur di makam Kiai Nur Iman Mlangi perspektif Mircea Eliade. *Panangkaran: Jurnal Penelitian Agama dan Masyarakat*, 9(1), 1–20. <https://doi.org/10.14421/panangkaran.v9i1.4294>

Saifuddin, Baidowi, & Jamil. (2022). Phenomenological study of Wali's tomb pilgrimage: Contestation, pragmatism and religious formalism in Indonesia and Malaysia. *Al-Insyiroh: Jurnal Studi Keislaman*, 8(1).

<https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/insyiroh/article/view/6148>

Sari, F. (2020). *Dzikir dan kesehatan mental masyarakat modern*. UINSA Press.

Silva, C., Abrantes, J. L., Reis, M., & Seabra, C. (2023). Exploring memorable sacred tourism experiences and place attachment. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*, 11(5), Article 9. <https://arrow.tudublin.ie/ijrtp/vol11/iss5/9/>

Woodward, M. (2011). *Java, Indonesia, and Islam*. Springer.

<https://link.springer.com/book/10.1007/978-94-007-0056-7>

Zahid, N. A. (2025). Efektivitas wisata religi dalam meningkatkan spiritualitas dan kualitas ibadah jamaah: Studi kasus di Makam K.H. Abdul Malik, Banyumas. *Journal of Da'wah Management and Religious Tourism*, 1(1), 33–42. <https://doi.org/10.24090/jdmrt.v1i1.14235>

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH PALEMBANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus Jakabaring: Jl. Pangeran Ratu No.475 Kel. Lima Ulu Kec. Jakabaring Palembang 30452
WhatsApp: 0812-7903-2017 website: www.psikologi.radenfatah.ac.id



Nomor : B-1931/Un.09/IX/PP.09/10/2025
Lamp : 1 (satu) Eks
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Palembang, 28 Oktober 2025

Kepada Yth.

di
tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Sehubungan dengan proses penguatan dan pembelajaran mahasiswa Psikologi, maka kami mengajukan permohonan izin Penelitian, sebagai tugas Mata Kuliah Psikologi Agama Terhitung waktu penelitian 29 Oktober 2025 s/d selesai. Dengan ini kami mengharapkan bantuan Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin dan waktu yang dibutuhkan Mahasiswa/l tersebut di bawah ini:

No	Nama	NIM	Semester
1	Reza Salsabila Ramadani	24041460246	3
2	M. Hikam	24041460256	3
3	Afriza Anggia Salsa	24041460257	3
4	Andini Fransisca	24041460280	3

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Wassalamu 'alaikumWr.Wb.

Wakil Dekan I



Ema Yudiani

Tembusan:

1. Rektor UIN Raden Fatah Palembang (sebagai laporan);
2. Kaprodi Psikologi Islam Fakultas Psikologi;
3. Arsip.



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.

Token : LDW92WZ8

Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian



YAYASAN MASJID KIAI MUARA OGAN

JL. MASJID KIAI MUARA OGAN RT. 01 RW. 01 KERTAPATI PALEMBANG

Nomor Rekening. 5740 01 043501 535 Bank BRI

Email : masjidkiaimuaraoagankertapati@gmail.com, Contact Person : 0813 3008 8811

No : 04/YMK-KGR/XI/2025 Palembang, 13 November 2025

Lampiran : -

Perihal : **Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian**

Yth. Wakil Dekan I Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang

Ema Yudiani

Di – Palembang

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Salam silaturahmi kami sampaikan, semoga kita senantiasa mendapatkan perlindungan dan maghfiroh serta hidayah Allah Subhanahu Wa Ta'ala dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari.

Menindaklanjuti Surat Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang No. B-1931/Un.09/IX/PP.09/10/2025 tanggal 28 Oktober 2025 Perihal Permohonan Izin Penelitian, dengan ini disampaikan bahwa kami memberikan izin untuk melakukan penelitian dan pengambilan data kepada :

No	Nama	NIM	Semester
1	Reza Salsabila Ramadani	24041460246	3
2	M. Hikam	24041460256	3
3	Afriza Anggia Salsa	24041460257	3
4	Andini Fransisca	24041460280	3

Konfirmasi, Ismail (Juru Kunci) : 0813-3008-8811

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.



Lampiran 3. Verbatim Wawancara

1. Sebenarnya tradisi berdiam diri atau tidur di makam wali itu boleh ga sih dalam pandangan agama Islam?

Informan: "Kalau menurut saya, berdiam diri di makam wali itu sebenarnya ga dianjurkan kalau sampai berlebihan. Soalnya ziarah itu kan tujuannya mengingatkan kita bahwa kita juga bakal kembali ke sini, biar ga sompong. Tapi ya tergantung niat juga. Kalau niatnya baik, buat zikir atau merenung, dan tidak melakukan hal-hal yang dilarang, insyaAllah ga masalah."

2. Apa alasan utama orang memilih berziarah atau berdiam diri di makam wali?

Informan: "Biasanya mereka ke sana buat cari ketenangan. Ada juga yang niatnya ingin dapat berkah atau petunjuk. Tapi kalau dilihat, yang paling banyak itu memang buat mencari ketenangan batin."

3. Apa saja yang dilakukan ketika berdiam diri di makam wali?

Informan: "Biasanya mereka itu hanya duduk dengan tenang di sekitar makam, ada yang sambil berdzikir pelan, baca surat-surat pendek, atau hanya merenung sambil menenangkan pikiran. Sebagian juga berdoa supaya hatinya lebih tenang atau meminta petunjuk dan juga berkah kepada Allah lewat wasilah para wali."

4. Apakah berdiam diri di makam wali bisa dibilang sebagai cara seseorang menenangkan diri saat stres atau punya masalah hidup?

Informan: "Bisa di bilang iya. Banyak yang datang karena lagi stres atau banyak pikiran. Jadi mereka ke situ buat nenangin diri."

5. Bagaimana perasaan yang muncul selama berdiam diri di makam atau masjid sekitar makam?

Informan: "Mereka yg berdiam diri di makam ini biasa nya akan menjadi lebih tenang, karena suasana yg sunyi jadi pikiran lebih adem."

6. Setelah melakukan kegiatan itu, apakah benar mereka merasa lebih tenang dalam menghadapi stres, kecemasan, atau kebingungan hidup, serta merasa lebih dekat dengan Tuhan?

Informan: "Iya, rata-rata bilang begitu. Mereka merasa lebih tenang, lebih dekat sama Tuhan, dan lebih bisa memaknai hidup setelah pulang dari makam."

7. Apakah suasana religius di sekitar makam memengaruhi ketenangan batin?

Informan: "bisa di bilang berpengaruh. Apalagi kalau ada zikir, doa bersama, atau suasana yang hening. Itu semua bikin hati lebih nyaman dan lebih fokus."

8. Kegiatan ini biasanya dilakukan oleh kalangan mana? Dan didominasi laki-laki atau perempuan?

Informan: "Kegiatan ini dilakukan oleh berbagai kalangan. Ada remaja, dewasa, sampai lansia. Untuk laki-laki dan perempuan juga seimbang, ga ada yang lebih dominan."

9. Gimana cara tokoh agama menjelaskan ke masyarakat supaya tradisi ini tetap sesuai ajaran Islam?

Informan: "Tokoh agama biasanya ngasih arahan supaya ziarah itu dilakukan sesuai syariat. Mereka ingetin jangan sampai minta ke wali, jangan berlebihan. Fokusnya tetap doa dan zikir kepada Allah, jangan sampai niatnya bergeser."

10. Sejauh mana keyakinan terhadap keberkahan atau wasilah dari wali berperan dalam memumbuhkan ketenangan?

Informan: "Perannya lumayan besar. Banyak yang merasa lebih yakin dan tenteram karena percaya wali itu orang yang dekat dengan Allah. Walaupun tetap tujuan akhirnya ke Allah, tapi keberadaan makam wali itu sendiri bikin mereka lebih mantap."

11. Kegiatan ini lebih dipengaruhi oleh dorongan spiritualitas atau sugesti tempat yang sakral?

Informan: "Dua-duanya. Ada dorongan spiritual dari doa dan zikirnya, tapi suasana tempat yang sakral juga bikin tenang. Jadi memang saling menguatkan."

12. Apakah yang mengikuti kegiatan ini hanya orang tua saja atau juga ada anak muda yang ikut melakukannya?

Informan: "Engga hanya orang tua aja. Sekarang banyak juga anak muda yang ikut berkunjung serta mendoakan di makam wali. Jadi bukan cuma kalangan lansia, tapi semua usia ada yang melakukannya."

Lampiran 4. Dokumentasi Wawancara

Sebelum



Sesudah

