BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Angka kejadian stroke meningkat dengan tajam di Indonesia. Jumlah penderita stroke dalam waktu 5 tahun terakhir ini mengalami peningkatan. Saat ini Indonesia merupakan negara dengan jumlah penderita stroke terbesar di Asia. Kemenkes mencatat bahwa hampir seluruh rumah sakit di Indonesia penyebab kematian utama adalah stroke sekitar 15, 4%. Berdasarkan hasil Riset kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyebutkan bahwa penyakit tidak menular di Indonesia meningkat dibandingkan pada tahun 2013, yaitu di antaranya adalah pengidap stroke dari 7% naik menjadi 10,9%. Karena itulah masalah stroke menjadi salah satu perhatian utama masyarakat Indonesia[1]. Serangan stroke di masyarakat sering dianggap bencana karena umumnya menimbulkan kegagalan fungsi seperti lumpuh dan sulit berkomunikasi[2]. Pasien yang sudah didiagnosis dokter menderita penyakit stroke akan mengalami kecemasan, ketakutan, kesedihan bahkan putus asa

[1] Syahrul Munir, "Riskesdas 2018 Pengidap Stroke Meningkat", Available [online]: https://www.validnews.id/Riskesdas-2018--Pengidap-Stroke-Meningkat---AVF, diunduh tanggal 10 November 2022, pukul 14.15.

[2] Tutik, Haryati, dkk, *Pengaruh Manajemen Stress Terhadap Kesiapan Pasien Stroke dan Keluarga dalam Merencanakan Perilaku Adaptif Pasca Perawatan di Rumah Sakit*, (Jakarta, Jurnal Keperawatan Indonesia, 2003), h. 13

dalam menghadapi penyakit yang dideritanya[3]. Stroke terjadi dipicu oleh beberapa faktor resiko, makin banyak faktor resiko yang dimiliki oleh penderita, maka makin tinggi pula kemungkinan terjadinya stroke[4]. Hal ini bisa berdampak pada kehidupan biologi, psikologi, sosial, ekonomi, dan spiritual.

Terjadinya serangan stroke berulang pada penderita stroke umumnya dipicu dari psikologis pasien yang merasa menyerah terhadap penyakit dan kondisi tubuhnya yang mengalami kecacatan atau kelumpuhan jangka panjang pasca stroke, sehingga penderita tidak dapat melakukan aktivitas dan berperan seperti sebelumnya. Rendahnya motivasi dan harapan sembuh penderita serta kurangnya dukungan keluarga sangat berpotensi menimbulkan beban dan berujung pada stress[5].

Selain memiliki problem fisik dan psikologis pasien stroke juga memiliki problem psikospiritual. Problem spiritual yang dialami pasien stroke sesungguhnya sama pentingnya dengan problem fisik. Kesadaran ini yang perlu dibangun pada diri pasien dan keluarga. Problem spiritual yang sering ditemui antara lain meninggalkan kewajiban shalat lima waktu dengan alasan kepayahan dengan keluhan yang ada, repot dengan kondisi infuse atau terapi medis lainnya yang membuat gerakan pasien terbatas, dan ketidaktahuan pasien tentang tata cara salat saat sakit.

---

[3] Patricia Potter, dkk, *Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik, Alih bahasa Yasmin Asih, dkk*, (Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2005), h. 567

[4] Adientya, Gabriella, "Stress Pada Kejadian Stroke", *Jurnal Nursing Studies Semarang: Universitas Diponegoro*, Vol. 1, 2012, h. 184.

[5] Handayani, Fitria, Stress Pada Kejadian Stroke," *Jurnal Nursing Studies Semarang : Universitas Diponegoro*", Vol. 1, 2012, h. 184

Problem spiritual yang lain seperti kurangnya penerimaan diri terhadap sakit yang diderita bahkan sampai menyalahkan Allah[6].

Uraian di atas menunjukkan bahwa pasien stroke memiliki problem yang kompleks (bio-psiko-sosio-spiritual). Mereka tidak hanya butuh perawatan medis, tetapi mereka juga membutuhkan pengobatan dalam bentuk psikospiritual yaitu layanan bimbingan rohani. Layanan ini berfungsi untuk membangkitkan kembali kekuatan spiritual pada diri pasien. Dan diantara bentuk psikospiritual tersebut adalah pengobatan rohani dengan metode sufistik atau pengobatan dengan metode sufi.

Kecanggihan dunia medis sekarang ini tampaknya mulai diiringi oleh perkembangan berbagai pengobatan alternatif yang menjamur di mana-mana. Harus diakui bahwa kehadiran pengobatan-pengobatan alternatif ini tidak dapat dinafikan peranannya dalam berpartisipasi menyehatkan masyarakat. Hal ini merupakan sebuah fenomena yang menunjukkan bahwa penyakit yang diderita manusia tidak selamanya dapat disembuhkan dengan obat medis atau kecanggihan perangkat medis semata[7]. Ketika penyakit jasmani disembuhkan maka yang tampak adalah kesehatan secara fisik. Akan tetapi, jika penyakit psikis disembuhkan yang tampak adalah perilaku-perilaku mental hidup yang sehat.

---

[6] Hidayanti, Ema, *Representasi Nilai-nilai Islam dalam Pelayanan Kesehatan: Study Terhadap Husnul Khatimah Care (Hucare) bagi Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta*, (Semarang: LP2M UIN Walisongo, 2015), h. 78-80

[7] M. Solihin, *Penyembuhan Penyakit kejiwaan Perspektif Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2004), h. 9.

Di sinilah kemudian tasawuf memberikan jawaban untuk menemukan totalitas jasmani dan rohani dalam diri manusia. Kaum sufi umumnya memandang bahwa dunia spiritual dapat berimplikasi bagi dunia material. Dengan itu mereka memperkenalkan pengobatan secara sufistik atau psikoterapi sufistik. Terapi sufistik ini yang dimaksudkan adalah pengobatan yang bernuansa islami dengan sasaran untuk mewujudkan manusia yang berjiwa sehat. Pendekatannya dapat dilakukan melalui bimbingan penyuluhan, pendekatan tobat, pendekatan dzikir, dan sebagainya[8]. Pengobatan spiritual atau terapi sufistik menjadi penting di era modern sekarang ini. Bahkan beberapa ahli kedokteran jiwa meyakini bahwa penyembuhan penyakit pasien atau klien dapat dilakukan cepat jika menggunakan metode-metode yang berdasarkan spiritual keagamaan, yaitu dengan membangkitkan potensi keimanan kepada Tuhan, lalu menggerakkannya ke arah pencerahan batinnya atau pencerahan spiritual yang pada hakikatnya menimbulkan kepercayaan diri bahwa Tuhan Yang Maha Esa adalah satu-satunya kekuatan penyembuhan penyakit yang diderita[9]. Tasawuf di sini sebagai salah satu alternatif pengobatan terhadap jiwa-jiwa yang sakit serta kering dari nilai nilai spiritual.

Penyembuhan sufistik merupakan salah satu solusi alternatif di kalangan masyarakat modern yang tampaknya telah mengalami titik jenuh dengan berbagai pola orientasi material. Sebagian mereka mulai melirik dunia spiritual dalam bermacam-

[8] M. Solihin, *Penyembuhan Penyakit kejiwaan*…, h. 12.

[9]Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2010), h. 5.

macam lini kehidupan, termasuk dunia kesehatan. Setelah sistem pengobatan medis dalam arti pengobatan dengan alat-alat canggih dan bahan-bahan kimia berkembang sedemikian rupa, namun pada kenyataannya tidak mampu menyelesaikan secara utuh persoalan-persoalan penyakit yang banyak diderita, maka orang kemudian beralih ke pengobatan yang bersifat alternatif spiritualistik. Kecenderungan ini terus berkembang mengikuti cara sufistik.

Terapi tasawuf atau sering juga disebut dengan penyembuhan sufistik adalah penyembuhan cara Islami yang dipraktekkan para sufi berdasarkan prinsip dasar penyembuhan bahwa kesembuhan hanya datang dari Allah Zat Yang Maha Penyembuh, sedangkan para sufi berfungsi sebagai terapis yang hanya bertindak sebagai perantara.

Terapi adalah upaya pengobatan yang ditujukan untuk penyembuhan kondisi psikologis[10]. Terapi dalam bahasa Inggris bermakna pengobatan dan penyembuhan, sedangkan dalam bahasa Arab, kata ini sepadan dengan ستشفاء اال yang berasal شفاء – يشفى – شفى yang mempunyai makna penyembuhan, seperti terdapat dalam firman Allah swt. yang memuat kata "*syifa*": dalam QS. Yunus ayat 10, yang artinya:

> *Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-*

[10] J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999), h. 507.

penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman[11].

Ayat ini menegaskan bahwa al-Qur'an adalah obat bagi apa yang terdapat dalam dada. Penyebutan kata dada yang diartikan dengan hati, menunjukkan bahwa wahyu–wahyu Ilahi itu berfungsi menyembuhkan penyakit-penyakit ruhani. Memang oleh al-Qur'an hati ditunjuknya sebagai wadah yang menampung rasa cinta dan benci, berkehendak dan menolak, bahkan hati dinilai sebagai alat untuk mengetahui. Hati juga mampu melahirkan ketenangan dan kegelisahan serta menampung sifat-sifat baik dan terpuji. Thahir Ibnu Asyur mengemukakan bahwa ayat itu memberi perumpamaan tentang jiwa manusia dalam kaitannya dengan kehadiran al-Qur'an sebagai rahmat. Orang yang sakit adalah yang tidak stabil kondisinya, timpang keadaannya lagi lemah tubuhnya[12].

Ayat di atas menunjukkan bahwa agama itu sendiri berisikan aspek terapi bagi gangguan jiwa. Namun bagaimanakah pelaksanaan dari proses terapi tersebut haruslah dilihat dari ajaran-ajaran Islam itu sendiri. Kebenaran al-Qur'an dipaparkan bahkan dibentangkan dihadapan semua manusia. Ayat ini menyampaikan fungsi wahyu: Hai seluruh manusia, dimana dan kapanpun sepanjang masa, sadarilah bahwa sesungguhnya telah datang kepada kamu semua pengajaran yang sangat agung dan bermanfaat dari Tuhan Pemeliharaan dan Pembimbing yaitu al-

[11] Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (DKU print, 2015), h. 215.

[12] Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 103

Quran al-Karim dan obat yang sangat ampuh bagi penyakit-penyakit kejiwaan yang terdapat dalam dada yakni hati manusia dan petunjuk yang sangat jelas menuju kebenaran dan kebajikan serta rahmat yang amat besar lagi melimpah bagi orang-orang mukmin.

Ketika menafsirkan QS. Yunus surat ke-10 ayat 57, Quraish Shihab mengemukakan bahwa sementara ulama memahami bahwa-ayat-ayat al-Quran dapat juga menyembuhkan penyakit-penyakit jasmani. Mereka merujuk kepada sekian riwayat yang diperselisihkan nilai dan maknanya, antara lain riwayat oleh Ibn Mardawaih melalui sahabat Nabi saw. bersabda: "Hendaklah engkau membaca al-Qur'an." Riwayat dengan makna serupa dikemukakan juga oleh al-Baihaqi melalui Wai'lah Ibn al-Ashqa'. Sufi besar al-Hasan al-Bashri sebagaimana dikutip oleh Muhammad Sayyid Thanthawi dan berdasarkan riwayat Abu asy Syeikh berkata: "Allah swt. menjadikan al-Qur'an sebagai obat terhadap penyakit-penyakit hati dan tidak menjadikannya untuk penyakit jasmani[13].

Tanpa mengurangi penghormatan terhadap al-Qur'an dan hadist-hadist Nabi saw, agaknya riwayat ini bila benar, maka yang dimaksud bukanlah penyakit jasmani, tetapi ia adalah penyakit ruhani / jiwa yang berdampak pada jasmani yang disebut psikosomatik. Memang tidak jarang seseorang merasa sesak nafas atau dada bagaikan tertekan karena adanya ketidakseimbangan ruhani.

[13] Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. 7., h. 532.

Thabathaba‟i memahami fungsi al-Qur'an sebagai obat dalam arti menghilangkan dengan bukti-bukti yang dipaparkannya aneka keraguan/syubhat serta dalih yang boleh jadi hinggap dihati sementara orang. Hanya saja ulama menggaris bawahi bahwa penyakit-penyakit tersebut berbeda dengan kemunafikan atau kekufuran. Penyakit-penyakit kejiwaan adalah keraguan dan kebimbangan batin yang dapat hinggap di hati orang-orang beriman. Mereka tidak wajar dinamai munafik apalagi kafir, tetapi tingkat keimanan mereka masih rendah.

Tidak diragukan lagi bahwa nilai-nilai ruhani memiliki peranan besar dalam menerapi jiwa. Kata *syifa'* biasa diartikan kesembuhan atau obat, dan digunakan juga dalam arti keterbatasan dari kekurangan, atau ketiadaan aral dalam memperoleh manfaat[14].

Juga kata-kata "*Syifa'*" atau "*Istisyfa*" mengandung beberapa makna seperti: *Ahsana*, artinya mengadakan perbaikan, *Ashlaha*, artinya melakukan perbaikan, *Zakkaa*, artinya mensucikan, membersihkan dan memperbaiki, *Thahhara*, artinya mensucikan dan membersihkan. *Akhraja*, artinya mengeluarkan, mengusir, membuang atau meniadakan. *Syaraha*, artinya menjelaskan, membuka, meluaskan dan melapangkan. *Wadha'a'an*, artinya hilangkan, cabutkan dan menurunkan. *Ghafara*, artinya menutupi, mengampuni, memperbaiki. *Kaffara*, artinya menyelubungi, menutupi, mengampuni dan

[14] Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. 7., h. 533.

menghapuskan, *Naza'a*, artinya mencabut, memecat, melepaskan dan menjauhkan[15].

Setelah dimengerti maksud dari kata hati atau dada ini, dapatlah di fahami bahwa tujuan al-Quran yang kedua, yakni bahwa al-Qur'an mengandung satu obat bagi apa yang ada dalam dada sebab penyakit hati kalau tidak segera diobati akan menjadi peyakit rohani dan jasmani, tubuh halus dan tubuh kasar. Sakit hati memengaruhi sehingga badan menjadi sakit, jiwa sakit berlarut-larut sehingga segalanya sakit, maka dalam ayat ini, Tuhan bersabda: bahwa unsur kedua dari al-Qur‟an, selain berisi pengajaran adalah berisi suatu obat bagi yang dalam dada[16].

Oleh karena itu, terapi sufistik adalah pengobatan dan penyembuhan terhadap penyakit fisik, mental, atau kejiwaan, rohani atau spiritual dengan kerangka pemikiran tasawuf[17]. Terapi sufistik menyajikan sebuah gambaran yang berbeda tentang manusia dan kehidupannya. Berdasarkan pada visi yang sangat luas mengenai siapa dan apa manusia yang tidak terbatas pada sesuatu yang tampak saja dalam diri manusia, tetapi mencakup yang lebih luhur, lebih lembut dan tingkat-tingkat yang lebih kasat mata melampaui dunia fisik.

Terapi sufistik (*ath-thibb ash-shufi*) bukan sekedar teori, tetapi juga bersifat praktis. Para sufi telah membuat rumusan tata cara menerapi penyakit jiwa bagi para pasien mereka, yaitu

[15] Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. 7, h. 533.

[16] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), h. 231-236

[17] Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, (Yogyakarta: AswajaPressindo, 2010), h. 5.

dengan cara menjelaskan kepada para pasien tersebut jalan menuju kesempurnaan jiwa dengan membangkitkan ruh keimanan dalam jiwa lemah, mengajak mereka untuk membersihkan hati/niat, memperkuat tekad, menyerahkan segala urusan kepada Allah swt. dan taqwa kepada-Nya, dan dianjurkan mereka untuk memenuhi jiwa dengan kejujuran, hati dengan ikhlasan, dan perut dengan barang-barang yang halal. Kemudian mengajak mereka untuk menerapi jiwa-jiwa yang resah melalui dzikir yang benar, yang dapat menentramkan jiwa yang lemah dan depresi[18]. Maka dari uraian di atas, penulis termotivasi untuk menulis thesis tentang bagaimana bentuk pengobatan penyakit stroke dalam ajaran tasawuf dengan mengambil judul, "Peranan Ajaran Tasawuf sebagai Psikoterapy Dalam Penangan Pasien Stroke Di Rumah Sakit Otak DR. Drs. M Hatta Bukittinggi".

B. Batasan Masalah

Adapun batasan masalah yang akan dicapai pada penelitian "Peranan Ajaran Tasawuf Sebagai Psikoterapy Dalam Penyembuhan Pasien Stroke" yaitu:

a. Bentuk ajaran tasawuf yang digunakan dalam psikoterapi.
b. Cara atau metode tasawuf psikoterapy dalam mengobati pasien stroke
c. Dampak dari metode tasawuf psikoterapy untuk kesembuhan pasien stroke

[18] Amir An-Najar, *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern*, terj. Ija Suntana (Jakarta: Mizan Publika, 2004), h. 180.

C. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah adalah:

a. Apa saja bentuk terapi ajaran tasawuf yang digunakan dalam pengobatan stroke di RS. Otak Drs. M. Hatta Bukittinggi?
b. Bagaimana cara atau metode sufistik dalam mengobati pasien stroke di RS. Otak Drs. M. Hatta Bukittinggi?
c. Apa saja dampak dari metode sufistik untuk kesembuhan pasien stroke di RS. Otak Drs. M. Hatta Bukittinggi?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini, adalah:

a. Untuk mengetahui apa saja bentuk tasawuf psikoterapi yang bisa digunakan dalam pengobatan stroke.
b. Untuk mengetahui bagaimana cara atau metode tasawuf psikoterapi dalam mengobati pasien stroke
c. Untuk mengetahui apa saja dampak dari tasawuf psikoterapi pada kesembuhan pasien stroke

E. Kegunaan Penelitian

Adapun hasil penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan teoritis dan kegunaan praktis, yakni:

1. Kegunaan Teoritis
   a. Diharapkan bisa menambah wawasan dan keilmuan terutama dalam bidang tasawuf sendiri sehingga tasawuf tidak hanya dipahami sebagai aktivitas spiritual semata tetapi jauh dari itu tasawuf juga diharapkan mampu

memberikan pengaruh besar dalam dunia kesehatan terutama dalam pengobatan stroke.

b. Dapat dijadikan sebagai bahan referensi yang bisa digunakan untuk penelitian, pengembangan serta pengobatan stroke dengan metode non medis.

c. Sebagai salah satu persyaratan untuk meraih gelar MagisterAqidah dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Bukittinggi.

2. Kegunaan Praktis

a. Sebagai tugas akhir untuk menyelesaikan perkuliahan pada program Magister Aqidah dan Filsafat Islam (AFI), Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Universitas Islam Negeri (UIN) Bukittinggi.

b. Sebagai tambahan literatur sekaligus sumbangan pemikiran dan memperkaya khazanah intelektual Islam dalam bidang tasawuf pada perpustakaan Universitas Islam Negeri (UIN) Bukittinggi.

F. Penjelasan Judul

Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami istilah yang terdapat dalam judul tesis ini, maka untuk itu penulis merasa perlu untuk menjelaskan berbagai istilah dan maksud dari kata-kata yang terdapat pada judul, yaitu sebagai berikut:

Tasawuf : Ilmu yang membahas masalah pendekatan diri manusia kepada Tuhan melalui pencucian ruhnya dengan melakukan berbagai amalan-amalan yang

istiqomah, sehingga tujuan akhir dari tasawuf adalah ma‟rifat kepada Allah (ma‟rifatullah) dengan sebenarbenarnya sehingga dapat tersingkap tabir atau hijab seorang hamba kepada Tuhannya[19].

Psikoterapy: Cara pengobatan dengan mempergunakan pengaruh (kekuatan batin) dokter atas jiwa (rohani) penderita, dengan cara tidak mempergunakan obat-obatan, tetapi dengan metode sugesti, nasihat, hiburan, hipnosis, dan sebagainya[20]. Penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penyesuaian diri setiap hari[21].

Stroke : Kondisi yang terjadi ketika sebahagian sel-sel otak mengalami kematian akibat gangguan aliran darah karena sumbatan atau pecahnya pembuluh darah di otak. Aliran darah yang berhenti membuat suplai oksigen dan zat makanan ke otak juga berhenti, sehingga sebahagian otak tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya.[22]

G. Sistematika Penulisan

[19] Syamsun Ni‟am, Tasawuf Studies (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm 78-79

[20] Setiawan, Ebta. "Arti kata psikoterapi - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online". *kbbi.web.id*. Diakses tanggal 2023-03-03

[21] Chaplin, Kamus Lengkap Psikologi, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 1999), hlm. 406.

[22] Agromedia R, Solusi Sehat Mengatasi Stroke (Jakarta: PT Agromedia Pustaka, 2009), hlm

Dalam penulisan tesis ini penulis akan menggunakan sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab 1 berisi tentang Pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, penjelasan judul dan sistematika penulisan.

Bab 2 berisikan tentang Landasan teori merupakan kerangka teori yang pas dan mapan guna untuk mendukung penemuan penelitiannya yang berasal dari teori-teori yang berkembang dan disiplin ilmu yang di kaji serta dijadikan sebagai patokan dan pedoman.

Sedangkan Bab 3 memuat tentang metodologi penelitian yaitu pendekatan yang digunakan atau cara ilmiah dalam mencari serta mendapatkan data penelitian.

Adapun Bab 4 merupakan hasil penelitian yaitu apa saja bentuk ajaran tasawuf psikoterapi yang bisa digunakan dalam pengobatan stroke, kemudian juga berisi tentang cara atau metode tasawuf psikoterapi dalam mengobati pasien stroke dan pengaruh dari tasawuf psikoterapi pada kesembuhan pasien stroke

Dan Bab 5 merupakan bab penutup yang didalamnya terdapat sebuah kesimpulan dan saran.

BAB II
LANDASAN TEORI

A. Konsep Dan Ajaran Kunci Tasawuf

1. Pengertian Tasawuf

Sebutan atau istilah tasawuf atau sufi tidak pernah dikenal pada masa Nabi saw begitu juga pada masa khulafaur rasyidin ra., karena pada masa itu, para pengikut Nabi saw. dikenal dengan sebutan shahabat dan panggilan ini adalah yang panggilan yang paling berharga pada saat itu. Kemudian pada masa berikutnya yaitu pada masa shahabat, orang-orang muslim yang tidak berjumpa dengan nabi disebut dengan *tabi'in* begitu juga seterusnya di sebut dengan *tabi' tabi'in*.

Istilah tasawuf atau sufi sendiri baru dipakai pada masa pertengahan yaitu sekitar abad ke III hijriyah oleh Abu Hasyim al-Kufy dengan meletakkan ash-shufi di belakang namanya, sebagaimana dikata kan oleh Nicholson bahwa Abu Hasyim al-Kufy telah ada ahli yang mendahuluinya dalam zuhud, wara, tawakkal, dan dalam mahabbah, akan tetapi dia adalah yang pertama kali diberi nama ash-shufi.

Secara etimologis, Tasawuf banyak diartikan oleh para ahli, sebagian menyatakan bahwa kata tasawuf berasal dari kata *shuffah* yang berarti serambi masjid nabawi yang didiami oleh sebagian sahabat anshar, ada pula yang mengatakan berasal dari kata *shaf* yang berarti barisan, *shafa* yang berarti bersih atau jernih dan *shufanah* yakni nama kayu yang bertahan di padang pasir[23].

Untuk mendasari masing-masing pendapat tersebut, di bawah ini akan dikemukakan dasar-dasar dan alasan-alasan yang memperkuat pendapat tersebut.

Dasar tasawuf berasal dari "shuf" ialah bahwa *"Anas meriwayatkan bahwa Rasulullah saw. mendatangi undangan hamba sahaya, naik himar dan memakai pakaian bulu domba"*. Hasan Bashri berkata: *"Aku telah bertemu tujuh puluh pasukan Badar yang mengenakan pakaian bulu domba".*

Sebagai dasar tasawuf berasal dari kata "*shaf*" ialah karena ahli tasawuf itu berada pada barisan (*shaf*) pertama di sisi Allah swt. Hal tersebut telah menjadi cita-cita yang tinggi dan kesungguhan mereka dalam menghadap Allah dengan sepenuh hati .

Sebagai dasar tasawuf berasal dari "*Shuffah"* adalah hadis Mauquf dari Abu Hurairah yang berbunyi sebagai berikut, "*Sungguh aku telah melihat Ahl Shuffah sama menjalankan shalat dengan memakai satu pakaian yang sempit, sebagian ada yang tidak mencapai dua lututnya, maka apabila dia ruku"*,

[23] Amin syukur, *menggugat tasawuf:sufisme dan tanggung jawab social abad 21,*Yogyakarta,2002, hal 8

shahabat yang lain memeganginya, karena takut auratnya terlihat".

Bagi yang menyatakan dari kata *"shafa"* yang berarti bersih adalah dikarenakan tasawuf itu berusaha membersihkan jiwa dari sifat-sifat tercela. Kemudian ada pula yang menyatakan berasal dari kata *"shuffah"* karena amaliah ahli tasawuf sama dengan amaliah ahli shuffah tersebut. Dan dikatakan berasal dari *"shufanah"* karena kebanyakan ahli tasawuf itu berbadan kurus kering karena banyak berpuasa dan banyak bangun malam, sehingga badannya menyeru pai pohon tersebut.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa letak perbedaan tersebut adalah berada pada perbedaan tinjauannya, yaitu dari sudut cara pakaian dan hasil serta hubungan antara Khalik dengan makhluk.

Secara terminologispun, tasawuf diartikan secara variatif oleh sejumlah tokoh sufi, diantaranya adalah sebagai berikut[24]:

1. *Bisyri bin Haris* mengatakan bahwa Tasawuf adalah orang yang suci hatinya menghadap Allah SWT.
2. *Sahl at-Tustari* : orang yang bersih dari kekeruhan, penuh dengan renungan, putus hubungan dengan manusia dalam menghadap Allah, baginya tiada beda antara harga emas dan pasir.
3. *Al-Junaid al-Baghdadi* (Wafat 298 H): membersihkan hati dari sifat yang menyamai binatang, menekan sifat *basyariah* (kemanusiaan), menjauhi hawa nafsu, berpegang pada ilmu kebenaran dan mengikuti syari'at

[24] Permadi, *Pengantar Ilmu Tasawuf* , Jakarta,2004, hal.28

Rasulullah Saw.

4. *Abu Qasim Abdul Karim al-Qusyairi:* menjabarkan ajaran-ajaram Al-Qur'an dan Sunnah, berjuang mengendalikan nafsu, menjauhi perbuatan bid'ah, mengendalikan syahwat dan menghindari sifat meringankan terhadap ibadah.
5. *Abu Yazid al-Bustami:* melepaskan diri dari perbuatan tercela, menghiasi diri dengan akhlak yang terpuji dan mendekatkan diri kepada Allah.
6. *Ma'ruf al-Karkhi* (Wafat 200 H): mengambil hakikat dan Tamak dari apa yang ada dalam genggaman tangan makhluk.

Apabila kita memperhatikan dari beberapa pengertian diatas, pengertian tasawuf tampaknya memiliki makna yang bervariasi, hal ini dikarenakan perilaku dan status spiritual (*Maqam*) yang berbeda dan dominan dalam diri mereka, seperti tawakkal, cinta kasih dan rambu-rambu spiritual yang menjadi pengantar ke hadirat Tuhan semesta alam[25].

Definisi tasawuf bisa disarikan dalam karakteristik Sufi yang disebutkan oleh al-Thusi (w. 378 H) di dalam kitabnya yang monumental al-Luma'. Beliau mengatakan bahwa sufi adalah orang alim yang mengenal Allah dan hukum-hukum Allah, mengamalkan apa yang diajarkan, menghayati apa yang diperintahkan, merasakan apa yang mereka hayati dan melebur

[25] Moenir Nahrowi Tohir, *menjelajahi eksistensi tasawuf : Meniti Jalan Menuju Tuhan,*Jakarta,2012, hal 3

dengan yang mereka rasakan[26].

Dari paparan al-Thusi diatas, dapat dirumuskan bahwa Tasawuf memuat dan mengandung setidaknya lima unsur, yaitu *Ilmu* (Pengetahuan), *Amal* (Pelaksanaan), *Tahaqquq* (Penghayatan), *Wajd* (Perasaan) dan *Fana'* (Peleburan)[27].

Untuk mencapai tujuan tasawuf seseorang harus melaksanakan berbagai kegiatan (al-Mujahadah dan al-Riyadhah), tidak dibenarkan memisahkan amaliah kerohanian dengan syari'at agama Islam. Dalam kaitan ini Abu Yazid al-Busthami memperingatkan bahwa "*Apabila kamu sekalian melihat seseorang diberi karamah, sehingga dia mampu terbang di angkasa, maka jangan sekali-kali kamu kagum dengannya, sehingga kamu melihat bagaimana keadaannya dalam menjalankan perintah dan meninggalkan larangan, serta bagaimana ia menjaga ketentuan-ketentuan yang ada."*

Apabila dalam pengertian kedua (dari sisi al-Mujahadah), tasawuf mempunyai pengertian berjuang, menundukkan hawa nafsu keinginan, maka dengan demikian dapat diungkapkan secara sederhana, bahwa tasawuf itu ialah suatu sistem latihan dengan penuh kesungguhan (*riyadhah-mujahadah*) untuk membersihkan, mem pertinggi dan memperdalam kerohanian dalam rangka mende katkan (*taqarrub*) kepada Allah, sehingga dengan itu, maka segala konsentrasi seseorang hanya tertuju kepada-Nya. Oleh karena itu, maka al-Shuhrawardi mengatakan, bahwa semua tindakan (*al ahwal*) yang mulia adaiah tasawuf.

[26] Ibid, Hal 4.
[27] Ibid

Dalam pengertian seperti itu, maka dapat dikatakan, bahwa tasawuf adalah bagian ajaran Islam, dikarenakan ia membina akhlak manusia (sebagaimana Islam juga diturunkan dalam rangka membina akhlak umat manusia) di atas bumi ini, agar tercapai kebahagiaan dan kesempurnaan hidup lahir dan batin, dunia dan akhirat. Oleh karena itu, siapapun boleh menyandang predikat mutasawwif sepanjang berbudi pekerti tinggi, sanggup menderita lapar dan dahaga, bila memperoleh rizki tidak lekat di dalam hatinya, dan begitu seterusnya yang pada pokoknya bersifat dengan sifat-sifat mulia, dan terhindar dari sifat-sifat tercela. Hal inilah yang dikehendaki dalam tasawuf yang sebenarnya.[28]

2. Historisitas Tasawuf

Benih ilmu tasawuf bermula pada masa khalifah ketiga, yakni ketika terjadi peristiwa tragis dalam pembunuhan Utsman Ibn Affan ra, hal ini berimplikasi terjadinya kekacauan dan kerusakan terhadap sebagian kaum muslimin, sehingga para sahabat dan pemuka agama Islam berfikir untuk membangkitkan kembali ajaran Islam dengan berikhtiar kembali ke masjid (I'tikaf) dan mendengarkan kisah mengenai *targhib* dan *tarhib*, mengenai keindahan hidup zuhud[29].

Dalam sejarah perkembangannya, terdapat masa atau tahapan yang terjadi terhadap ilmu Tasawuf, beberapa masa tersebut adalah masa pembentukan, pengembangan, konsolidasi,

---

[28] Drs. Emroni, *Historisitas dan Normativitas Tasawuf dan Tareqat,*(Banjarmasin: Comdes Kalimantan, 2014), h. 1-8

[29] Amin syukur, *menggugat tasawuf:sufisme dan tanggung jawab social abad 21,*Yogyakarta,2002, hal 18

falsafi dan masa pemurnian[30]. Berikut ini adalah penjelasan tiap-tiap perkembangan ilmu Tasawuf:

a. Masa Pembentukan

Masa ini terjadi dalam abad I dan II hijriah, Hasan Basri dan Rabiah Adawiyah muncul dengan ajaran *khauf* dan cinta, yakni mempertebal takut atau taqwa kepada Tuhan, penyucian hubungan manusia dengan tuhan, selain itu muncul gerakan pembaharuan hidup kerohanian dikalangan kaum muslimin.

Dalam ajaran-ajaran yang dikemukakan, dianjurkan mengurangi makan (*Ju'*), menjauh dari keramaian duniawi (*Zuhud*), mencela dunia (*Dzammu al dunya*)[31].

Selanjutnya pada abad II Hijriah, tasawuf tidak banyak berbeda dengan sebelumnya, meskipun penyebabnya berbeda. Penyebab pada abad ini terjadi karena *formalism* dalam melakukan *syariat* agama (lebih bercorak fiqh) yang menyebabkan sebagian orang tidak puas dengan kehidupannya. Sehingga sebagian orang lari kepada istilah-istilah yang pelik mengenai kebersihan jiwa (*thaharatun nafs*), kemurnian hati (*naqyu al-qalb*), hidup ikhlas, menolak pemberian orang, bekerja mandiri dan berdiam diri.

Abu al-Wafa menyimpulkan, bahwa zuhud Islam pada abad I dan II hijriyah mempunyai karakter sebagai berikut[32]:

1) Menjauhkan diri dari dunia menuju ke akhirat yang berakar pada nas agama yang dilatarbelakangi oleh

[30] Amin Syukur & Masyharuddin, *Intelektualisme Tasawuf,* Yogyakarta,2002. Hal 17.

[31] Ibid, Hal 19.

[32] *Ibid.*, Hal. 20

sosiopolitik yang bertujuan meningkatkan moral.

2) Bersifat praktis, para pendirinya tidak menaruh perhatian untuk menyusun prinsip-prinsip teoritis atas kezuhudannya itu. Sedangkan sarana praktisnya adalah hidup dalam ketenangan dan kesederhanaan secara penuh, sedikit makan maupun minum, banyak beribadah dan mengingat Allah SWT. dan berlebih-lebihan dalam merasa berdosa, tunduk mutlak kepada kehendak-Nya, dan berserah diri kepada-Nya. Tasawuf pada masa ini mengarah pada tujuan moral.

3) Motif zuhudnya ialah rasa takut, yaitu rasa yang muncul dari landasan amal keagamaan secara sungguh-sungguh. Sementara pada akhir abad II Hijriyah, di tangan Rabi'ah al-Adawiyah muncul motif rasa cinta, yang bebas dari rasa takut terhadap adhab-Nya maupun harapan terhadap pahala-Nya. Hal ini dicerminkan lewat penyucian diri, dan abstraksi dalam hubungan antara manusia dengan Tuhan.

4) Menjelang akhir abad II Hijriyah, sebagian zahid, khususnya di Khurasan, dan Rabi'ah al-Adawiyah ditandai kedalaman membuat analisa, yang bisa dipandang sebagai fase pendahuluan tasawuf, atau cikal bakal para pendiri tasawuf falsafi abad III dan IV Hijriyah

b. Masa Pengembangan

Pada abad III dan IV, tasawuf sudah bercorak kefana'an (*ekstase*) yang menjurus ke persatuan hamba dengan *Khalik*. Orang sudah ramai membahas tentang lenyap dalam kecintaan (*fana'fi al-Mahbub*), bersatu dengan kecintaan (*ittihad bi al-*

Mahbub), kekal dengan Tuhan (*baqa' bi al-Mahbub*), menyaksikan Tuhan (*musyahadah*), bertemu dengan-Nya (*liqa'*) dan menjadi satu dengan-Nya (*'ain al-jama'*) seperti yang diungkapkan oleh Abu Yazid al-Bushtham (261 H), seorang sufi dari Persia yang pertama kali mempergunakan istilah *fana'* (lebur atau hancurnya perasaan) sehingga dia dianggap sebagai peletak batu pertama dalam aliran ini.

Sesudah Abu Yazid al-Busthami, lahirlah seorang sufi kenamaan, yakni al-Hallaj (w. 309 H) yang menampilkan teori *al-Hulul* (reinkarnasi Tuhan). Al-Thusi dalam *al-Luma'*nya menyatakan bahwa *hulul* adalah[33] :

> *"Allah memilih suatu jisim yang ditempati ma'na rububiyyah dan leburlah daripadanya ma'na basyariyyah".*

Menurut al-Hallaj, manusia mempunyai dua sifat, yakni sifat kemanusiaan (*nasut*) dan sifat ketuhanan (*lahut*). Tuhan menciptakan manusia dalam "copi"-Nya[34]. Landasan pemikirannya didasarkan kepada surat Shad ayat 72, yaitu:

> *"Maka apabila telah Kusempurnakan kejadiannya dan Kutiupkan kepadanya roh (ciptaan)Ku; Maka hendaklah kamu tersungkur dengan bersujud kepadaNya*".

Unsur jasmani dari materi, sedang unsur ruhaninya berasal dari roh Tuhan, percampuran antara roh manusia dengan Tuhan diumpamakan oleh al-Hallaj bagaikan bercampurnya air dengan khamer, jika ada sesuatu yang menyentuh-Nya, maka

[33] *Ibid.*, Hal 22.
[34] *Ibid*.,Hal 23.

menyentuh aku. Namun sejauh itu, dia tidak mengakui adanya peleburan dua hakikat, manusia dan Tuhan, akan tetapi keduanya masih mempunyai jarak[35].

Pada akhir abad ke III orang berlomba-lomba menyatakan dan mempertajam pemikirannya tentang kesatuan penyaksian (*Wahdat al-Syuhud*), kesatuan kejadian (*wahdat al-Wujud*) kesatuan agama-agama (*Wahdat al-Adyan*), berhubungan dengan Tuhan (*ittishal*), keindahan dan kesempurnaan Tuhan (*Jamal dan Kamal*), manusia sempurna (*insan kamil*), yang kesemuanya itu tak mungkin dicapai oleh para sufi kecuali dengan latihan yang teratur (*riyadhah*).

Kemudian muncul Junaidi al-Baghdady meletakkan dasar-dasar ajaran tasawuf dan thariqah, cara mengajar dan belajar ilmu tasawuf, *syekh*, *mursyid*, *murid* dan *murad*, sehingga dia mendapat predikat *Syekh al-Thaifah* (ketua rombongan suci).

Tasawuf pada masa ini, sudah berkembang menjadi madzhab, bahkan seolah sebuah agama yang berdiri sendiri. Pada abad ke III dan IV Hijriah ini terdapat dua aliran tasawuf, yakni tasawuf sunni yang memagari diri dengan Al-Qur'an dan al-Hadits dengan mengaitkan keadaan dan tingkatan rohani pada keduanya Serta tasawuf semi falsafi yang lebih cenderung pada ungkapan ganjil serta bertolak dari keadaan *fana'* terhadap pernyataan penyatuan penyatuan (*ittihad* atau *hulul*).

c. Masa Konsolidasi

Pada abad V Hijriah, diadakan konsolidasi antara kedua aliran pada masa sebelumnya, hal ini ditandai dengan adanya

[35] *Ibid*

kompetisi antar keduanya, yang kemudian dimenangkan tasawuf sunni dan menenggelamkan tasawuf falsafi.

Dengan adanya kompetisi tersebut, pada masa ini tasawuf dinilai mengadakan pembaharuan, yakni periode yang ditandai dengan pemantapan dan pengembalian tasawuf ke dalam landasan al-Qur'an dan al-Hadits. Tokoh-tokoh pada masa ini adalah ialah al-Qusyairi (376-465 H), Al-Harawi (396 H), dan al-Ghazali (450-505 H).

Al-Qusyairi (376-465 H) terkenal sebagai pembela teologi *Ahlussunnah wal Jama'ah,* beliau mampu mengkompromikan antara syariah dan hakikah berlandaskan al-Qur'an dan al-Hadits. Beliau menekankan bahwa kesehatan batin dengan berpegang teguh pada keduanya lebih penting daripada pakaian lahiriah[36].

Al-Harawi (396 H), sikapnya tegas dan tandas terhadap tasawuf, beliau menganggap orang yang suka mengeluarkan *syathahat*, hatinya tidak bisa tenteram atau dengan kata lain, *syathahat* itu muncul dari ketidaktenangan. Sebab apabila ketenangan itu terpaku dalam kalbu mereka, akan membuat seseorang terhindar dari keganjilan ucapan atau pun segala penyebabnya.

Al-Ghazali (450-505 H), memilih Tasawuf Sunni berdasarkan doktrin *Ahlussunnah wal Jama'ah,* corak tasawufnya bersifat *psiko-moral* yang mengutamakan pendidikan moral. Beliau menilai negative terhadap *syathahat*, karena dua kelemahan yang dimilikinya, yaitu kurang

[36] *Ibid*., Hal . 26.

memperhatikan kepada amal lahiriah serta keganjilan makna yang tidak dipahami maknanya.

d. Masa Falsafi

Pada abad IV Hijriah, muncullah tasawuf falsafi atau tasawuf yang bercampur dengan ajaran filsafat, yang dikompromikan dengan pemakaian term-term filsafat yang maknanya disesuaikan dengan tasawuf.

Ibn Khaldun dalam Muqaddimahnya menyimpulkan, bahwa *tasawuf falsafi* mempunyai empat obyek utama, dan menurut Abu al-Wafa bisa dijadikan karakter sufi falsafi, yaitu :

1) Latihan rohaniah dengan rasa, intuisi serta introspeksi yang timbul darinya,
2) *Iluminasi* atau hakikat yang tersingkap dari alam ghaib,
3) Peristiwa-peristiwa dalam alam maupun kosmos berpengaruh terhadap berbagai bentuk kekeramatan atau keluar biasaan,
4) Penciptaan ungkapan-ungkapan yang pengertiannya sepintas samar-samar (*syathahiyat*).

Selanjutnya, pada abad VI dan VII hijriah, muncul cikal bakal orde (*tarekat*) sufi kenamaan, seperti tarekat *Qadariyah, Suhrawardiyah, Rifa'iyah, Syadziliyah, Badawiyah* dan tarekat *Naqsyabandiyah.*

e. Masa Pemurnian

Pada masa ini, pengaruh dan praktek-praktek Tasawuf kian tersebar luas melalui *thariqah-thariqah*, dan para sulthan serta pangeran tak segan-segan pula mengeluarkan perlindungan dan kesetiaan pribadi mereka.

Pada masa ini terlihat tanda-tanda keruntuhan kian jelas, penyelewengan dan sekandal melanda dan mengancam kehancuran reputasi baiknya dengan ditandainya munculnya *bid'ah, khurafat,* mengabaikan syari'at dan hukum-hukum moral dan penghinaan terhadap ilmu pengetahuan, berbentangkan diri dari dukungan awam untuk menghindarkan diri dari rasionalitas, dengan menampilkan amalan yang irrasional. Azimat dan ramalan serta kekuatan ghaib ditonjolkan[37].

Sehingga muncul Ibn Taimiyah untuk menyerang semua itu, dengan mengembalikan ajaran tasawuf berlandaskan alQur'an dan Al-Hadits. Kepercayaan yang menyimpang diluruskan, seperti kepercayaan kepada *wali, khurafat* dan bentuk-bentuk *bid'ah* pada umumnya. Menurut Ibn Taimiyah yang disebut *wali* (kekasih Allah) ialah orang yang berperilaku baik (*shaleh*), konsisten dengan *syari'ah Islamiyah*. Sebutan yang tepat untuk diberikan kepada orang tersebut ialah *Muttaqin*, allah berfirman dalam surat Yunus : 62-63, yang artinya:

> *"Ingatlah, Sesungguhnya wali-wali Allah itu, tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati. (yaitu) orang-orang yang beriman dan mereka selalu bertakwa".*

Ibn Taimiyah mengkritik terhadap ajaran *Ittihad*, *Hulul*, dan *Wahdat al-Wujud* sebagai ajaran yang menuju kekufuran (*atheisme*), meskipun keluar dari orang-orang yang terkenal *'arif* (orang yang telah mencapai tingkatan *ma'rifat*), ahli *tahqiq* (ahli hakikat) dan *ahli tauhid* (yang mengesakan Tuhan). Pendapat

[37] *Ibid.*, Hal. 31.

tersebut layak keluar dari mulut orang Yahudi dan Nasrani. Mengikuti pendapat tersebut hukumnya sama dengan yang menyatakan, yakni kufur. Yang mengikutinya karena kebodohan, masih dianggap beriman.

3. Aliran-Aliran Tasawuf

a. Tasawuf Sunni

Tasawuf sunni merupakan aliran tasawuf yang ajarannya berusaha memadukan aspek syari'ah dan hakikat namun diberi interpretasi dan metode baru yang belum dikenal pada masa salaf as-shalihin dan lebih mementingkan cara-cara mendekatkan diri kepada Allah serta bagaimana cara menjauhkan diri dari semua hal yang dapat mengganggu kekhusyu'an jalannya ibadah yang mereka lakukan. Aliran tasawuf ini memiliki ciri yang paling utama yaitu kekuatan dan kekhusyu'annya beribadah kepada Allah, dzikrullah serta konsekuen dan juga konsisten dalam sikap walaupun mereka diserang dengan segala godaan kehidupan duniawi. Dari awal prosesnya, corak tasawuf ini muncul dikarenakan ketegangan-ketegangan dikalangan sufi, baik yang bersifat internal maupun eksternal yaitu para sufi dan ulama' zahir baik para fuqaha maupun mutakalimin. Hal itu menyebabkan citra tasawuf menjadi jelek dimata umat, maka sebagian tokoh sufi melakukan usaha-usaha untuk mengembalikan citra tasawuf. Usaha ini memperoleh kesempurnaan ditangan Ghozali, yang kemudian melahirkan tasawuf sunni.

Ada pendapat yang mengatakan bahwa asketisme (zuhud) itu adalah cikal bakal timbulnya tasawuf. Sedangkan asketisme

itu sendiri sumbernya adalah ajaran islam, baik yang bersumber dari Al-Qur'an, sunnah maupun kehidupan sahabat nabi. Pengertian umum dari zuhud sendiri adalah zuhhadd, jamak dari zahid. Zahid diambil dari zuhd yang artinya "tidak ingin". Tidak "demam" kepada dunia, kemegahan, harta benda dan pangkat. Menurut Abu Yazid Bustami ketika ditanya orang apa arti zuhud itu, beliau menjawab: tidak mempunyai apa-apa dan tidak dipunyai apa-apa. Gerakan asketisme itu sendiri dapat dibedakan menjadi empat aliran utama;

1) Aliran Basrah

Aliran basrah mulai Nampak pada abad kedua hijriah. Aliran ini muncul dengan ciri khasnya yaitu, sikap asketisme yang sangat kuat dan lebih ekstrem serta mengembangkan sikap yang amat takut terhadap murka Allah, serta amat sangat takut terhadap siksa di akhirat. Pada periode inilah mulai meluas dan berkembangnya suvisme, artinya konsep-konsep yang tadinya semata-mata sebagai sikap hidup saja kemudian disusun sebagai upaya untuk mencapai tujuan. Tokoh terpenting dari aliran ini. Antara lain; Malik Ibnu Dinar dan Hasan Al Basri.

2) Aliran madinah

Aliran madinah sejak masa permulaan islam, dimadinah sudah terlihat kelompok-kelompok asketis yang berpegang teguah pada Al-Qur'an dan Assunnah dan menempatkan Rasulullah sebagai kezuhudan mereka. Ciri yang paling utama di aliran ini adalah kekuatan dan kekhusyu'an beribadah kepada Allah, konsekuen serta konsisten dalam sikap walaupun

datang berbagai godaan. Bagi mereka yang terpenting adalah mendekatkan diri kepada Allah serta menjauhkan diri dari segala hal yang dapat mengurangi kekhusyu'an beribadah kepada Allah. Tokohnya yang terkenal diantaranya adalah Salman Al-Farisi dan Abdullah Ibnu Mas'ud.

3) Aliran kuffah

Aliran kuffah apabila kedua aliran di atas lebih mengarahkan perhatian kepada ibadah dan menghindari pengaruh-pengaruh yang merusak. Maka, aliran kuffah lebih bercorak idealis. Gemar kepada hal-hal yang bersifat imajinatif yang biasanya dituangkan dalam bentuk puisi, tekstualis dalam memahami ketetapan dan sedikit cenderung kepada aliran syi'ah. Namun secara keseluruhan aliran ini masih berpola Ahlu sunnah wal jama'ah. Ciri khas aliran ini yaitu rasa keagamaan yang kental, asketisme yang keras, kerendahan hati dan kesederhanaan hidup. Tokohnya yang terkenal yaitu, Shufyan Al-Tsauri.

4) Aliran mesir

Aliran mesir memiliki kesamaan ciri dengan aliran madinah. Sebab aliran ini sebenarya adalah perluasan dari aliran madinah yang tersebar melalui sahabat yang ikut serta ke Mesir pada sat islam memasuki kawasan itu. Tokohnya adalah Dzuu al-Nun al mishari. Sulit dipaksakan kapan asketisme beralih ke sufisme, tetapi yang pasti sufisme yang awal adalah sufisme yang konsisten dan berpegang teguh pada prinsip-prinsip islam. Karena itu tasawuf tipe awal ini diterima sebagian besar ulama terutama ulama ahlu sunnah wal

jama'ah. Hal ini pula yang menyebabkan penamaan tasawuf sunni.

Dari aliran-aliran di atas dapat dilihat bahwa tokoh-tokoh aliran-aliran tersebut adalah ahlu zuhud. Namun tidak setiap yang zuhud bisa disebut sufi, tapi sebaliknya tidak mungkin menjadi sufi tanpa melalui zuhud atau asketisme.

b. **Tasawuf Amali**

Tasawuf 'Amali adalah tasawuf yang membahas tentang bagaimana cara mendekatkan diri kepada Allah. Tasawuf amali lebih menekankan pembinaan moral dan upaya mendekatkan diri kepada Allah.

Untuk mencapai hubungan dekat yang dengan Tuhan, seseorang harus mentaati dan melaksanakan syariat atau ketentuan-ketentuan agama yang harus diikuti dengan amalan-amalan lahir maupun batin yang disebut tariqah. Dalam amalan-amaalan lahir batin itu orang akan mengalami tahap demi tahap perkembangan ruhani. Ketaatan pada syari'ah dan amalan-amalan lahir batin akan mengantarkan seseorang pada kebenaran hakiki sebagai inti syari'at dan akhir tariqah. Kemampuan orang mengetahui haqiqah akan mengantarkan pada ma'rifah, yakni mengetahui dan merasakan kedekatan dengan Tuhan melalui qalb.

c. **Tasawuf Falsafi**

Tasawuf falsafi adalah tasawuf yang bercampur dengan ajaran filsafat, mengkompromikan atau memakai terma-terma filsafat yang maknanya disesuaikan dengan tasawuf. Madzhab ini juga sering dikenal dengan madzhab „Mistisisme Islam" atau

madzhab yang sangat dekat dengan "Gnostisisme". Tokoh-tokoh yang masuk dalam kategori ini antara lain Abu Yazid al-Bustami, Abu Mansur al-Hallaj, Ibn 'Arabi, Ibnu Sina, Ibnu Sab'in, Ibnu al-'Afif, Ibn al-Faridl, al-Najm al-Isra'ili, dan yang senada dengan mereka.

Ajaran-ajaran atau istilah-istilah yang sering dimunculkan ialah wahdat al wujud, wahdat al adyan, wahdat asy syuhud, hulul, fana', liqa', ittishal, ittihad, isyraqiyyah, Nur Muhammad dan cinta. Kemudian, metode yang digunakan madzhab ini untuk mencapai tujuan tersebut adalah dengan metode maqamat, ahwal, riyadhah, mujahadah, dzikir, mematikan syahwat, tazkiyatun nafs wa qalb dan lain-lain, sebagaimana madzhab tasawuf sunni.[38]

4. Ajaran-Ajaran Pokok Tasawuf

Meskipun berbeda-beda pendapat dan perwujudan, secara garis besar, para praktisi tasawuf bisa dikatakan sepakat bahwa ajaran tasawuf ialah Tazkiyyah al-Nafs (penyucian diri, baik penyucian badan, ucapan, pemikiran, hati, maupun jiwa; dan pengesaan Allah Swt.), melalui Takhalliyyah al-Nafs, Tahalliyyah al-Nafs, dan Tajalliyyah al-Nafs guna mencapai kedekatan atau penyatuan dengan Allah Swt. Ajaran-ajaran ini oleh para sufi disebut dengan maqamat dan ahwal

a. Maqamat

Para sufi mendefinisikan maqamat sebagai suatu tahap adab kepada Allah dengan bermacam usaha yang diwujudkan untuk satu tujuan pencarian dan ukuran tugas masing-masing yang

[38] Al-a'raf, Jurnal Pemikiran Islam dan Filsafat, Jurusan Tafsir Hadits dan Aqidah Filsafat IAIN Surakarta, Vol. XII, No.1, Januari-Juni 2015

berada dalam tahapnya sendiri ketika dalam kondisi tersebut, serta tingkah laku riyadah menuju kepada-Nya.[39] Lebih mudahnya, maqamat adalah tahap atau titik pemberhentian untuk mencapai tujuan tasawuf yang harus dilalui satu demi satu oleh salik. Dalam jumlah dan urutan maqamat para sufi berbeda pendapat. Namun yang popular adalah maqam Taubah, Zuhud, Sabar, Tawakkal, dan Ridha.[40] Untuk penjelasannya sebagai berikut:

1) Taubah

Untuk maqam taubah, para sufi sepakat menempatkannya pada tahap pertama. Hal ini karena, menurut kesepakatan para sufi, bahwa untuk dapat mendekat kepada Allah Swt yang Maha Suci, tidak akan mungkin jika sang salik masih berlumuran dengan dosa. Ia harus bersih terlebih dahulu sebelum mendekat kepadaNya. Pembersihan diri dari dosa inilah pengertian dari maqam taubah.[41]

2) Zuhud

Secara definitif zuhud adalah mengabaikan kehidupan duniawi. Hal ini karena, menurut kaum sufi, kehidupan duniawi adalah sumber kemaksiatan dan penyebab terjadinya kejahatan dan dosa. Oleh karena itu, ia harus ditinggalkan. Maqam zuhud ini sangat erat dengan maqam taubah, sebab taubat tidak akan mungkin berhasil selama hati salik masih didominasi

[39] Imam al-Qusyairy al-Naisaburi, *Risalah Qusyairiyyah*, terj. Lukman Hakim, (Surabaya: Risalah Gusti, 1999), h. 23.

[40] Terkait polemik ini lihat, Harun Nasution, *Falsafat dan Mistisisme Dalam Islam*, (Jakarta: Pustaka Bulan Bintang, 1993), h. 2.

[41] Masyharuddin, *Pemberontakan Tasawuf: Kritik Ibn Taimiyah atas Rancang Bangun Tasawuf*, (Kudus: STAIN Kudus Press, 2007), h. 230-231

kecenderungan dan kesenangan duniawi. Namun, dengan pendapat ini, Ibn Taimiyyah tidak sependapat. Menurutnya, zuhud tidak harus meninggalkan semua materi duniawi, tetapi memilah dan memilih. Jika ia merugikan bagi kehidupan akhirat, maka ia harus ditinggalkan. Jika tidak, maka juga tidak boleh ditinggalkan.[42]

3) Sabar

Sabar bukanlah sesuatu yang harus menerima seadanya, namun malah sebaliknya, yaitu berusaha secara sungguh-sungguh dalam menahan diri dalam memikul suatu penderitaan baik dalam suatu perkara yang tidak diingini maupun dalam kehilangan sesuatu yang disenangi. Sabar juga merupakan sikap jiwa yang ditampilkan dalam penerimaan sesuatu baik berkenaan dengan penerimaan tugas dalam bentuk perintah maupun larangan. Jadi, sabar adalah menahan diri dari kecenderungan hawa nafsu terhadap perkaraperkara yang diharamkan oleh Allah Swt.[43]

4) Tawakkal

Secara definitif umum, Tawakkal adalah kepercayaan dan penyerahan kepada takdir Allah Swt. sepenuh jiwa dan raga. Kemudian, menurut para sufi, Tawakkal dimaknai sebagai suatu keadaan jiwa yang tetap berada selamanya dalam ketenangan dan ketentraman baik dalam keadaan suka maupun duka. Dalam keadaan suka ia harus bersukur dan ketika dalam keadaan duka ia harus bersabar. Dengan kata lain, dalam keadaan apapun, sang

[42] *Ibid.,* h. 232.
[43] Rajab, "*al-Maqam dan al-Ahwal dalam Tasawuf*" , h. 1-28.

salik tidak diperbolehkan resah dan gelisah, apalagi mencela takdir Allah Swt.[44]

5) Ridha

Ridha adalah puncak kecintaan yang diperoleh sang salik selepas menjalani proses ubudiyyahi kepada Allah Swt. yang panjang. Menurut al-Ghazali, kelebihan rida Allah Swt merupakan manifestasi dari keridaan hamba. Ridha terikat dengan nilai penyerahan diri kepada Allah yang bergantung kepada usaha manusia dalam berhubungan dengan-Nya agar senantiasa dekat dengan-Nya.[45]

b. Ahwal

Ahwal tidak lain adalah sesuatu anugerah spiritual pemberian Allah Swt kepada sang salik karena ketaatan dan ibadahnya yang secara terus-menerus. Jadi, ahwal adalah bersifat pemberian, bukan diusahakan sebagaimana maqamat. Menurut Rajab, ahwal dalam tasawuf yang populer antara lain:[46]

1) Khauf

Dalam terma tasawuf, khauf adalah hadirnya perasaan takut ke dalam diri sang salik karena dihantui oleh perasaan dosa dan ancaman yang akan menimpanya. Saat rasa ini menghampirinya, sang salik akan merasa tenteram dan tenang karena kondisi hatinya yang semakin dekat dengan Allah Swt. Perasaan ini juga

[44] Yahya Jaya, *Spiritualisasi Islam Dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pustaka Ruhama, 1994), h. 169.

[45] Imam al-Ghazali, *al-Mukasyafat al-Qulub, terj. Ahmad Sunarji*, (Bandung: Pustaka Husaini, 1996), h. 346.

[46] Rajab, "*al-Maqam dan al-Ahwal dalam Tasawuf*", h.1-28.

akan menghalanginya untuk melarikan diri dari Allah Swt, dan membuatnya selalu ingat serta ta‟‟dzim kepada-Nya.[47]

2) Tawaddu

‟‟ Secara definitif tawaddu‟‟ adalah kerendahan hati seorang hamba kepda kebenaran dan kekuasaan Tuhannya. Dengan rasa ini, kesombongan sang salik kepada Tuhannya dan juga makhluk Tuhan lainnya akan hilang sirna, sebab ia merasa rendah. Oleh karena itu, jika seseorang sudah sampai atau telah mendapatkan ahwal ini, maka ia tidak akan bersikap pilih kasih dengan siapapun. Sebab ia memandang semuanya adalah sama dan setara.

3) Ikhlash

Dalam ajaran tasawuf, ikhlash merupakan suatu hal yang bersifat bathiniyyah dan teruji kemurniannya dengan amal soleh. Ia adalah perasaan halus yang tidak dapat diketahui oleh siapapun. Dengan ini, sang salik dalam melakukan apapun hanya semata karena Allah Swt., bukan selain-Nya.

4) Taqwa

Secara umum, taqwa berarti memelihara diri dari larangan Allah Swt. dan selalu melaksanakan apa yang diperintahkan-Nya. Sedangkan menurut terma tasawuf, taqwa adalah usaha penjagaan dari tergelincirnya diri dalam syirik, dosa, kejahatan, dan hal-hal yang subhat, termasuk didalamnya ialah lupa kepada Allah Swt.

5) Syukur

Para sufi memaknai syukr dengan kesan kesadaran (rasa terima kasih) manusia terhadap rahmat dan karunia yang

[47] *Ibid.,*

diterimanya dari Allah Swt. Hadirnya sifat ini, dalam diri manusia, akan memperlihatkan nilai positif atas diri manusia itu sendiri, yakni perwujudan integritasnya dengan Allah dan lingkungannya.[48]

6) Mutma‟innah

Mutma‟innah secara etimologi berarti ketenangan, sementara secara istilah tidak lain ialah satu kesan batin di mana ketentraman, karena dekat dengan Allah Swt, selalu menyelubunginya. Dan juga ada yang mengartikan sebagai kondisi psikologi yang tenteram dengan selalu mengingat Allah, mengerjakan amal soleh dan bertaqarrub kepada-Nya. Menurut Abdullah al-Anshari, mutma‟innah dapat dibagi menjadi tiga, yaitu:

(1) mutma‟innah hati karena menyebut asma Allah;

(2) ketika mencapai tujuan pengungkapan hakikat;

(3) karena menyaksikan kasih sayang-Nya.

B. Psikoterapi

1. Pengertian Psikoterapi

Istilah psikoterapi mencakup berbagai metode yang memiliki tujuan untuk membantu klien dalam mengatasi gangguan emosional atau psikologis melalui cara mengubah pola pikir, perasaan dan perilaku agar klien tersebut dapat mengembangkan dirinya. Disamping itu salah satu tokoh Carl Jung Gustav berpendapat bahwa psikoterapi bukanlah hanya sekedar suatu metode penyembuhan, perawatan dan pengobatan

[48] Rajab, "*al-Maqam dan al-Ahwal dalam Tasawuf*", h. 1-28.

bagi klien yang mengalami gangguan jiwa atau psikis. Akan tetapi psikoterapi juga dapat digunakan bagi individu yang sehat sebagai fungsi preventif (pencegahan) sebelum seseorang tersebut didiagnosis mengalami gangguan dalam masalah kejiwaan.[49]

Secara literal, psikoterapi adalah istilah berasal dari bahasa Yunani *psiko* dan *therapeia* . *Psiko* bermakna nafas, ruh, atau yang paling digunakan sebagai terjemahan yang paling tepat adalah jiwa, dan *therapeia* bermakna upaya medis untuk menyembuhkan.

Menurut Bakran Adz-Dzaky Psikoterapi adalah pengobatan penyakit dengan cara kebathinan, atau penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penyesuaian diri setiap hari atau penyembuhan lewat kenyakinan agama, dan diskusi personal dengan para guru atau teman[50].

Berdasarkan teori James Chaplin sebagaimana dikutip dalam Nuansa-nuansa Psikologi Islam, menyatakan bahwa psikoterapi diartikan secara khusus dan secara luas. Secara khusus, psikoterapi diartikan sebagai penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau kesulitan-kesulitan dalam penyesuaian diri setiap hari. Sedangkan secara luas, psikoterapi mencakup penyembuhan melalui keyakinan religius dengan cara pembicaraan non formal atau diskusi personal. Psikoterapi selain digunakan untuk menyembuhkan penyakit mental juga membantu, mempertahankan dan mengembangkan

[49] Meisil B Wulur, *Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Deepublish, 2015), 1-2

[50] M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, Konseling & Psikoterapi Isalam , (Fajar Pustaka Baru, 2004), hlm. 228

integritas jiwa agar ia tetap tumbuh secara sehat dan mempunyai kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan.[51]

Secara istilah, definisi yang diberikan oleh Oxford Learners Dictionary*: "The treatment of mental illness by discussing somebody's problems with them rather than by giving them drugs* (Pengobatan penyakit mental dengan berdiskusi tentang masalahmasalah pribadi penyandang penyakit tersebut, daripada memberi mereka obatobatan)." Menurut Oxford English Dictionary, ada perbedaan pada pengertiannya, yakni yang dicantumkan adalah: "*The treatment of disorders of the mind or personality by psychological methods*. (Pengobatan kelainan pikiran dan perilaku dengan metodemetode psikologis)."

Ensiklopedia Britannica menyamakan psikoterapi dengan konseling. Dalam Britannica dijelaskan bahwa psikoterapi bermakna pengobatan untuk kelainan-kelainan psikologis, emosional, dan perilaku, di mana seorang yang terlatih akan menjalin hubungan dengan beberapa personel dalam rangka memodifikasi, atau menghilangkan suatu gejala yang ada pada pasien, dan bahkan mengajak kepada pengembangan diri dan sikap. Pada mulanya, istilah ini merujuk kepada praktik hipnoterapi dan mesmerisme (pengobatan mental dengan magnet).

2. Sejarah Psikoterapi

Dalam *A Brief History of Psychology*, psikoterapi modern diperkirakan muncul pada tahun 1879 bersamaan dengan

[51] Abdul Muji dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam Cet Kedua* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002): 207-208

munculnya klinik psikologi yang pertama kali didirikan oleh Wilhelm Wundt di Jerman. Akan tetapi, upaya-upaya untuk memunculkan diskursus psikoterapi telah bermula bahkan sejak awal peradaban manusia. Patanjali, seorang guru Yoga India kuno diperkirakan telah membangun asasasas psikoterapi jauh sebelum masehi. Begitu juga Padsambhava atau Guru Rinpoche (seorang petapa Tibet), Abu Bakar al-Razi, Ibn Sina, dan bahkan Rumi.

Upaya memahami jiwa manusia telah ada sejak awal peradaban manusia. Berbagai problem hidup yang mungkin dialami oleh siapa saja, tentunya membuat berbagai tokoh dari berbagai latar belakang memberikan suatu pendekatan khusus masing-masing untuk memahami jiwa manusia. Hal ini terbukti dari upaya para tokoh medik bahkan mistik, untuk menyintesiskan jiwa manusia dengan agama atau spiritualitas yang mereka bawa. Hal itu terus berkembang hingga sampai pada era psikologi modern yang cenderung lebih empiris.

3. Fungsi Psikoterapi

Secara spesifik psikoterapi mempunyai beberapa fungsi yaitu dapat bertindak untuk kuratif (penyembuhan), preventif (pencegahan), konstruktif (pengembangan) & promotif (pemeliharaan). Dengan demikian fungsi psikoterapi dapat dikembangkan bukan hanya untuk seseorang yang mengalami gangguan psikologis tetapi juga pengembangan diri untuk optimalisasi potensi yang dimiliki.

C. Tasawuf Psikoterapi

1. Pengertian Tasawuf Psikoterapi

Secara bahasa, jiwa dalam bahasa Arab dikenal sebagai nafs, dan terapi sebagai *istishfa*. Istilah tasawuf psikoterapi mungkin adalah hal yang baru, sebagaimana istilah tasawuf tidak muncul di abad-abad awal kemunculan Islam. Akan tetapi, saripati atau substansi tasawuf sudah menjadi bagian dari substansi Islam itu sendiri sejak awal. Begitu pula psikoterapi, di samping menjadi suatu disiplin yang baru dipopulerkan kembali, psikoterapi sudah menjadi bagian dari tasawuf semenjak masa awal daripada tasawuf itu sendiri.

Psikoterapi sufistik adalah psikoterapi yang berorientasi mistik-spiritual (psikoterapi sufi atau terapi sufistik). Terapi sufistik adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit mental, spiritual, moral maupun fisik dengan melalui bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah Nabi Muhammad SAW.

Terapi sufistik yang memfokuskan pada keikhlasan, kepasrahan serta kebersyukuran atas situasi yang dialami seseorang disebut *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Di Indonesia, penggunaan SEFT sebagai terapi sufistik tergolong masih baru. SEFT merupakan salah satu terapi manajemen emosi yang dikembangkan dari terapi *Emotional Freedom Tehnique* (EFT) oleh Cary Craig. Perbedaan terapi SEFT dengan terapi EFT terletak pada aspek spritual[52]. SEFT merupakan salahsatu varian dari satu cabang ilmu baru yaitu

[52] Ahmad Faiz Zainuddin, "*Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) for Healing + Success + Happiness + Greatness*, (Jakarta: Afzan Publishing, 2009), hlm. 3.

energy psychology. SEFT merupakan penggabungan antara *spiritual power* dan *energy psychology*. Efek dari penggabungan antara spiritual dan *energy psychology* dinamakan *amplifiying effect*.[53]

2. Urgensi Tasawuf Psikoterapi

Urgensi tasawuf psikoterapi atau psikoterapi sufistik sangatlah tinggi, mengingat bahwa tasawuf itu sendiri memiliki relevansi dan signifikansi dengan berbagai problem manusia modern, karena secara seimbang memberikan kesejukan batin dan disiplin syariat sekaligus. Psikoterapi adalah suatu upaya untuk menyembuhkan gejala-gejala mental dan psikis yang disebabkan oleh berbagai macam hal. Al-Qur'an menyediakan patologi psikologis, dan tasawuf sebagai praktik untuk menjadi al-Qur'an hidup, tentunya memiliki koneksi yang kuat dengan pengobatan kondisi kejiwaan manusia tersebut.

3. Objek Tasawuf Psikoterapi

Objek daripada tasawuf psikoterapi tentunya adalah jiwa dan keadaan-keadaannya secara menyeluruh beserta dengan aspek-aspeknya. Dalam psikoterapi, ada upaya penyembuhan dari suatu kelainan atau penyakit. Dalam hal ini, aspek-aspek yang diberi perhatian adalah penyakit-penyakit hati seperti buruknya moral, kegelisahan, ketidaktentraman hati, putus asa, rasa malas, dan sebagainya. Ini bukan suatu yang baru dalam studi tasawuf. Al-Ghazali dalam karya-karyanya seperti *Afaah al-Quluub*,

[53] Cintami Farmawati, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Sebagai Metode Terapi Sufistik , Jurnal Madaniyah, Volume 8 Nomor 1 Edisi Januari 2018, hlm 79

menuliskan tentang patologi hati, yang dalam keilmuan modern akan dikenal sebagai ilmu tentang penyakit jiwa.

4. Metode Tasawuf Psikoterapi

Sebagai suatu ilmu, Psikoterapi Islam atau psikoterapi sufistik harus mempunyai metode, dan dengan metode itulah fungsi dan tujuan dari esensi ilmu ini dapat tercapai dengan baik, benar dan ilmiah. Artinya ilmu ini membawa manfaat bagi umat manusia, dan ia benar karena berasal dan berakar dari kebenaran Ilahiyah, serta ilmiah, karena dapat dengan mudah difahami, diaplikasikan dan dialami oleh siapa saja yang ingin mengambil manfaat dan kebaikan dari ilmu ini

Adapun metode-metode yang bisa dipakai dalam Psikoterapi Islam atau sufistik yaitu Metode Ilmiah (*Method of Science*), Metode Keyakinan (*Method of Tenacity*) , Metode Otoritas (*Method of Authority*) , Metode Intuisi (*Method of Intuition*).

Metodologi Ilmiah (*Method of Science*) adalah metode yang selalu dan sering diaplikasikan dalam dunia pengetahuan pada umumnya. Untuk membuktikan suatu kebenaran dan hipotesa-hipotesa maka dibutuhkan penelitian secara empiris di lapangan, dan untuk mencapai kesempurnaan, paling tidak mendekati kesempurnaan untuk penelitian hipotesa itu, maka metode ini sangat dibutuhkan, dengan teknik-teknik seperti interview (wawancara), eks- perimen, observasi (pengamatan), tes dan survei di lapangan.

Metode Keyakinan (*Method of Tenacity*), adalah metode berdasarkan suatu keyakinan yang kuat yang dimiliki oleh seseorang peneliti. Keyakinan itu dapat diraih melalui:

a. Ilmul Yaqin

   yaitu suatu keyakinan yang diperoleh berdasar ilmu secara teoritis, seperti firman Allah ta'ala:

   "Bermegah-megahan dalam hidup telah melalaikan kamu, hingga kamu masuk ke dalam kubur. Sekali-kali janganlah begitu, nanti kamu akan mengetahui. Kemudian sekali-kali janganlah begitu, jika kamu mengetahui dengan ilmu pengetahuan yang meyakinkan". (At Takaatsur, 102: 1-5).

b. Ainul Yaqin

   yaitu suatu keyakinan yang diperoleh melalui pengamatan mata kepala secara langsung tanpa perantara, seperti firman-Nya:

   "Benar-benar engkau akan melihat Neraka Jahanam, kemudian benar-benar engkau akan melihatnya dengan penglihatan mata kepala yang meyakinkan". (At Takaatsur, 102: 6-7).

c. Haqqul Yaqin

   yaitu suatu keyakinan yang diperoleh melalui, pengamatan dan penghayatan pengalaman (empiris), artinya si peneliti sekaligus menjadi pelaku dan peristiwa dari penelitiannya. Inilah keyakinan sesungguhnya, seperti firman Allah Ta'ala:

   "Maka adapun jika ia (orang yang telah wafat) itu termasuk orang-orang yang didekatkan kepada Allah, maka ia mendapatkan kegembiraan dan hakikat kehidupan serta

surga yang nikmat. Dan adapun jika ia termasuk golongan kanan, maka keselamatan bagimu karena kamu dari golongan kanan. Dan adapun jika ia termasuk para pendusta lagi orang-orang sesat, maka ia memperoleh hidangan air panas yang mendidih, dan dibakar di dalam neraka jahanam. Sesungguhnya hal ini merupakan kebenaran yang meyakinkan. Maka bertasbihlah dengan menyebut nama Tuhanmu yang Maha Agung (Al Waqiah, 56: 88-96).

d. Kamalul Yaqin,

yaitu suatu keyakinan yang sempurna dan lengkap, karena ia dibangun di atas keyakinan berdasarkan hasil pengamatan dan penghayatan teoritis (*Ilmul Yaqin*), aplikatif (*'Ainul Yaqin*) dan empirik (*Haqqul Yaqin*).

Metode Otoritas (*method of authority*), yaitu suatu metode dengan menggunakan otoritas yang dimiliki oleh seorang peneliti/psikoterapi, yaitu berdasarkan keahlian, kewibawaan dan pengaruh positif. Atas dasar itulah seorang psikoterapis memiliki hak penuh untuk melakukan tindakan secara bertanggung jawab. Apabila seorang psikoterapis memiliki otoritas yang tinggi, maka sangat membantu dalam mempercepat proses penyembuhan terhadap suatu penyakit atau gangguan yang sedang diderita oleh seseorang.

Pernah terjadi pada masa Rasulullah saw., dimana beberapa sahabat bertindak dalam suatu peristiwa, ada seseorang yang kepalanya luka dan mengeluarkan banyak darah. Salah seorang sahabat menanyakan kepada sahabat yang lain tentang keringanan dalam melakukan mandi junub terhadap seseorang

yang kepalanya terluka dan apabila terkena air dapat berakibat fatal bahkan memba- hayakan jiwanya. Namun apa yang terjadi? Penderita luka itu akhirnya mati, karena kepalanya telah disiram dengan air, atas saran dan pendapat beberapa sahabat yang menolak tayamum bagi orang itu. Akhirnya peristiwa itu dilaporkan kepada Rasulullah saw., dan beliaupun marah. Kalian telah membunuhnya dan Allah akan murka kepada kalian!" Kemudian beliau menjelaskan tentang orang yang sakit seperti tersebut, dan apabila ia terkena air dan akan membahayakan jiwanya, maka cukuplah bertayamum, me- ngompres, atau membalut lukanya dengan secarik kain (perban) kemudian mengusapkan air di atas kain itu, lalu menyiram seluruh tubuhnya."

Apabila seseorang tidak memiliki otoritas, yaitu wewenang dan keahlian untuk melakukan suatu tindakan dengan baik dan benar, maka justru tindakannya akan mendatangkan bahaya dan kesengsaraan bagi orang lain bahkan akhirnya merugikan dirinya sendiri.

Metode intuisi atau ilham (method of intuition), adalah metode berdasarkan ilham yang bersifat wahyu yang da- tangnya dari Allah Ta'ala. Metode ini sering dilakukan oleh para sufi dan orang-orang yang dekat dengan Allah Ta'ala dan mereka memiliki pandangan batin yang tajam (Bashirah), serta tersingkapnya alam kegaiban (mukasysyafah).

Firman Allah Ta'ala:

Dan bertakwalah kepada Allah, dan Allah senantiasa akan mengajarmu. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu". (Al Baqarah, 2: 282).

"Wahai orang-orang yang telah beriman, jika engkau bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan memberikan kepadamu "Furqan" (pembeda), dan Dia akan menghilang. kan keburukan-keburukan ilmu serta Dia akan mengampuni kamu. Dan Allah memiliki keutamaan yang agung" (Al Anfaal, S: 29.

Bagi orang-orang yang mata batinnya terbuka dan tajam, maka baginya tidak ada suatu kesukaran untuk me ngetahui segala sesuatu yang tersembunyi atas izin Allah Ta'ala, seperti tersirat dalam firman-firman-Nya:

"Tidaklah dusta apa yang telah dilihat oleh hati nurani itu". (An Najm, 53:11).

‘‘Tidak ada suatu musibah pun yang telah terjadi melainkan dengan izin Allah, dan barangsiapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi hidayah ke dalam hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu." (At Taghabun,: 11).

"Wahai orang yang berselimut, bangunlah di malam hari, melainkan sedikit, yaitu seperduanya atau kurangilah dan seperdua itu sedikit, atau lebih dari seperdua itu. Dan bacalah Al Qur'an itu dengan perlahan-lahan (tartil).

Sesungguhnya Kami akan menurunkan kepadamu perkataan yang berat. (Al Muzammil, 73:1-5).

Ada satu metode lagi yang digunakan oleh para kaum sufi dalam melakukan proses pensucian diri dan evolusi spritual. Metode ini tidak hanya bertujuan memberikan penyembuhan dan perawatan, akan tetapi sampai kepada peningkatan kualitas dari esensi manusia, yaitu penemuan jati diri dan citra diri yang mulia dan suci. Metodologi Tasawwuf (Method of Sufism), adalah suatu metode peleburan diri dari sifat-sifat, karakter-karakter dan perbuatan-perbuatan yang menyimpang dari kehendak dan tuntunan Ketuhanan. Metode ini dibagi tiga, yakni:

a. Takhalli.

Yaitu metode pengosongan diri dari bekas-bekas kedurhakaan dan pengingkaran (dosa) terhadap Allah Ta'ala dengan jalan melakukan pertobatan yang sesungguhnya (nasuha) Firman-Nya:

"Dan hendaknya kamu memohon ampunan kepada Tuhanmu, kemudian bertobatlah kepada-Nya, niscaya Dia akan memberikan kenikmatan yang baik kepadamu sampai kepada waktu yang telah ditentukan dan Dia akan memberi kepada tiap-tiap orang yang mempunyai keutamaan-keutamaannya. Dan jika kamu berpaling, maka sesungguhnya aku takut kamu akan ditimpa siksa hari kiamat". (Huud; 11: 3).

Fase takhalli adalah fase pensucian mental, jiwa, akal fikiran, qalbu dan moral (akhlak) dengan sifat-sifat yang mulia dan terpuji. Metode takhalli ini secara teknis ada lima, yaitu: mensucikan diri dari najis dengan melakukan istinja dengan baik dan benar, mensucikan yang kotor

dengan cara mandi atau menyiram air keseluruh tubuh dengan cara yang baik dan benar serta teliti, mensucikan yang bersih dengan cara berwudhu menggunakan air dengan cara yang baik dan benar serta teliti, mensucikan yang suci atau fitrah dengan mendirikan shalat taubat dan memohon ampunan kepada Allah SWT, mensucikan Yang Maha Suci dengan berdzikir dan mentauhidkan Allah SWT[54]

b. Tahalli. Menurut Amin Syukur sebagaimana yang dikutip oleh Moch Sya'roni Hasan tahalli yaitu menghias diri dengan cara membiasakan sifat, sikap dan perbuatan yang baik. Adapun upaya dalam metode ini ialah membina diri agar memiliki akhlakul karimah dan selalu istiqomah dengan langkah yang dilakukan sebelumnya dalam takhalli. Melakukan latihan kejiwaan yang tangguh agar membiasakan berperilaku yang baik dan akan menhasilkan manusia yang sempurna (insan kamil).

c. Tajalli. Hasyim Muhammad menyatakan bahwa tajalli ialah hilangnya sifat-sifat kemanusiaan yang digantikan dengan sifat-sifat Ketuhanan.[55] Dalam tahap ini, hati selalu disibukkan dengan berdzikir kepada Allah SWT. Dengan mengingat Allah SWT, melepas selain-Nya maka akan menciptakan kedamaian. Tidak ada yang ditakutkan selain lepasnya Allah SWT dari dalam hatinya. Pada tahap ini,

[54] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, 259-260

[55] Moch Sya'roni Hasan, "Tasawuf Akhlaqi dan Implikasinya dalam Pendidikan Agama Islam," *Urwatul Wutsqo*, Vol. 5 No. 2 (2016): 102-203

hati akan merasakan ketenangan. Kegelisahannya bukan tentang urusan duniawi akan tetapi hatinya merasa sedih apabila tidak mengingat Allah SWT.[56]

5. Tujuan Tasawuf Psikoterapi

Tujuan tasawuf psikoterapi adalah untuk memberikan bantuan spiritual dan moral untuk menciptakan keseimbangan antara lahir dan batin, menjelajah dan mengembangkan potensi-potensi esensial manusia, mengantar manusia dalam membangun perubahan dalam kepribadian dan etos kerjanya, meningkatkan kualitas iman dan tauhid dalam kehidupan sehari hari, dan melihat hubungan antara diri dan Tuhan melalui ilmu jiwa[57].

6. Ajaran Tasawuf Psikoterapi

Terapi sufistik menggunakan dasar pijakan dari nilai-nilai ajaran Islam, tidak hanya ditujukan untuk mengobati penyakit kejiwaan secara psikologis dan sosial, tetapi juga memberikan terapi kepada orang-orang yang "sakit" secara moral dan spiritual. Terapi sufistik meliputi: Pertaubatan, Dzikir, Terapi Al Qur'an, Do'a dan Terapi Shalat.[58] Sedangkan Tebba, menyebutkan metode atau ajaran psikoterapi yang digunakan sufistik dalam kesehatan mental diantaranya [59]:

a. Taubat.

[56] Ismail Hasan, "*Tasawuf: Jalan Rumpil Menuju Tuhan*," *An-Nuha*, Vol. 1 No. 1 (2014): 57-58

[57] Jurnal Emanasi, Jurnal Ilmu Keislaman dan Sosial (Vol 2, No. 2, Oktober 2019) hal 8

[58] Khairunnas Rajab, *Obat Hati*, (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2010), hlm. 89.

[59] Sudirman Tebba, *Tasawuf Positif*, hlm. 36.

Pengakuan terhadap dosa dan kesalahan adalah tahap permulaan dalam memahami diri yang secara bertahap akan mengenal Tuhannya.[60] Taubat dalam psikoterapi dan kesehatan mental merupakan perawatan (*curative*), pencegahan (*preventive*), dan pembinaan (*constructive*). Terapis mendorong individu agar senantiasa menghiasi diri dengan ibadah dan beramal saleh. Terapis dalam membina klien mencapai ketakwaan dan keimanan yang kokoh, tidak memikirkan tentang dosa dan maksiat yang dilakukannya pada masa lalu.

b. Zuhud.

Psikoterapi zuhud berfungsi sebagai metode *takhalliyyah an-nafs* (pengosongan diri dari perilaku buruk), *tahalliyyah an-nafs* (menghiasi diri dengan prilaku mahmudah), dan *tajalliyyah an-nafs* (anugerah spiritual yang diperuntukkan Allah bagi hamba-hamba yang dikehendaki-Nya).[61] Seorang terapis berfungsi sebagai motivator bagi klien dalam membimbing, mengarahkan dan menganjurkan klien agar senantiasa dalam kehidupan yang sederhana dan tidak berlebihan.[62]

c. Sabar dan Tawakal.

---

[60] Solihin, *Terapi Sufistik: Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Prespektif Tasawuf,*
(Bandung: Pustaka Setia, 2004), hlm. 25

[61] Amin Syukur, *Zuhud di Abad Modern,* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hlm. 37

[62] Al Baqir, Muhammad, *Membentuk Akhlak Mulia*, (Bandung: Karisma, 1994), hlm.

Sabar dan tawakal dalam terapi sufistik berfungsi sebagai *takhalliyyah an-nafs, tahalliyyah an-nafs, dan tajalliyyah an-nafs* yang melahirkan kesehatan mental dan kelegaan batin,[63]

d. Ridha.

Keridhaan terhadap ketentuan Allah harus dipupuk dengan ibadah, amal saleh, dan mempertajam keimanan dan keyakinan. Terapis memaknai keRidhaan sebagai kelapangan hati dalam menerima ujian dan takdir Allah.[64] Perilaku Ridha memudahkan klien mendapatkan kebahagiaan dan kesehatan mental.

e. *Mahabbah* dan *Ma'rifat*.

Terapis memberikan motivasi kepada klien agar meningkatkan ibadah melalui dzikir dan bertaqarrub kepada Allah. Penerimaan anugerah ma'rifat dalam diri melahirkan kondisi batiniah yang tenang dan tentram.

f. *Khauf* dan *Tawadhu*.

Khauf dan Tawadhu menjadi intipati dari kepribadian manusia. Fungsi psikoterapi khauf dan tawadhu adalah menepikan sifat-sifat berlawanan dengan keduanya. Pupusnya sifat tercela; congkak, angkuh, sombong dan menggantinya dengan sifat khauf dan tawadhu'.[65]

g. Takwa dan Ikhlas.

---

[63] Hadi Y. Ahmad, *Dahsyatnya*[1] *Sabar*, (Jakarta: Qultum Media, 2008), hlm. 26.

[64] Mansur Laily, *Ajaran dan Teladan*[2] *Para Sufi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003), hlm. 76.

[65] Maman A. Djaliel, *Tasawuf Tematik,*[3] (Bandung: CV Pustaka Setia, 2003), hlm. 63-64

Ketakwaan dan keikhlasan merupakan prinsip mendasar dalam tasawuf. Semakin kuat sikap ketakwaan dan keikhlasan, semakin longgar perolehan makna hidup dan kesehatan mental. Terapis mensugesti klien supaya bertakwa dan berlaku ikhlas tanpa dicampuri oleh sifat riya' secara bertahap menghasilkan ketenangan hidup dan kesehatan mental.

h. Syukur dan Muthma'innah.

Syukur dan muthma'innah adalah merawat jiwa menjadi pribadi yang memiliki jati diri dan kesehatan mental sempurna. Terapis mengarahkan klien agar terbiasa mensyukuri nikmat yang sedikit, sehingga yang sedikit dirasakan sebagai nikmat yang banyak dapat disyukuri. Efek demikian, membuat klien memiliki ketentraman dan kesehatan mental.

D. Kajian Terdahulu

Kajian-kajian yang telah dilaksanakan terdahulu yang berkaitan atau yang hampir mendekati dengan pembahasan "Peranan Ajaran Tasawuf dalam Penyembuhan Pasien Stroke" , di antaranya adalah:

a. Jurnal dengan judul *Sufi Healing dalam Tradisi Sufi* yang ditulis oleh Jarman Arroisi, pada jurnal Tsaqafah, Universitas Darussalam Gontor, Ponorogo, Volume 14, Number 2, November 2018, 323-348. Dengan hasil kesimpulan bahwa pandangan alam tentang manusia, dalam tradisi sufi yang bersumber dari al-Qur'an itu berimplikasi

pada pendekatannya memberikan terapi kesehatan. Pendekatan spiritual seperti mujahadat, uzlah, zuhud, rindu, dan cinta dengan melakukan amalan: wirid, zikir, tasbih, tahmid, dan yang lain menjadi pilihannya dalam terapi kesehatan atau spiritual healing, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Para sufi pada periode awal seperti Rabi'ah al-Adawiyah, Dzunun al-Mishri, al-Hallaj, Abu Yazid al-Bustami, al-Qusyairi, dan yang lain, menggunakan kemampuan puncaknya melawan hedonisme dan menjaga kesehatan jiwanya melalui kegiatan spiritual tersebut. Mujâhadah al-nafs dan tazkiyah al-nafs yang mereka lakukan terbukti mampu mengatasi ketidakmampuan psikolog modern dalam melakukan terapi kesehatan. Singkat kata, hanya dengan jiwa yang bersih gangguan kesehatan jiwa bisa dipulihkan, dan dengannya pula kebahagiaan bisa diraih[66].

b. Jurnal dengan judul *Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf* yang ditulis oleh M. Amin Syukur pada jurnal Walisongo, IAIN Walisongo Semarang, Volume 20, Nomor 2, November 2012 dengan menghasilkan beberapa kesimpulan yaitu sufi healing dalam menyembuhkan penyakit bersandar pada ajaran tasawuf. Hal ini dapat dipahami melalui berbagai aktivitas yang dilakukan oleh para sufi, terutama pelaksanaan dan pengalaman dalam

[66] Jurnal Tsaqafah, 2018. "*Sufi Healing dalam Tradisi Sufi*" Jarman Arroisi, Universitas Darussalam Gontor, Ponorogo, Vol 14, No. 2, November hal. 323-348

maqāmāt dan ḥāl, dapat ditarik menjadi suatu proses penyembuhan, baik fisik maupun mental. Mengenai terapi dalam tasawuf, dapat dilihat dari metode dzikir yang sering diterapkan dalam proses mencapai maqāmāt dan aḥwāl Berbagai ritual sufistik, secara psikologis dapat dijadikan sebagai bentuk psikoterapi, dengan didasarkan pada cabang psikoterapi transpersonal. Selain itu, jika dikaitkan dengan dzikir sebagai pusat orbit sufi healing, maka shalat, puasa, doa dan seterusnya, merupakan obat mujarab dalam menyembuhkan berbagai penyakit. Shalat misalnya, dapat dijadikan sebagai sarana olahraga dan olah rasa, sehingga dapat menjadi terapi yang paling dahsyat. Sufi healing dipandang efektif dalam penyembuhan, sebab para sufi menarik akar kesadaran manusia akan keberadaan dirinya sebagai metode pengobatan. Efektivitasnya nampak pada kelebihan utama spiritualitas yang menenangkan, dan mengajak para pasien untuk kembali pada fitrahnya, sebagai manusia yang terdiri dari unsur jasmani dan ruhani[67].

c. Jurnal dengan judul *"Pengaruh Manajemen Stress Terhadap Kesiapan Pasien Stroke dan Keluarga dalam Merencanakan Perilaku Adaptif Pasca Perawatan di Rumah Sakit"* pada jurnal Keperawatan Indonesia yang ditulis oleh Tutik, Haryati, dkk Jakarta, Volume 8, No. 1, Maret 2004, hal 13-17 dengan kesimpulan keluarga dan

[67] Jurnal Walisongo, 2012. "*Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf* " M. Amin Syukur, IAIN Walisongo Semarang, Volume 20, Nomor 2, November

pasien stroke yang mendapatkan manajemen stres mempunyai perencanaan perilaku adaptif yang baik pasca perawatan di rumah sakit. Penelitian ini juga menyimpulkan stres pasien dan keluarga berkurang setelah menerima manajemen stres[68].

Adapun perbedaan kajian ini dibandingkan dengan kajian-kajian psikoterapi terdahulu adalah bahwa kajian ini lebih memfokuskan atau menitik beratkan pada peranan tasawuf sebagai psikoterapy dalam mengobati pasien stroke.

[68] Jurnal Keperawatan Indonesia, 2004. *"Pengaruh Manajemen Stress Terhadap Kesiapan Pasien Stroke dan Keluarga dalam Merencanakan Perilaku Adaptif Pasca Perawatan di Rumah Sakit"* Tutik, Haryati, dkk Jakarta, Volume 8, No. 1, Maret hal. 13-17

BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian lapangan (*field research*). Dalam penelitian lapangan ini, peneliti secara individu terjun langsung dan terlibat dengan lingkungan setempat.[69] Penelitian lapangan adalah penelitian yang pengumpulan datanya dilakukan di lapangan misalnya lingkungan masyarakat, lembaga dan organisasi kemasyarakatan maupun pemerintahan.[70]

Penelitian ini menjelaskan hasil sesuai dengan apa yang terjadi, dan menggambarkan bagaimana bagaimana bentuk ajaran dan metode tasawuf psikoterapi yang digunakan dalam menangani pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi serta apa saja dampak dari tasawuf psikoterapi pada kesembuhan pasien stroke tersebut.

---

[69] Conny R Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Grasindo, 2010), 9

[70] Lexy J Moelong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), 4

B. Pendekatan Penelitian

Dalam melakukan penelitian, peneliti menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Menurut Lexy J. Moloeng mendefinisikan bahwa penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena yang sedang dialami oleh subyek penelitian seperti tingkah laku, persepsi, tindakan, motivasi dan cara menyajikan data dalam bentuk deskripsi berupa kalimat serta dengan berbagai metode ilmiah yang diperlukan.[71] Patton mengemukakan bahwa data kualitatif ialah segala sesuatu yang dikatakan oleh seseorang berdasarkan pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. Apa yang dikatakan oleh subyek tersebut merupakan sumber data kualitatif yang diperoleh secara verbal melalui wawancara atau dalam bentuk tertulis seperti analisis dokumen ataupun respon survei.[72]

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif deskriptif, artinya data yang terkumpul dalam bentuk kalimat dan tidak berupa angka-angka yang diperoleh melalui observasi dan wawancara serta dokumentasi. Selain itu, peneliti juga menggunakan pendekatan tasawuf artinya dalam penelitian peneliti mengakaji tentang pengobatan pasien stroke dengan pendekatan atau metode tasawuf psikoterapi secara baik dan luas.

Maka, karena dalam penelitian ini berkaitan dengan metode psikoterapis sufistik pada penanganan pasien stroke di Rumah

[71] Danu Eko Agustinova, *Memahami Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Calpulis, 2015), 9

[72] Rulam Ahmadi, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 16

Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi maka peneliti berusaha melihat secara dalam dan kompleks tentang permasalahan-permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini. Dengan demikian, penelitian ini mengggunakan pendekatan penelitian kualitatif deskriptif sufistik dimana data yang diperoleh dalam bentuk kalimat bukan berupa angka-angka dan semua penjelasan telah diuraikan dalam sudut pandang sufistik.

C. Lokasi dan Subyek Peneltian

1. Lokasi Penelitian

Adapun lokasi penelitian yaitu berada di Rumah Sakit Otak Dr. drs M Hatta Bukittinggi yang beralamat di jalan Sudirman Kelurahan Sapiran Kecamatan Aur Birugo Tigo Baleh Kota Bukittinggi Provinsi Sumatera Barat. Sedangkan waktu penelitian ini diperkirakan mulai dilakukan mulai pertengahan bulan Maret sampai dengan pertengahan Juni 2023. Peneliti akan melakukan observasi dengan mengumpulkan data mengenai gambaran umum Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi seperti sejarah, visi, misi, struktur organisasi dan sebagainya. Kemudian peneliti melakukan observasi partisipan dan wawancara dengan terapis fisik dan bicara dan juga dengan beberapa pasien stroke untuk mengumpulkan data mengenai metode pengobatan tasawuf psikoterapis yang terapis berikan dengan pasien gangguan stroke di Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi.

2. Subyek Penelitian

Subyek penelitian ialah sesuatu atau seseorang yang mengenai diperolehnya keterangan yang bermanfaat untuk

memberikan informasi mengenai situasi dan kondisi pada latar penelitian. Istilah lain dari subyek penelitian yaitu responden, ialah seseorang yang memberikan respon atau informasi tentang fakta atau pendapat yang mereka ketahui. Dalam penelitian kualitatif, istilah responden juga disebut dengan informan, yaitu sesorang yang memberikan informasi tentang data yang berkaitan dengan penelitian.[73] Subyek penelitian dalam penelitian ini ialah beberapa orang pasien stroke, Rohis (Rohaniawan Islam) dan terapis fisik dan bicara di Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi.

D. Sumber Data

Secara umum sumber data merupakan faktor penting dalam sebuah penelitian, hal ini dikarenaken data akan mempengaruhi kualitas dari hasil penelitian. Oleh sebab itu, dalam metode pengumpulan data sumber data menjadi bahan pertimbangan dalam sebuah penelitian. Sumber data dibagi menjadi dua antara lain sebagai berikut:

1. Data Primer

   Data primer yaitu data yang diperoleh dari sumber utama dari sebuah penelitian, dalam memperoleh data tersebut peneliti menggunakan instrumen-instrumen yang sudah ditetapkan. Sumber data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui hasil observasi dan wawancara nantinya dengan rohis dan pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi.

[73] Muh. Fitrah dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian* (Sukabumi: CV Jejak, 2017), 152

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data atau informasi yang dikumpulkan oleh peneliti yang diperoleh secara tidak langsung dan bersifat publik seperti struktur organisasi data kearsipan, laporan, dokumen dan buku-buku.[74] Data sekunder ialah data yang menjadi sumber pendukung yang dapat memberikan informasi tambahan dalam penelitian. Data sekunder dalam penelitian ini adalah buku-buku pendukung yang berkaitan dengan psikoterapi Islam, konseling islami dan psikologi kejiwaan serta jurnal penelitian yang relevan dengan pembahasan dalam penelitian ini.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan suatu langkah yang paling penting dalam penelitian, karena tujuan utama dalam penelitian adalah memperoleh data. Dalam penelitian kualitatif, teknik pengumpulan data dapat dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi.

1. Observasi

Observasi merupakan dasar dari semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta yang ada dilapangan yang dapat diperoleh melalui observasi.[75] Observasi merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat segala sesuatu yang ada di

[74] Muh. Fitrah dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian* (Sukabumi: CV Jejak, 2017), 152

[75] Masrukhin, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Kudus: Media Ilmu Press, 2019), 211

lapangan. Pada hakikatnya, observasi merupakan bentuk dari kegiatan di lapangan dengan menggunakan panca indera (penglihatan, pendengaran dan penciuman) untuk memperoleh suatu data yang dibutuhkan guna menjawab masalah penelitian.[76]

Observasi guna untuk memperoleh data atau informasi tentang gaya komunikasi yang diyakini efektif oleh psikoterapis sufistik dengan pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi. Adapun jenis observasi yang peneliti gunakan adalah observasi partisipasif, yaitu peneliti ikut terlibat dengan kegiatan yang telah diamati di lapangan yaitu sebagai Rohis (Rohaniawan Islam). Pada penelitian kali ini, peneliti mengamati apa yang dilakukan oleh subyek, mendengarkan apa yang mereka katakan dan ikut berpartisipasi dalam kegiatan mereka.

2. Wawancara

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam. Wawancara adalah salah satu teknik pengumpulan data yang dapat dilakukan secara langsung dengan subyek penelitian atau responden. Wawancara ialah proses percakapan antara pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan kepada responden dengan maksud untuk mengontruksi tentang seseorang, kegiatan, kejadian, motivasi, perasaan dan lain-lain.[77] Peneliti menggunakan wawancara mendalam dengan bertemu secara langsung dan berulang-ulang dengan informan. Dengan

[76] Muh. Fitrah dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian*, 72
[77] Wahyu Purhantara, *Metode Penelitian Kualitatif* , 80

wawancara mendalam peneliti akan memahami suatu fenomena dengan mengungkap pengalaman dari informan.

Adapun teknik wawancara yang peneliti gunakan ialah jenis wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur merupakan jenis wawancara dimana peneliti mengajukan beberapa pertanyaan yang telah disusun sebelumnya akan tetapi peneliti mempunyai fleksibilitas menambahkan pertanyaan berdasarkan atas respon dari informan.[78] Dalam teknik ini, peneliti mengajukan pertanyaan kepada informan secara terbuka akan tetapi tetap ada batasan dari tema pembahasan penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan wakil pimpinan Rumah Sakit dan beberapa pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi.

3. Dokumentasi

Di samping observasi dan wawancara, dalam pengumpulan data peneliti juga menggunakan berbagai dokumen. Dokumen adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan cara memperoleh informasi dari berbagai buku, dokumen dan tulisan yang relevan dengan topik penelitian serta mengungkap obyek penelitian.[79] Dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan teknik observasi dan wawancara dalam penelitian.

Dengan adanya dokumen maka hasil penelitian dari observasi atau wawancara akan lebih dapat dipercaya dan semakin dipercaya apabila dilengkapi dengan foto-foto ataupun

[78] Yulius Selamet, *Pendekatan Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2019), 96

[79] Danu Eko Agustinova, *Memahami Metode Penelitian Kualitatif*, 39

dokumen yang lainnya.[80] Metode dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan mengumpulkan berbagai dokumen yang memuat tentang gambaran umum di Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi.

F. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono, analisis data yaitu proses mencari dan menyusun data secara sistematis yang diperoleh melalui hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi sehingga dapat mudah dimengerti dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dapat dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melaksanakan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari serta membuat kesimpulan.[81]

Analisis data kualitatif memiliki tujuan yaitu mencari makna dibalik data yang diperoleh peneliti melalui pengakuan subyek. Oleh karena itu, peneliti perlu melakukan analisis data dari berbagai obyek penelitian. Analisis diperlukan dengan maksud agar dapat mengungkap kaitan tersebut secara jelas dan mudah dipahami.[82] Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data dengan model Miles dan Huberman. Pada penelitian kualitatif, analisis data dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung dan setelah selesai pengumpulan

[80]Masrukhin, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, 220

[81] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2015), 334

[82] Danu Eko Agustinova, *Memahami Metode Penelitian Kualitatif*, 62

data dalam kurun waktu tertentu. Adapun teknik analisis data dari konsep Miles dan Huberman yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

1) Reduksi Data

Data yang diperoleh di lapangan jumlahnya cukup banyak, oleh sebab itu peneliti perlu mencatat secara detail dan teliti. Semakin lama peneliti melakukan penelitian di lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak dan kompleks. Dengan demikian, maka peneliti perlu melakukan analisis data melalui reduksi data. Reduksi data berarti meringkas, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan polanya serta membuang hal-hal yang tidak diperlukan dalam penelitian.[83] Reduksi data dilakukan untuk menelaah kembali semua catatan lapangan yang diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang kemudian diringkas oleh peneliti.[84] Data yang sudah direduksi akan memberikan gambaran lebih jelas dan dapat mempermudah peneliti dalam melakukan pengumpulan data selanjutnya.

2) Penyajian Data (Data Display)

Langkah selanjutnya yang peneliti lakukan setelah data direduksi ialah mendisplaykan data. Penyajian data merupakan proses pengumpulan data atau informasi yang disusun berdasarkan kategori yang diperlukan. Dalam penelitian kualitatif, display data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, hubungan antar kategori, bagan dan sebagainya. Sedangkan menurut Miles

[83] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 338
[84] Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif*, 37

dan Huberman, untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif bisa menggunakan teks yang bersifat naratif.[85] Penyajian data bertujuan untuk menemukan pola yang bermakna dan memberikan penarikan kesimpulan serta memberikan tindakan.[86]

3) Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi

Setelah kedua teknik tersebut selesai, maka langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti ialah penarikan kesimpulan atau verifikasi. Penarikan kesimpulan ialah suatu proses perumusan makna dari hasil penelitian yang dikemukakan dengan kalimat yang singkat, padat dan jelas serta melakukan peninjauan secara berulang kali tentang kebenaran dari kesimpulan tersebut.[87]

Kesimpulan awal yang dikemukakan oleh peneliti masih bersifat sementara dan dapat berubah jika tidak ditemukan dengan bukti yang kuat yang mendukung ke tahap pengumpulan data selanjutnya. Dan apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal disertai dengan bukti yang valid dan konsisten, maka kesimpulan yang dikemukakan tersebut merupakan kesimpulan yang kredibel atau dapat dipercaya.[88]

G. Teknik Keabsahan Data

Data ialah sesuatu yang belum memiliki arti dan masih perlu diolah atau di analisis oleh peneliti. Data dapat berupa catatan di kertas, buku atau sudah tersimpan dalam bentuk file

[85] Danu Eko Agustinova, *Memahami Metode Penelitian Kualitatif*, 65
[86] Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 248
[87] Danu Eko Agustinova, *Memahami Metode Penelitian Kualitatif*, 68
[88] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 345

dalam basis data. Data bisa terwujud suatu keadaan, suara, gambar, bahasa ataupun yang lainnya yang dapat digunakan sebagai bahan untuk meliha obyek, lingkungan dan kejadian ataupun suatu konsep.[89] Data yang diperoleh dilapangan merupakan fakta yang masih mentah, artinya data tersebut masih perlu diolah atau dianalisis lebih lanjut agar menjadi data yang dapat dipertanggungjawabkan. Setelah data diperoleh, maka langkah selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti ialah menguji keabsahan data tersebut.[90]

Keabsahan data adalah standar kebenaran suatu data hasil penelitian yang lebih menekankan pada data atau informasi daripada sikap dan jumlah orang. Uji keabsahan data dalam sebuah penelitian hanya ditekankan pada uji validitas dan reliabiltas. Dalam penelitian kualitatif, data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara apa yang telah dilaporkan oleh peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang telah diteliti.[91] Dalam penelitian ini, pengujian keabsahan data yang dilakukan oleh peneliti menggunakan dua teknik antara lain sebagai berikut:

1. Triangulasi

Menurut Moleong triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain dari luar data tersebut yang digunakan untuk keperluan pengecekan atau

[89] Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Sukabumi: CV Jejak, 2018), 212
[90] Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 214
[91] Muh. Fitrah dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian*, 93

sebagai pembanding terhadap data tersebut. Dalam penelitian ini, tujuan dilakukan triangulasi ialah untuk meningkatkan kekuatan teoiritis, metodologis ataupun interpretative dari sebuah riset.[92] Dalam penelitian kualitatif, triangulasi mengarah pada pengumpulan data atau informasi secara sebanyak mungkin dari berbagai sumber.[93]

Dalam konsep triangulasi menentukan bahwa peneliti menggunakan berbagai metode, sumber data dan teori untuk mengumpulkan data serta menganalisisnya sehingga sumber data tersebut sesuai dengan fakta-fakta yang ada di lapangan.[94] Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi agar mendapatkan data yang tepat dan akurat sesuai dengan realita yang ada di lapangan.

4. Meningkatkan Ketekunan

Dalam meningkatkan ketekunan berarti peneliti melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan demikian, melalui cara tersebut maka dapat memastikan bahwa data dan urutan suatu kejadian dapat direkam secara sistematis, akurat dan pasti.[95]

5. Bahan Referensi

Bahan referensi adalah adanya pendukung untuk membuktikan data yang telah diperoleh peneliti. Misalnya, data hasil wawancara perlu didukung dengan rekaman wawancara

[92] Danu Eko Agustinova, *Memahami Metode Penelitian Kualitatif*, 45

[93] Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Deepublish, 2018), 30

[94] Yulius Selamet, *Pendekatan Penelitian Kualitatif*, 105

[95] Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif Ilmu Pendidikan Teologi*, (Makasar, Sekolah Tinggi Thelogia Jaffray: 2018), hlm 117

sehingga data yang diperoleh menjadi kredibel atau lebih dapat dipercaya. Seperti halnya data tentang interaksi manusia atau gambaran suatu kondisi perlu didukung dengan foto-foto.[96] Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rekaman wawancara dan foto-foto hasil observasi di Rumah Sakit Otak Dr. drs. M Hatta Bukittinggi sebagai bahan referensi.

[96] Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 227

BAB IV
HASIL PENELITIAN

A. Profil Rumah Sakit Otak Dr. Drs. M Hatta Bukittinggi

1. Gambaran Umum

Rumah Sakit Rumah Sakit Otak Dr. Drs. M. HATTA Bukittinggi adalah salah satu Rumah Sakit tipe A milik Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Beralamat di Jalan Jenderal Sudirman Kelurahan Kelurahan Sapiran, RT 01 /RW 01 Kecamatan Aur Birugo Tigo Baleh Kota Bukittinggi Provinsi Sumatera Barat.

Berawal pada tahun 1976, saat Yayasan Baptis mendirikan Rumah Sakit Imanuel dengan 60an tempat tidur yang melayani kebidanan, bedah dan penyakit dalam. Pada tahun 1982, Pemerintah menetapkannya menjadi Rumah Sakit Umum Pusat (RSUP) Bukittinggi, sebagai Rumah sakit Vertical tipe C.

Melihat banyaknya kasus stroke di Sumatera barat, atas perjuangan tokoh masyarakat serta Perantau Minang, maka pada tahun 2002 silam, Rumah Sakit Umum Pusat berganti nama menjadi Pusat Pengembangan Penanggulangan Stroke Nasional Bukittinggi.

Hanya dalam waktu 3 tahun yaitu pada tahun 2005, maka nama rumah sakit kembali berganti nama menjadi Rumah Sakit Stroke Nasional (RSSN) Bukittinggi dengan layanan utamanya adalah Stroke dan Bedah Syaraf. Kemudian, pada tahun 2019 lalu lewat Permenkes 76 tahun 2019, dalam rangka mengenang perjuangan Bung Hatta, maka Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi berubah nama menjadi RS Otak Dr.Drs.M.Hatta Bukittinggi dan menjadi Rumah Sakit tipe A.

Rumah sakit ini memiliki 142 tempat tidur dengan SDM yang profesional dan kompeten di bidangnya masing-masing, dan juga memiliki beberapa sarana dan prasarana medis dan penunjang yang canggih yang sesuai standar penyakit stroke seperti MRI, CT Scan, Cath-Lab, EMG, EKG, TCD, TMS, Alat Operasi serta Ruangan ICU dan ruang rawatan serta layanan unggulan terkait [97].

2. Visi dan Misi Rumah Sakit Otak DR. Drs. M. Hatta Bukittinggi

a. Visi

“Menjadi Pusat Pelayanan Otak dan Saraf yang Berkualitas untuk Mendukung Terwujudnya Indonesia Maju, Berdaulat, Mandiri dan Berkepribadian Berlandaskan Gotong Royong**”.**

[97] Sumber https://katasumbar.com/sejarah-panjang-rsomh-bukittinggi-dari-rs-imanuel-hingga-rssn/ pada tanggal 25 juli 2023 jam 15.10 wib.

b. Misi

1) Meningkatkan pelayanan Otak dan Saraf yang sesuai dengan standar profesional dan berorientasi pada kepuasan pelanggan.
2) Meningkatkan Sumber Daya Manusia (SDM) yang kompeten.
3) Meningkatkan sarana dan prasarana serta Sistem Informasi Manajemen Rumah Sakit (SIM-RS) yang handal.
4) Mengembangkan jejaring dan inovasi pelayanan otak dan saraf.

3. Motto Rumah Sakit

" Melayani sepenuh hati "

4. Nilai

a. Ketulusan**,** memberikan pelayanan dengan sepenuh hati;
b. Kebersamaan**,** mengutamakan kerjasama tim;
c. Profesionalisme, bekerja sesuai dengan standar dan prosedur yang telah ditentukan;
d. Kualitas, mengutamakan kualitas dalam pelayanan;
e. Kejujuran**,** berani menyatakan kebenaran dan kesalahan-kesalahan berdasarkan data dan fakta yang dapat dipertanggung jawabkan;
f. Keterbukaan**,** keterbukaan dalam mengemukakan pendapat dan menerima pendapatan pihak lain;
g. Disiplin, berusaha menegakan disiplin baik untuk diri sendiri maupun terhadap lingkungan.

3. Tugas Pokok

Menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna dengan kekhususan pelayanan kesehatan di bidang penyakit otak.

B. Ajaran Tasawuf Psikoterapi Yang Digunakan Dalam Penanganan Pasien Stroke

Diantara ajaran tasawuf psikoterapi yang digunakan oleh terapis atau rohaniawan islam di Rumah Sakit Otak M Hatta Bukittinggi dalam memberikan pelayanan dan penyuluhan bagi pasien stroke adalah :

1. Taubat dan Istighfar

   Adapun Fungsi taubat dalam psikoterapi memegang peranan penting dalam proses penyembuhan dan mengembalikan kembali potensi fitrah yang dimiliki seseorang tersebut. Taubat yang dilakukan dengan benar (nasuha) akan memberikan dampak secara spesifik dan akan berfungsi sebagai:

   a. Alat pembersih noda hitam dalam hati, pembersihan noda ini akan sangat membantu pemulihan mental-psikologis seseorang yang sedang mengalami gangguan (penyakit) mental. Hal ini dapat dipahami bahwa noda hitam dalam hati (qalbu) inilah yang menjadi sumber munculnya gangguan penyimpangan pikiran-perasaan-perilaku seseorang sehingga dengan dibersihkan terlebih dahulu akan mengurangi noda dan dapat membantu proses pemulihan mental psikologis seseorang. Proses pembersihan awal ini dapat dilakukan secara lisan atau

ucapan dalam bentuk memohon ampun kepada Allah dan dibarengi dengan aktifitas sholat taubat seperti yang dicontohkan oleh Nabi Muhammad Saw.[98]

b. Penguat pikiran dan perasaan, proses pertaubatan yang diikuti dengan kegiatan pengakuan dosa (evaluasi diri) dan penyesalan dapat menumbuhkan pikiran dan perasaan positif. Hal ini dapat terlihat dengan tumbuhnya optimisme menjalani kehidupan, tidak putus asa, mampu mengenali dan menerima diri dengan lebih baik serta mampu berpikiran positif terhadap setiap kejadian. Tumbuhnya sifat seperti ini akan sangat membantu seseorang yang sedang menghadapi masalah atau gangguan mental dan ini merupakan langkah terbaik untuk mengatasi gangguan tersebut. Munculnya sifat positif tersebut dapat dikatakan sebagai kesembuhan tingkat awal para klien yang mengalami gangguan mental.

c. Pendorong berkembangnya potensi manusia, taubat dapat merangsang seseorang untuk meningkatkan amal perbuatannya melalui evaluasi diri, pemetaan dan perencanaan kegiatan baik lainnya baik yang pernah ditinggalkan maupun yang belum pernah dilakukan. Seseorang akan selalu mencari tambahan amal kebaikan untuk menutupi kesalahan (dosa) yang pernah dilakukan dan tidak ada hari tanpa menyempurnakan amal kebaikan.

[98] Taubat sebagai Metode Dasar Psikoterapi Disampaikan oleh Muhammad Shohib pada SEMINAR PSIKOLOGI & KEMANUSIAAN, di Universitas Muhammadiyah Malang

Kondisi ini dapat mengakibatkan terbukanya potensi diri yang selama ini tidak diketahui atau tertutup oleh perbuatan buruknya, sehingga memungkinkan akan melejitnya potensi diri yang dimiliki.[99]

Dalam implikasi psikoterapi, pertaubatan dijadikan langkah awal untuk membantu klien (pasien) dalam mendapatkan kesembuhan atau berkembangnya potensi diri.

Proses pertaubatan ini tidak hanya berhenti melalui permohonan ampunan saja, akan tetapi bagi klien (dan keluarganya) yang berpenyakit ringan dianjurkan untuk memperbanyak ibadah sunnah di rumah (shalat & puasa) untuk mendekatkan diri kepada Allah agar muncul keridhaan dalam proses penyembuhan ini. Terapi kemudian dilanjutkan dengan terapi doa oleh terapis untuk meminta dimudahkan hilangnya gangguan mental (psikologis).

Dalam pengalaman selama terapi, klien akan lebih mudah sembuh manakala ada kesungguhan dalam diri (dan keluarga) untuk lebih mendekat kepada Allah baik melalui ibadah mahdhoh maupun ghoiru mahdhoh (berinfak shadaqah dan memperbanyak ibadah sunnah). Apabila dalam diri klien ditemukan kaitannya atau pengaruhnya dengan fisik maka terapis akan memberikan ramuan herbal atau pijatan untuk membantu pemulihan fisik. Hal ini sesuai dengan kaidah ilmu kedokteran yang mengatakan bahwa fisik dan non fisik senantiasa berhubungan sehingga gangguan salah satu aspek akan mempengaruhi aspek yang lain.

[99] Taubat sebagai Metode Dasar Psikoterapi Disampaikan oleh Muhammad Shohib pada SEMINAR PSIKOLOGI & KEMANUSIAAN, di Universitas Muhammadiyah Malang

Psikoterapi yang diterapkan hendaknya senantiasa menyandarkan diri pada kesungguhan klien untuk memperoleh kesembuhan disamping pengharapan atas keridhoan dari Tuhan (Allah SWT), karena Tuhan senantiasa mempunyai rencana yang sangat baik dan indah untuk kehidupan hamba Nya dan individu tidak tahu rencana tersebut. Individu diminta memiliki keyakinan yang kuat tentang hal tersebut sehingga dapat menjalani setiap kejadian dengan lapang dada. Namun sesungguhnya Allah tidak akan merubah kondisi manusia apabila kita tidak berusaha mengupayakannya.

2. Sabar

Bentuk ajaran tasawuf Sabar yang disampaikan oleh rohis atau terapis di Rs Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi adalah ajaran sabar dalam menghadapi musibah yang diberikan oleh Allah swt. Diantara bentuk sabar dalam menghadapi musibah adalah sabar ketika Allah menguji seprang hamba dengan penyakit.

a) Sakit merupakan Ketentuan Allah

Dalam Al Qu'an surat Al Hadid 22-23, Allah mengatakan :

"Sakit dan musibah lainnya merupakan ketetapan Allah sebagai ujian atau cobaan yang penuh dengan hikmah"

Karena sakit merupakan ketetapan dari Allah maka sikap yang harus dimiliki oleh pasien stroke adalah dengan cara :

1) Sabar dalam menghadapi setiap ujian atau musibah yang Allah berikan
2) Redha dengan segala bentuk ketetapan yang Allah tetapkan
3) Segera berobat kepada ahlinya, yaitu dokter

4) Berbaik sangka kepada Allah, bahwa segala yang Allah berikan ada hikmah terbaik dibalik setiap ujian
5) Senantiasa bertawakal kepada Allah swt

b) Sabar dikala sakit

Apabila seseorang ditimpa suatu cobaan berupa sakit, maka hendaklah diterima dengan penuh kesabaran, karena sejatinya seorang hamba tidak akan mampu untuk menolak ketetapan yang Allah izinkan. Sabar adalah perasaan menerima keadaan yang terjadi pada dirinya dengan ikhlas dan ridha. Barang siapa yang dapat menerimanya dengan sabar dan ridho maka akan disediakan pahala yang besar disisi Allah SWT.

Disamping sabar dalam menerima penyakit atau musibah, maka rohis juga mengingatkan pasien untuk sabar salam menghadapi segala hal yang berkaitan dengannya seperti sabar dalam berobat, sabar dalam menahan emosi dan ambisi, sabar dalam menahan diri dari memakan makanan yang menjadi pantangan bagi pasien stroke, sabar dalam mengikuti seluruh anjuran yang diberikan oleh dokter atau perawat seperti harus cek, control kesehatan atau harus mengikuti terapi bagi pasien stroke, dan juga sabar dalam menghadapi masalah lainnya yang akan dihadapi pasca stroke.[100]

[100] Ajaran bersabar dalam tasawuf merupakan ajaran wajib pembinaan bagi pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi, hal ini dikarenakan point dari ajaran sabar itu sendiri memberikan dampak pengaruh yang besar bagi keberlansungan kehidupan pasien stroke. Buku referensi tentang sabar ini diantaranya adalah *Kado Penghibur Orang Sakit* penulis Abdullah bin Ali al-ju'aitsin, pustaka Imam Syafi'I, Jakarta: 2015.

c) Disamping menjelaskan tatacara sabar didalam islam maka terapis atau rohis juga menjelaskan hikmah dan keutamaan sabar bagi pasien stroke, yaitu:

1) Mereka yang bersabar akan ditinggikan derejatnya oleh Allah Swt
2) Pasien yang bersabar terhadap penyakitnya juga mendapatkan ampunan Allah atas dosa-dosanya dan pahala yang besar.
3) Orang yang mampu untuk bersabar juga mendapatkan pelajaran dan hikmat tentang keutamaan nikmat kesehatan dan pentingnya menjaga kesehatan
4) Dengan menjadi pribadi yang bersabar maka semakin mampu untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT
5) Dengan musibah yang diberikan oleh Allah maka semakin mengingatkan diri untuk tetap bersyukur terhadap nikmat lainnya

3. Kewajiban untuk Ikhtiar dan hikmah berikhtiar

Disamping ajaran tasawuf sabar maka ajaran tasawuf lainnya yang terapis ajarkan buat pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi adalah ajaran tasawuf ikhtiar dan hikmah.

Penyakit merupakan salah satu bagian dari ketetapan Allah SWT kepada hambaNya. Banyak hikmah yang dapat dipetik didalamnya. Rasulullah memberikan tuntunan kepada umatnya dalam menghadapi musibah sakit. Dan banyak yang harus diperhatikan, dihayati dan diamalkan agar tidak terjerumus ke

dalam perbuatan yang merusak keimanan. Bentuk (usaha) atau ikhtiar seorang pasien dalam mengahadapi penyakit adalah:

1. Jika sakit segera berobat

Berobat merupakan salah satu syariat dalam Islam yang wajib dikerjakan, Sabda Rasulullah SAW :

"Berobatlah kamu, Karena Allah SWT tidak mengadakan suatu penyakit melainkan telah mengadakan pula obatnya, hanya ada satu penyakit yang tidak ada obatnya yaitu Tua". (HR. Ahmad, Ashabus Sunah)

Hikmah yang diperoleh bagi pasien yang berikhtiar untuk segera berobat, adalah:

a. Melaksanakan perintah Allah swt dan mendapatkan pahala dari setiap ikhtiar yang dilakukan.

b. Ikhtiar membebaskan diri dari penderitaan yang diakibatkan sakit. Apabila semakin lambat seseorang dalam berikhtiar maka bisa berakibat akan semakin parah sakit yang dirasakan, terutama penyakit stroke.[101]

2. Larangan berobat ke Dukun

Berobat mendatangi dukun, peramal, ahli sihir adalah dilarang, sebab mereka sebenarnya pendusta Firman Allah dalam Alquran

"Tidak ada seorangpun dilangit dan dibumi yang mengetahui perkara yang ghaib kecuali Allah"

[101] Observasi terhadap pasien Rs Otak M Hatta Bukittinggi yang terlambat dalam proses penanganan dibawa ke rumah sakit mengakibatkan susah dan semakin lama proses kesembuhan stroke yang dirasakan. Beda halnya dengan pasien yang proses usaha datang ke rumah sakit kurang dalam tiga jam maka kesembuhan pasien jauh lebih cepat. Hal ini disebabkan adanya obat untuk menghentikan penyumbatan atau pecahnya pembuluh darah dalam waktu singkat.

Dalam Hadis Rasulullah SAW

> *Barang siapa yang mendatangi dukun atau peramal, lalu mempercayai apa yang diucapkannya, maka ia telah kafir terhadap apa yang diturunkan kepada Muhammad (HR. Ahmad &Hakim dengan Isnad Shahih)*

C. Metode Atau Tata Cara Psikoterapi Sufistik Yang Digunakan Dalam Penanganan Pasien Stroke

Metode atau tata cara psikoterapi sufistik yang diterapkan oleh rohaniawan di rumah sakit otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi di antaranya adalah, metode secara langsung dan metode psikoterapi sufistik secara tidak langsung. Dari dua metode tersebut tentu memiliki tingkat efektifitas yang berbeda-beda.

Metode bimbingan rohani Islam secara langsung, dilakukan secara individual pada pasien dan memiliki tingkat efektifitas yang paling tinggi dibanding dengan cara yang lain. Karena dengan cara ini rohaniawan atau terapis dapat menyampaikan secara langsung materi-materi yang akan disampaikan kepada pasien. Dengan cara ini pula rohaniawan selaku terapis dituntut untuk memahami terlebih dahulu kondisi psikis pasien secara lebih detail, di samping mengetahui latar belakang keagamaan setiap pasien. Sehingga dengan demikian terapis atau rohaniawan akan dengan mudah menentukan ajaran atau materi yang sesuai dengan keadaan pasien. Metode secara langsung juga mempunyai efek yang sangat baik pada pasien, dikarenakan rohaniawan sekaligus terapis menjalin hubungan empatis dengan pasien.

Hubungan empatis inisangat diperlukan dalam proses bimbingan, karena dengan sikap empatis yang dimiliki oleh terapis, pasien akan merasa tidak sendirian dalam menghadapi cobaan yang dialaminya, namun ia akan merasa mendapatkan perhatian langsung dari orang lain (rohaniawan).

Sedangkan metode secara tidak langsung tentu jauh berbeda tingkat keefektifan nya dibandingkan metode secara langsung. Metode secara tidak langsung yaitu rohis menyediakan bahan-bahan psikoterapis dalam bentuk lieflet dan modul atau bagan tatacara pelaksanaan ibadah yang di letakkan di atas meja pasien atau di temple disamping tempat tidur pasien.

Metode seperti ini sangat sering ditemui di rumah sakit pemerintah atau umum dikarenakan tidak adanya aturan yang mengikat untuk tersedianya rohaniawan Islam yang bertugas memberikan penyuluhan atau bimbingan rohani Islam di instansi tersebut.

Sementara itu metode implementasi psikoterapi sufistik yang digunakan oleh terapis atau rohani Islam dalam menangani masalah pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi antara lain yaitu:

1. Takhalli

Fase takhalli adalah fase penyucian mental, jiwa, akal fikiran, qalbu dan moral (akhlak) dengan sifat-sifat yang mulia dan terpuji. Metode takhalli ini secara teknis ada lima, yaitu:

a. Mensucikan diri dari najis dengan melakukan istinja' dengan baik dan benar.

b. Mensucikan yang kotor dengan cara mandi atau menyiram air keseluruh tubuh dengan cara yang baik dan benar serta teliti.

c. Mensucikan yang bersih dengan cara berwudhu menggunakan air dengan cara yang baik dan benar serta teliti

d. Mensucikan yang suci atau fitrah dengan mendirikan shalat taubat dan memohon ampunan kepada Allah SWT, mensucikan Yang Maha Suci dengan berdzikir dan mentauhidkan Allah SWT[102]

Metode takhalli yang digunakan oleh terapis di Rumah sakit Otak Dr. Drs. M Hatta Bukittinggi antara lain terapis atau rohis mengajarkan tentang tata cara bagaimana bersuci baik dalam bentuk mandi wajib, berwudhu' ataupun tatacara bertayaumum bagi pasien stroke dan keluarga pasien.

Mengingat pasien yang dihadapi oleh Rohis atau terapis adalah pasien stroke yang tidak memungkinkan untuk mandi atau berwudhu' ke kamar mandi maka Rohis atau terapis memperagakan tata cara bertayaumum. Rohis tidak hanya menjelaskan secara langsung tetapi rohis juga mempersiapkan dalam bentuk lieflet dan bagan tata cara tayaumum yang ditempel disamping tempat tidur pasien.

Berikut ada beberapa poin penting terkait cara bersuci bagi basien stroke atau orang yang sedang sakit :

[102] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, 259-260

a. Pada dasarnya, orang yang sakit tetap wajib bersuci dengan air, baik ketika berwudhu maupun ketika mandi junub.
b. Jika tidak mampu bersuci dengan air, baik karena tidak ada air atau khawatir sakitnya semakin parah, maka dia boleh bertayamum.
c. Cara bertayamum: menepukkan kedua telapak tangan ke tanah yang suci dengan sekali tepukan, lalu meng-usapkannya ke semua bagian muka, kemudian ke kedua telapak tangan.
d. Jika tidak mampu menyucikan diri sendiri dikarenakan keterbatasan gerak karena sakit stroke atau lainnya, maka dia diwudhukan atau ditayamumkan orang lain. Orang itu menepukkan telapak tangannya ke tanah yang suci, lalu mengusapkannya ke semua bagian muka orang yang sakit dan ke kedua telapak tangannya. Demikian juga jika yang sakit tidak dapat berwudhu, dia dapat diwudhukan orang lain.
e. Menurut hukum asalnya, luka yang ada di anggota wudhu juga harus tekena air ketika berwudhu. Namun, jika air diyakini dapat memperlambat kesembuhan luka itu, maka cukup dengan membasahi telapak tangan lalu diusapkan di atas anggota tubuh yang terluka. Adapun jika cara ini masih diyakini akan memperlambat kesembuhan, maka dia boleh bertayamum.
f. Jika salah satu anggota tubuh ada yang diperban atau digips, maka cukup dengan mengusapkan air di atasnya sebagai ganti dari membasuh anggota tubuh tersebut

dengan air. Pada kondisi seperti ini, dia tidak boleh bertayamum; karena bagian yang terluka itu masih mungkin diusap dengan air, sebagai pengganti basuhan.

g. Boleh bertayamum dengan debu yang menempel pada dinding atau tempat lainnya, selama tempat tersebut suci. Apabila dinding terbuat dari bahan selain tanah, seperti marmer, maka tidak dibolehkan bertayamum dengannya; kecuali jika benar-benar terdapat debu yang menempel di atasnya.

h. Dibolehkan mengerjakan beberapa shalat dengan satu tayamum, selama seseorang masih dalam keadaan suci dari hadats.[103]

i. Penyucian badan dari berbagai najis tetap diwajibkan sebelum mengerjakan shalat. Namun jika tidak mampu, maka shalat tetap wajib dikerjakan walaupun masih terdapat najis di badan. Pada kondisi ini, shalat tetap sah dan tidak wajib perlu diulangi.

j. Pakaian yang dikenakan untuk shalat harus suci dari najis. Namun jika tidak memungkinkan, maka boleh shalat mengenakan pakaian yang masih bernajis, dan shalatnya sah serta tidak perlu diulangi.

k. Alas tempat shalat haruslah suci. Jika di alas tempat shalat tersebut terdapat najis, maka wajib disucikan atau diganti dengan alas lain yang suci. Namun jika tidak

[103] Abdullah bin ali al ju,aitsin (2015) Kado Penghibur Orang Sakit. Jakarta : Pustaka Imam Asy Syafi'I, hal 254

memungkinkan, maka boleh shalat di atas alas yang ada, dan shalatnya sah serta tidak perlu diulangi.

l. Tidak dibolehkan menunda-nunda pelaksanaan shalat (hingga masuk waktu shalat berikutnya) karena alasan sulit bersuci. Sebab, yang dituntut adalah bersuci sesuai dengan kemampuan kemudian shalat pada waktunya, walaupun pada tempat shalatnya atau pakaiannya itu terdapat najis yang sulit untuk dibersihkan atau dihindari.[104]

Disamping mengajarkan tata cara bersuci secara lahir, rohis atau terapis juga mengingatkan pasien dan keluarga pasien stroke untuk bersuci secara bathin yaitu dengan cara bertaubat dari perbuatan dosa dan maksiat dan juga terapis atau rohis mengajarkan untuk memperbanyak mengucapkan istighfar.

Taubat sebagai metode dasar psikoterapi secara spesifik mempunyai beberapa fungsi yaitu dapat bertindak untuk kuratif (penyembuhan), preventif (pencegahan), konstruktif (pengembangan) & promotif (pemeliharaan). Dengan demikian fungsi psikoterapi dapat dikembangkan tidak hanya untuk seseorang yang mengalami gangguan psikologis akan tetapi juga pengembangan diri untuk mengoptimalisasikan potensi yang dimiliki.

Dalam melakukan penanganan terhadap gangguan psikologis, taubat dapat dipraktekkan secara terintegrasi dengan metode psikologis yang lain, diantaranya dalam bentuk asesmen kondisi psikologis yang dikeluhkan oleh dirinya sendiri atau

[104] Abdullah bin ali al ju,aitsin (2015) Kado Penghibur Orang Sakit. Jakarta : Pustaka Imam Asy Syafi'I, hal 256

orang lain (melalui wawancara) dan melakukan praktek konseling dan bimbingan dengan menggunakan pendekatan holistic, sehingga dalam menangani klien seorang terapis mampu memberikan layanan yang optimal melalui berbagai pendekatan yang sesuai dengan kondisi klien/pasien tersebut.

2. Tahalli

Setelah melakukan fase Takhalli (Pembersihan Diri) baik pembersihan akal fikiran dengan cara berhuznuz zhan (berbaik sangka) kepada Allah, pembersihan hati dengan cara bertaubat dan beristighfar dan pembersihan fisik atau indrawi dengan cara mandi, berwudhu' atau bertayaumum maka dilanjutkan dengan fase Tahalli yaitu Pengisian diri dengan sifat-sifat mulia dan berbagai bentuk macam ketaatan, diantaranya yaitu seperti melakukan shalat, memperbanyak zikir dan do'a, membaca al Qur'an, berpuasa, shadaqah dan ibadah-ibadah lainnya.

Adapun konsep tahalli yang rohis atau terapis ajarkan dan gunakan di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi adalah antara lain rohis mengajarkan dan menggunakan shalat sebagai bentuk terapi fisik bagi pasien stroke, zikir, do'a, membaca al Qur'an dan shadaqah.

a. Shalat

Pada dasarnya, shalat fardhu wajib dikerjakan dengan cara berdiri, meskipun untuk itu seseorang harus bersandar pada dinding atau bertumpu pada tongkat. Maka ada beberapa poin penting tentang bagaimana cara shalat bagi pasien stroke :

1) Jika pasien tidak bisa shalat dengan berdiri, maka dibolehkan shalat sambil duduk. Posisi duduk yang lebih dianjurkan adalah bersila, terutama ketika posisi berdiri dan ruku.
2) Jika tidak bisa shalat dengan duduk, maka tidak mengapa shalat sambil berbaring; yaitu dengan memiringkan tubuh menghadap ke kiblat, dan dianjurkan berbaring di atas bagian tubuh sebelah kanan. Apabila tidak bisa menghadap ke arah kiblat, maka dibolehkan shalat dengan menghadap ke arah mana saja. Shalat dalam kondisi ini hukumnya sah dan tidak perlu diulangi.
3) Jika tidak bisa shalat dengan berbaring miring, maka orang yang sakit bisa shalat dalam keadaan telentang, dan kedua kakinya terjulur ke arah kiblat. Di anjurkan pula agar bagian kepalanya diletakkan lebih tinggi supaya wajah bisa menghadap ke arah kiblat. Namun jika kedua kakinya tidak bisa terjulur ke arah kiblat, shalatlah ke arah mana saja dan shalatnya sah serta tidak diulangi lagi.
4) Ruku dan sujud tetap wajib dilakukan di dalam shalat. Jika rukun shalat tersebut tidak bisa dilakukan maka cukup dengan menundukkan kepala, dan posisi kepala ketika sujud lebih tunduk daripada saat ruku. Jika masih bisa ruku namun tidak bisa sujud, maka diwajibkan ruku, sedangkan sujud cukup dengan menundukkan kepala.
5) Jika bisa sujud namun tidak bisa ruku, maka diwajibkan sujud, sedangkan ruku cukup dengan menundukkan kepala.
6) Jika ruku dan sujud tidak bisa diwakili dengan gerakan kepala, maka diganti dengan isyarat kedua mata. Yaitu

dengan memejamkan mata sejenak ketika ruku dan memejamkannya agak lama untuk sujud.[105] Jika gerakan ruku dan sujud tidak bisa diwakili dengan gerakan kepala atau isyarat mata, maka gerakan shalat ini dilakukan dalam hati. Setelah bertakbir dan membaca Al-Fâtihah, dia berniat untuk ruku, sujud, berdiri, dan duduk. Semua gerakan itu dikerjakan dengan hati. Dan, setiap orang akan mendapakan ganjaran sesuai dengan niat di hatinya.

7) Shalat wajib dikerjakan pada waktunya. Akan tetapi, jika merasa berat maka boleh dijamak. Yaitu shalat Zhuhur dengan Ashar, dan shalat Maghrib dengan Isya. Baik dengan jamak taqdim, yakni memajukan pelaksanaan shalat Ashar di waktu Zhuhur atau shalat Isya pada waktu Maghrib; atau dengan jamak takhir; yakni dengan mengakhirkan pelaksanaan shalat Zhuhur pada waktu Ashar atau shalat Maghrib pada waktu Isya. Semua keringanan ini tergantung pada mana yang lebih mudah untuk dikerjakan. Sedangkan shalat Shubuh tidak bisa dijamak, baik dengan shalat Isya maupun dengan shalat Zhuhur.
8) Jika orang yang sakit dalam kondisi sebagai musafir (mereka dalam kondisi perjalanan ke luar daerah), misalnya untuk berobat di Rumah Sakit, maka dia dibolehkan mengqashar shalat yang empat rakaat sampai kembali ke daerahnya. Baik

[105] Dalam hal ini perlu diketahui pula bahwa ruku dan sujud dengan isyarat jari tangan, sebagaimana dipraktikkan oleh sebagian orang yang sakit, adalah tidak benar karena tidak mempunyai sumber acuan dari as-Sunnah, al- Qur-an, ataupun pendapat para ulama.

waktu pengobatannya itu lama atau sebentar; dibolehkan baginya melaksanakan shalat Zhuhur, Ashar, dan Isya hanya dengan dua rakaat.[106]

Berdirinya manusia dengan khusyuk dan merendahkan diri di hadapan Allah SWT ketika shalat akan memberikannya kekuatan spiritual yang melahirkan perasaan kebeningan spiritual, ketentraman qalbu, dan ketenangan jiwa. Pada saat shalat, bagian otak khususnya pada korteks prefrontal akan bekerja lebih aktif dan lebih banyak mendapat aliran darah terutama saat posisi sujud, hal ini menjadikan fungsi korteks prefrontal akan bekerja lebih baik dalam pembentukan kepribadian, tidak emosional, serta memiliki moral dan nilai yang baik. Selain itu, shalat lima waktu sehari juga memberi kita sebaik-baik cara dalam latihan dan belajar relaksasi. Kondisi relaksasi dan ketenangan jiwa yang timbul saat shalat juga dapat membantu menghilangkan kegelisahan yang menjadi keluhan beberapa orang yang menderita gangguan kejiwaan[107].

Shalat yang dijalankan dengan penuh kesungguhan, khusyuk, ikhlas, tepat, dan dilakukan terus-menerus dapat menumbuhkan persepsi dan motivasi positif dan mengefektifkan *coping*. *Coping* merupakan upaya kognitif maupun perubahan sikap untuk mengatasi dan mengendalikan kondisi stress. Dalam hal mengontrol respons emosi, dapat diupayakan dengan

[106] Abdullah bin ali al ju,aitsin (2015) Kado Penghibur Orang Sakit. Jakarta : Pustaka Imam Asy Syafi'I, hal 257

[107] Najati, M. U. (2005). *Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan*, hal 451

beberapa alternatif strategi. Taylot menganjurkan strategi kognitif redefinisi, dimana seorang dibantu untuk melihat masalah dari sisi pandangan yang lebih positif. Sedangkan Lazarus menganjurkan strategi cognitive restucturing, yaitu upaya mengubah persepsi menjadi lebih realistis dan konstruktif tentang stressor [108].

Orang yang menjalankan shalat akan memenuhi dua strategi di atas, karena esensi hikmah yang dapat diperoleh dari shalat sendiri adalah hidup realistis, selalu optimis dalam kesiapan menghadapi berbagai problema hidup yang dihadapi sehingga orang tetap bersikap konstruktif. Dalam sikap optimis, orang akan tetap terjaga dalam kondisi homeostatis. Homeostatis terjadi karena adanya mekanisme umpan balik yang membatasi reaksi berlebihan dan mempertahankan kondisi normal. Kegagalan homeostatis terutama disebabkan oleh kegagalan mekanisme umpan balik yang dapat menyebabkan timbulnya stres yang berlebihan [109].

Salah satu faktor utama yang menentukan apakah suatu rangsangan atau kondisi yang tidak menyenangkan dapat menimbulkan reaksi stres atau tidak, sangat dipengaruhi oleh beberapa kemampuan individu dalam mengendalikan kondisi tersebut. Jika seseorang dapat menghayati makna kata-kata dalam shalat, maka orang tersebut dimungkinkan dapat mengendalikan berbagai kondisi yang dia hadapi, termasuk musibah yang

[108] Sholeh, M. (2016). *Terapi Shalat Tahajud*. Bandung: Noura. Hal 141.

[109] Sholeh, M. (2016). *Terapi Shalat Tahajud*. Bandung: Noura. Hal 142

menimpa dirinya, inilah yang berarti shalat dapat mengefektifkan *coping* [110].

b. Zikir

Zikir merupakan kegiatan ritual yang memadukan aspek kognitif, emosi, dan motorik. Beberapa ahli zikir bahkan menjadikan zikir sebagai salah satu bentuk dari metode pengobatan. Dari sudut pandang neurobiologis, zikir berhasil memadukan kegiatan motorik (seperti gerakan ritmis dari kepala dan jari, penyebutan berulang-ulang sebuah frasa), afektif (keterlibatan emosi) dan kognitif (memori tentang frasa-frasa khusus).

Dalam beberapa kasus, zikir bahkan dilakukan sampai pelakunya mengalami keadaan ekstase dan tidak sadar. Dalam kaitan dengan kesehatan spritual, zikir merupakan kegiatan yang dilakukan seseorang secara mandiri sebagai bagian dari *self-care* untuk membawa pada suatu kondisi pengaktifan sistem saraf otonom, korteks prefrontalis, dan bagian-bagian otak lain dalam kerja yang sinergis dan padu[111].

Dzikir mengandung daya psikoterapi sufistik dalam mencapai ketenangan jiwa. Zikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas zikir mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Dzikir juga mampu memberikan sugesti penyembuhan, karena dengan dzikir

[110] Sholeh, M. (2016). *Terapi Shalat Tahajud*. Bandung: Noura. Hal 142

[111] Pasiak, Taufiq. (2012). *Tuhan dalam Otak Manusia*. Bandung: Mizan, hal. 367

seseorang akan mengingat bahwa yang membuat dan menyembuhkan segala penyakit hanyalah Allah SWT sehingga zikir mampu memberi sugesti penyembuhannya.. Dengan melakukan dzikir sama nilainya dengan terapi relaksasi (*relaxation therapy*), ialah bentuk terapi yang menekankan bagaimana pasien tersebut harus istirahat dan bersantai melalui pengurangan ketegangan atau tekanan psikologis[112].

Diantara kalimat zikir yang diajarkan oleh terapis atau rohis kepada pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi adalah zikir-zikir ringan berupa kalimat-kalimat thayyibah. Seperti kalimat istighfar, hauqalah, tahlil, tasbih, tahmid, takbir, ta'awudz, basmalah, hamdalah dan kalimat istirja'.[113]

1) Kalimat Istighfar

(*Astaghfirullahal azhim*)

Artinya: Aku memohon ampun kepada Allah yang Maha Agung.

Banyak alasan kenapa rohis atau terapis mengajarkan zikir istighfar bagi penderita stroke. Hal ini dikarenakan zikir ini memiliki banyak keutamaan terutama bagi pasien stroke itu sendiri yaitu: memperoleh ampunan Allah, memperoleh rahmat Allah, memperoleh keberuntungan, memperoleh kebahagiaan, memperoleh keberkahan dari langit, membuka pintu rezeki, menambah kekuatan dan dikabulkannya do'a.

---

[112] Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, hal *237*

[113] Sumber diambil dari catatan rohis atau terapis tentang bacaan zikir dan do'a, sebagai bahan penyuluhan di Rumah Sakit Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi.

2) Kalimat Hauqalah

(*Laa haula walaa quwwata illa billah*)

Artinya: Tiada daya dan kekuatan kecuali dari Allah.

Zikir ini termasuk zikir penting yang rohis atau terapis ajarkan buat pasien stroke. Hal ini dikarenakan zikir ini mengandung sugesti yang dapat membangkitkan keyakinan dan kekuatan bagi pembacanya. Dan banyak keutamaan lainnya yang bisa didapatkan dari membaca zizkir ini, disamping mendapatkan pahala, bernilai sedekah, menjadi simpanan surge dan mendatangkan kekuatan dari Allah swt.

3) Kalimat Tahlil

(*Laa ilaaha illallah*)

Artinya: Tiada Tuhan selain Allah.

Diantara sebab atau alasan rohis atau terapis mengajarkan zikir ini dikarenakan zikir ini termasuk zikir yang diperintahkan oleh Nabi Muhammad Saw untuk mengajarkannya kepada calon jenazah. Zikir ini juga termasuk kepada salah satu zikir yang utama, disamping Nabi memerintahkan untuk mengucapkan zikir ini juga dikarenakan bagi siapa yang diakhir hayat nya mengucapkan zikir ini dijamin oleh Nabi akan masuk kedalam surga.

Dan masih banyak lagi zikir-zikir yang rohis atau terapis ajarkan kepada pasien stroke, sesuai dengan kondisi dan keadaan pasien itu sendiri. Seperti zikir yang memiliki keutamaan ringan di lisan akan tetapi berat di timbangan yaitu kalimat tasbih, tahmid dan takbir. Kalimat istirja' yang rohis ajarkan buat pasien yang bersedih, agar ia kembali diingatkan bahwa segala sesuatu

adalah milik Allah, sehingga pasien kembali merasa tenang, dan lain sebagainya.

c. Do'a

Bagi seorang Muslim, zikir dan doa merupakan salah satu bentuk komitmen keagamaan dan keimanannya kepada Allah Swt. Doa adalah permohonan yang dimunajatkan ke hadirat Allah, Zat Yang Maha kuasa, Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Sedangkan zikir adalah mengingat Allah Swt. dengan segala sifat-sifat-Nya. Dengan demikian, zikir dan doa dapat dimaknai sebagai suatu amalan dalam bentuk kata-kata yang diucapkan secara lisan ataupun dalam hati yang berisikan permohonan kepada Allah Swt. dengan selalu mengingat nama-nama dan sifat-Nya. Sebenarnya, zikir itu sendiri tidak terbatas pada bacaan zikirnya (dalam arti sempit), melainkan meliputi segala bacaan, tindakan, dan segala amal kebaikan yang diperintahkan oleh agama.[114]

Doa banyak didapati dalam setiap ibadah, baik shalat, puasa, haji maupun dalam aktivitas sehari-hari. Beberapa penelitian menyebutkan, bahwa doa secara positif memiliki pengaruh terhadap berbagai macam penyakit, seperti tekanan darah tinggi, sakit kepala, serangan jantung, dan kecemasan[115]. Rasulullah mengajarkan kepada para sahabatnya berbagai macam doa untuk mengobati kesedihan, penderitaan, dan kegelisahan melalui doa. Dalam doa yang diajarkan Nabi SAW tersebut,

[114] Nur Azhar, Tauhid (2015) *Cara Hidup Sehat Islami*. Bandung : Tasdiqiya, hal. 107

[115] Mayasari, R. (2013). Islam dan Psikoterapi. *Al-MUNZIR*, *6*(2), hal. 253

mereka (para sahabat) meyakini bahwa doa merupakan obat penawar[116].

Ada beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa doa memiliki pengaruh terhadap kesehatan fisik. Doa yang disampaikan dengan suara maupun diam, dikaitkan dengan peningkatan aktivitas kortikal otak yang ditandai dengan frekuensi gelombang beta yang meninggi, dengan kesadaran dan kewaspadaan yang tetap ada. Doa, terutama yang turut disertai dengan aktivitas meditasi terbukti menghasilkan perubahan psikologis dan biologis yang semuanya dapat meningkatkan atau memperbaiki kesehatan[117]. Penelitian lain menyebutkan, doa yang disampaikan secara tidak langsung dapat memberikan efek pada kesehatan, seperti penyembuhan luka dan mengurangi nyeri[118].

Terapis atau rohis di Rumah Sakit Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi menjadikan do'a sebagai agenda pembuka disetiap aktifitas dan kegiatan harian. Do'a dibacakan oleh Rohis dari ruangan studio mini Rs Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi melalui soundsystem dan disampaikan langsung lewat pengeras suara keseluruh ruangan pasien dan karyawan. Hal ini diharapkan agar seluruh pasien bisa mendengarkan bacaan do'a tersebut dan

[116] Najati, M. U. (2005). *Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan*, hal 365

[117] Pasiak, Taufik. (2020). *Otak dan Kota, Kecerdasan Biofilia—Tuhan, Alam, dan Manusia*. Bogor: Avi Book, hal 418

[118] Pasiak, Taufiq. (2012). *Tuhan dalam Otak Manusia*. Bandung: Mizan, hal. 241

memberikan sugesti dan semangat buat pasien dan keluarga pasien.

Adapun bentuk bacaan do'a yang disampaikan berupa, doa atau zikir pagi, kemudian do'a untuk kemudahan dalam menjalankan aktivitas harian, do'a semoga diberikan kesabaran dalam menghadapi musibah, do'a semoga diberikannya kekuatan, kesehatan atau kesembuhan dan do'a agar dijauhkan dari musibah, siksa kubur dan azab neraka.

Bacaan do'a yang disampaikan oleh rohis lewat pengeras suara dibacakan secara bervariasi atau berbeda-beda disetiap harinya. Hal ini dimaksudkan agar pasien, karyawan atau pendengar lainnya tidak merasa jenuh atau bosan dengan do'a yang dibacakan.[119]

d. Membaca Al Qur'an

Ayat Al-Qur'an sudah biasa digunakan sebagai media terapi kesehatan. Selain itu, pembacaan ayat Al-Qur'an juga dipakai dalam doa-doa sebelum proses belajar[120].

Beberapa proses dan area otak yang terlibat ketika individu membaca Al-Qur'an adalah:

1) Visualisasi

Area yang terlibat pada proses visualisasi pembacaan Al-Qur'an ini antara lain pada primary visual area dan area asosiasi visual di lobus oksipital. Dalam membaca Al-

[119] Bahan bacaan do'a diambil dari berbagai sumber rujukan, seperti hadits dan buku-buku do'a.

[120] Julianto, V., & Etsem, M. B. (2011). The Effect of Reciting Holy Qur'an toward Short-term Memory Ability Analysed trought the Changing Brain Wave. *(Yogyakarta: Jurnal Psikologi*, *38*(1). Hal. 23

Qur’an, seseorang harus berkonsentrasi dan fokus pada apa yang dibaca. Mulai dari melihat huruf, tanda baca dan panjang pendeknya, harus diperhatikan dengan seksama. Hal ini dapat membuat seseorang bisa lebih fokus pada perhatian dan berkonsentrasi;

2) Pendengaran

   Area yang terlibat pada proses pendengaran pembacaan Al-Qur’an ini antara lain pada primary auditory area dan area asosiasi pendengaran yang berada di lobus temporal. Penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan murotal Al-Qur’an bisa meningkatkan ketenangan. Hal ini terbukti dari terjadi peningkatan signifikan pada gelombang delta.

3) Aspek Bahasa

   Pada saat membaca dengan mengeluarkan suara, maka area yang aktif adalah area Broca dan area Wernicke. Di dalam Al-Qur’an terdapat keindahan bahasa, ketelitian, dan keseimbangannya, dengan kedalaman makna, kekayaan dan kebenarannya, kemudahan pemahaman, dan kehebatan kesan yang ditimbulkannya;

4) Fungsi kognitif kompleks.

   Proses ini terjadi di daerah *cortex prefrontal* (CPF). Saat membaca Al-Qur’an yang disertai pemahaman arti maka akan menimbulkan interpretasi dan pemikiran dari ayat yang dibaca.

5) Ketuhanan

   Aspek ketuhanan masih sebuah misteri bagi dunia neurosains. Namun beberapa ilmuan meyakini bahwa ada

area yang terlibat saat manusia berhubungan dengan tuhannya. Ada sebuah area yang diyakini titik tuhan (*God Spot*) pada diri manusia yakni di area parietal dan temporal[121].

Adapun terapi lewat bacaan al Qur'an di Rs Otak M Hatta Bukittinggi, terapis atau rohis melakukannya sesuai dengan permintaan atau kebutuhan pasien saja. Menjadikan ayat al Qur'an sebagai bentuk terapi biasanya dilakukan dalam bentuk rukyah syar'iah. Hanya saja terapis atau rohis tidak terlalu menganjurkan melakukan rukyah syariah di Rs Otak M Hatta dikarenakan ke khawatiran akan dampak lain yang ditimbulkan dari kegiatan tersebut seperti pasien berontak, atau hilang kendali dan lain sebagainya.

Berbeda dengan kebutuhan pasien yang ingin menjadikan al Quran sebagai obat dan penenang jiwa, maka rohis tidak memberikan syarat atau surat tertentu untuk dibaca oleh pasien atau keluarga pasien. Karena sejatinya seluruh kandungan dari ayat-ayat al Qur'an berfungsi sebagai obat dan rahmat bagi orang yang beriman. Firman Allah :

"Dan Kami turunkan dari al Qur'an sebagai obat dan rahmad bagi orang yang beriman"

e. Puasa

Puasa dalam bahasa Arab disebut *shiyam* atau *shaum* yang artinya menahan diri dari suatu perbuatan. Adapun menurut *syara'*, puasa berarti menahan diri dari hal-hal yang

[121] Julianto, V., & Etsem, M. B. (2011). The Effect of Reciting Holy Qur'an toward Short-term Memory Ability Analysed trought the Changing Brain Wave. *(Yogyakarta: Jurnal Psikologi, 38* (1), hal. 22

membatalkannya dengan niat yang dilakukan oleh orang yang bersangkutan pada siang hari, mulai terbit fajar sampai terbenam matahari. Dengan kata lain, puasa yaitu menahan diri dari perbuatan yang berupa dua macam syahwat (syahwat perut dan syahwat kemaluan) serta menahan diri dari segala sesuatu agar tidak masuk perut, seperti obat atau sejenisnya [122].

Berpuasa berarti kita membatasi suplai makanan yang masuk ke dalam tubuh, penumpukan racun, kotoran, dan sampah di dalam tubuh dapat dicegah, sehinga tubuh bersih dari racun dan kotoran. Puasa juga memiliki manfaat medis dan terapis dari berbagai penyakit tubuh. Sebagaimana diketahui, kesehatan tubuh manusia mempunyai pengaruh terhadap kesehatan jiwanya[123].

Bentuk perisai yang tumbuh dari aktivitas-aktivitas puasa menurut para pakar kesehatan ialah bertambahnya sel darah putih dan diblokirnya suplai makanan untuk bakteri, virus, dan sel kanker yang bersarang dalam tubuh. Hal ini menjadikan orang-orang yang berpuasa memiliki daya tahan tubuh yang meningkat. Oleh karena itu, mereka kelihatan lebih sehat dan tidak mudah terserang penyakit seiring dengan ibadah puasa yang dijalaninya dengan baik[124].

---

[122] Al-Zuhayly, W. (1996). *Puasa dan Itikaf Kajian Berbagai Madzhab*. Bandung: Remaja Rosdakarya, hal. 84-85)

[123] Najati, M. U. (2005). *Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan*, hal 462

[124] Syarifuddin, A. (2003). *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*. Jakarta: Gema Insani Press, hal. 115

Saat berpuasa, terjadi pengurangan kadar karbohidrat dalam tubuh yang menyebabkan berkurang pula energi dari glukosa yang didapatkan dari karbohidrat. Oleh karena itu, otak akan beralih menggunakan keton yang merupakan zat yang dihasilkan ketika tubuh mengubah lemak menjadi energi. Keton dapat menyediakan energi lebih banyak dan lebih lama dibanding dengan glukosa. Keton bisa menyediakan energi untuk otak hingga 60% dari kebutuhan. Penggunaan energi dari keton dianggap lebih efisien dan lebih cepat dicerna dibandingkan energi dari glukosa, oleh karena itu keton mampu memasok energi ke otak lebih cepat. Selain itu, penggunaan keton sebagai energi untuk otak juga dapat meningkatkan ketajaman mental sekaligus melindungi otak dari gangguan saraf dan peradangan pada otak. Keton bisa menjadi sumber karbon untuk glutamate sehingga dapat menyeimbangkan rasio glutamat di otak yang mampu membantu mencegah gangguan saraf pada otak. Walaupun penggunaan keton mungkin lebih efisien dan menguntungkan bagi otak dibandingkan glukosa sebagai energi. Namun, efek jangka panjang dari penggunaan keton sebagai sumber energi untuk otak ini belum diketahui secara pasti. Jadi, kita tetap harus mengonsumsi glukosa dengan bijak untuk menyediakan energi bagi otak dan juga bagi tubuh secara keseluruhan. Glukosa bisa didapatkan dari karbohidrat kompleks, misalnya gandum utuh, buah-buahan, dan sayuran. Sedangkan lemak yang baik untuk otak bisa didapatkan dari ikan, kacang-kacangan, buah alpukat, dan biji-bijian[125].

[125] Veratamala, A. (2017). Mana yang Lebih Baik untuk Menambah

Diantara terapi puasa yang disampaikan oleh terapis atau rohis kepada pasien stroke, bukanlah anjuran puasa secara mutlak akan tetapi rohis menganjurkan kepada pasien untuk berpuasa dari makanan dan minuman yang sudah pasti memberikan mudharat kepada tubuh pasien sesuai riwayat penyakit yang diderita.

Banyak makanan atau pun minuman yang menyebabkan atau mencetus terjadinya stroke. Seperti makanan ataupun minuman yg dimakruhkan atau diharamkan secara nash atau hukum islam seperti bangkai, darah, daging babi, khamar (alkohol), rokok dan sejenisnya,

Begitu pula makanan yang secara hukum asal nya adalah halal, akan tetapi bila makanan tersebut sudah sampai kepada tingkat memudharatkan bagi tubuh maka makanan tersebut bisa berubah menjadi haram. Maka, dalam kasus seperti inilah terapis mengingatkan kepada pasien untuk berpuasa, menahan diri sejenak dari makanan ataupun minuman yang memberikan efek mudharat bagi tubuh apalagi bisa berakibat kepada penyakit stroke, tekanan darah tinggi, kanker, jantung dan lain sebagainya.[126]

3. Tajalli

Tajalli ialah kelahiran atau munculnya eksistensi yang baru dari manusia yaitu perbuatan, ucapan, sikap dan gerak-gerik yang

---

Energi Otak: Lemak Atau Karbohidrat,

[126] Sumber bahan penyuluhan rohani islam Rumah Sakit Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi

baru, martabat dan status yang baru, sifat- sifat dan karakteristik yang baru, dan esensi diri yang baru. Itulah yang disebut dengan kemenangan dari Allah SWT.

Telah lahirnya seseorang dalam kelahiran yang baru dan di dalam hidup dan kehidupan yang baru adalah semata-mata karena pertolongan Allah, syafaat Rasulullah SAW. dan do'anya para malaikat disisi-Nya melalui upaya, perjuangan, pengorbanan dan kedisiplinan yang sangat tinggi dari diri sendiri dalam melaksanakan ibadah-ibadah berupa menjalankan segala perintah-Nya, menjauhi larangan-Nya dan tabah terhadap ujian-Nya.

Adapun indikasi-indikasi kelahiran baru seorang manusia adalah:

Pertama (Tingkat Dasar). Yaitu hadirnya rasa aman, tenang, tentram baik secara psikologis, spiritual maupun fisik; sebagai indikasi telah lenyapnya bekasan-bekasan hitam sebagai akibat dari pengingkaran (maksiat) kepada Allah, yang melekat pada akal fikiran, qalbu, inderawi, jiwa, jasad dan kehidupan.

Kedua (Tingkat Menengah). Yaitu hadirnya sifat, sikap dan perilaku yang baik, benar, sopan santun, tulus, istiqomah, yaqin, kesatria dan sebagainya secara otamatis, bukan rekayasa.

Ketiga (Tingkat Atas). Yaitu hadirnya potensi menerima mimpi yang benar, ilham yang benar dan kasysyaf yang benar.

Keempat (Tingkat Kesempurnaan). Yaitu hadirnya ketiga tingkatan itu ke dalam diri.[127]

[127] Nur Azhar, Tauhid (2015) *Cara Hidup Sehat Islami*. Bandung : Tasdiqiya, hal. 328-329

Konsep tajalli ini bagi pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi dapat dilihat dari aktifitas keseharian dari pasien stroke itu sendiri, apakah pasien tersebut merasakan rasa aman, tenang, tentram baik secara psikologis, spiritual maupun fisik. Apakah pasien tersebut tetap istiqamah dalam berobat, dan beribadah sebagaimana mestinya, serta yakin akan kesembuhan yang Allah swt berikan kepadanya. Begitu pula dengan sikap redha dan ikhlas dalam menerima segala potensi yang dimiliki saat ini.

Diantara konsep tajalli bagi pasien stroke adalah adanya persatuan bagi penderita Stroke di Rs Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi. Dalam Club Stroke yang ada di Rumah Sakit ini, diharapkan pasien stroke dapat merasakan rasa aman, tenang dan tentram secara psikologis karena pasien stroke tidak merasa dikucilkan dan bisa bergabung dengan rekan-rekan lainnya sesama penyandang stroke, rasa aman secara spiritual diantaranya yaitu setiap dua kali sebulan rohis memberikan penyuluhan rohani dan semangat buat pasien stroke yang tergabung dalam club stroke di Rumah sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi, begitu pula buat pasien yang di rawat jalan. Aman secara fisik, karena dua kali dalam seminggu pasien stroke melakukan senam, terapi dan control kesehatan di Rumah Sakit.

Dengan adanya kegiatan ini diharapkan pasien stroke bisa istiqamah dalam beribadah, berobat atau terapi dan melahirkan

sikap redha dan ikhlas terhadap ketentuan Tuhan tanpa meninggalkan ikhtiar untuk memperoleh kesembuhan.[128]

D. Dampak Tasawuf Psikoterapi Pada Pasien Stroke Di Rs Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi

Proses pelaksanaan psikoterapi sufistik pada pasien stroke yang dilaksanakan oleh rumah sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi merupakan terapi gabungan antara medis- psikiatri dan agama. Hal ini terbukti membuahkan hasil yang sangat positif bagi pasien itu sendiri. Diantara manfaat atau dampak ajaran dan metode psikoterapi sufistik bagi pasien adalah:

1. Dampak Taubat dan istighfar bagi kesehatan

   Dampak taubat sebagai sebuah metode dasar dalam psikoterapi dapat dilihat melalui perubahan aspek kognitif, afektif dan psikomotor (perilaku). Hal ini berkaitan dengan fungsi-fungsi psikologis (kejiwaan) dalam perilaku orang yang melakukan pertaubatan. Aspek kognitif mengarah kepada kesadaran tentang penyakit (gangguan) yang dialami, memikirkan penyebab munculnya gangguan tersebut dan kebaikan atau manfaat saat melakukan perbaikan (meninggalkan penyebabnya). Disamping itu aspek kognitif mengarahkan kepada pikiran-pikiran positif terhadap kehidupan yang akan dijalani klien atau pasien setelah terjadinya perubahan tersebut dan memberikan keyakinan terhadap kekuatan perilaku yang akan dilakukannya.

[128] Observasi terhadap Club Stroke, Pasien Stroke Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi

Sementara itu aspek afektif dapat dilihat dari munculnya perasaan tenang, damai, aman dan tenteram dari perilaku pasien yang bertaubat tersebut yang telah sehingga menjadikan orang tersebut merasakan (hilangnya kecemasan, kegundahan, rasa bersalah dan ketakutan), meskipun dalam prosesnya dapat mengalami kondisi ketidakseimbangan atau disharmonisasi saat mulai meninggalkan perbuatan dosa (perilaku salah) yang telah menjadi kebiasaan. Munculnya komitmen mengadakan perbaikan dan perasaan positif merupakan kekuatan yang sering dimiliki oleh pelaku pertaubatan. Hal ini dapat dilihat dari munculnya kepercayaan diri tentang kasih sayang dan ke-Maha kuasaan Tuhan dalam kehidupannya, keyakinan melihat hari esok (masa depan) dan kekuatan psikologis untuk segera berubah menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

Sementara aspek psikomotor dapat terlihat dari perubahan perilaku nyata dengan meninggalkan perbuatan buruk, melakukan perbuatan baik yang selama ini telah ditinggalkan dan mengembangkan perilaku positif lainnya yang dapat meningkatkan potensi dirinya sebagai makhluk sosial[129].

Dampak manfaat dari anjuran dari perintah Allah untuk bertaubat bisa dirasakan sebagaimana hasil wawancara penulis dengan ibu Neli (istri pasien). Berusia 44 tahun, seorang ibu rumah tangga di kota payakumbuh.

[129] Taubat sebagai Metode Dasar Psikoterapi Disampaikan oleh Muhammad Shohib pada *SEMINAR PSIKOLOGI & KEMANUSIAAN*, di Universitas Muhammadiyah Malang

Tiga tahun yang lalu suami dari ibu Neli (bapak Ansar, 50 tahun) di rawat di rumah sakit stroke nasional Bukittinggi dengan keluhan sakit dan sesak pada dada, dan daerah perut semakin membesar. Tidak diketahui secara pasti penyakit apa yang dialami oleh pasien. Dalam masa perawatan di Rumah Sakit, perut pasien tersebut tetap semakin membesar, belum ada perubahan yang berarti.

Karena sakitnya tak kunjung sembuh begitu pula dari segi medis juga tidak diketemukan jenis penyakit dari pasien tersebut. Mengingat pasien sudah mulai semakin susah bernafas maka istri pasien (ibu Neli) meminta kepada perawat untuk menghubungi ustadz selaku rohis untuk bisa memberikan do'a untuk kesembuhan suami dari ibu Neli tersebut. Kemudian tidak beberapa lama pihak rohis pun datang menjenguk dan memberikan bimbingan kerohanian berupa psikoterapi sufistik.

Terapis/rohis sebelum memberikan terapis kepada pasien, terlebih dahulu menanyakan kepada keluarga pasien tentang deskripsi keadaan pasien, penyebab sakit yang diderita kemudian menganalisa inti permasalahan (*core problem*), barulah sehabis itu rohis sebagai terapis melakukan layanan terapi.

Diantara bentuk layanan terapi yang diberikan pada waktu itu adalah mengingatkan pasien untuk bertaubat dan memperbanyak istighfar (konsep takhalli) kemudian meminta kepada pasien untuk mulai kembali melakukan kewajiban sebagaimana mestinya seperti ibadah shalat, dan rohis juga mengajari tatacara bersuci (berwudhu' dan bertayaumum). Kemudian rohis juga mengingatkan pasien untuk bersabar dari

segala bentuk ujian yang Allah berikan (konsep tahalli) dan mengingatkan agar istiqamah dalam melakukan ibadah terutama ibadah shalat dan amal kebaikan seperti sedekah.

Dua beberapa hari kemudian rohis pun kembali menemui pasien bersangkutan untuk melihat dan mengevaluasi perkembangan dari kesehatan pasien. akan tetapi rohis/terapis menemukan hasil yaitu bahwa pasien yang bersangkutan sudah tidak merasakan sakit lagi, perut yang semula membesar sudah kembali normal sedia kala, dan pasien pun sudah mulai cerah dan normal kembali dan sudah tidak lagi meninggalkan shalat.

Kemudian terapis menemui kembali istri dari pasien tersebut yaitu ibuk Neli, dan menanyakan perubahan kondisi keadaan pasien tersebut. Ibuk Neli pun akhirnya menceritakan bahwa nasehat yang disampaikan oleh rohis pun langsung diamalkan oleh pasien. sebelumnya ibuk Neli pernah menyampaikan bahwa pasien yaitu bapak ansar sudah lama sekali tidak melakukan shalat.

Berkat nasehat dari rohis sebagai terapis, pasien pun kembali ibadah sebagaimana mestinya. Sakit yang diderita oleh pasien pun sudah mulai hilang dan tidak dirasakan kembali. Terapis mengingatkan kepada pasien agar tetap istiqamah melakukan ibadah, dan tetap memelihara diri dari perbuatan dosa[130].

2. Dampak atau manfaat zikir dan do'a bagi pasien stroke

[130] Observasi dan wawancara terapis dengan pasien atas nama bapak Ansar dan istri bernama ibuk Neli, Pasien berasal dari kota payakumbuh. Wawancara dilakukan pada Hari Rabu, tanggal 27 Februari 2019 jam 09.30 wib, di Ruangan Interne Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi

Doa mempengaruhi kesehatan dengan empat mekanisme berikut. *Pertama*, doa berfungsi sebagai respons relaksasi. *Kedua*, doa berfungsi sebagai plasebo. *Ketiga*, doa berfungsi sebagai ekspresi positif emosi. *Keempat*, doa berfungsi sebagai saluran untuk intervensi supernatural[131]. Atau dengan bahasa lain yaitu terbukanya pintu pertolongan Allah.

Relaksasi di sini adalah, ketika seseorang berdoa, orang itu melepaskan ketegangan akibat pekerjaan atau aktivitas lain seperti beristirahat, melakukan penyegaran jiwa dan raga. Ilmuwan menggolongkan berdoa sebagai bentuk meditasi atau kegiatan pertapaan, di mana seseorang keluar dari batas inderawi. Dalam konteks ajaran Islam, aktivitas ibadah harian, khususnya shalat fardhu dan sunnat yang dilakukan secara khusyuk, merupakan kegiatan meditasi tertinggi. Ketika itu, terjadi perubahan pada kerja atau fungsi organ tubuh seperti pernapasan yang melambat, penurunan laju detak jantung, penurunan tekanan darah, penghangatan bagian luar tubuh, aktivitas gelombang otak yang lebih lambat, dan keadaan metabolisme yang rendah. Selain itu, muncul perasaan ruhiyah yang lebih, kepuasan jiwa dan fisiologis, rasa damai dan tenang.[132]

Menaruh harapan dalam doa menghasilkan efek plasebo dalam doa. Subyek penelitian yang memiliki harapan dan keyakinan bahwa sakitnya dapat diobati lebih cenderung merasakan efeknya dibandingkan dengan mereka yang tidak

[131] Pasiak, Taufiq. (2012). *Tuhan dalam Otak Manusia*. Bandung: Mizan, hal. 239

[132] Nur Azhar, Tauhid (2015) *Cara Hidup Sehat Islami*. Bandung : Tasdiqiya, hal. 109

meyakininya. Harapan dalam doa dapat membentuk hubungan antara doa dan hasil kesehatan mental. Sebagai contoh, dalam beberapa penelitian, orang-orang yang percaya bahwa hanya Tuhan yang tahu kapan dan bagaimana menanggapi doa cenderung memberikan hasil yang sangat baik, sedangkan mereka yang percaya bahwa doa mereka tidak dijawab cenderung memberikan hasil tidak baik[133].

Relevan dengan konteks doa dalam penyembuhan, respons pasien dipengaruhi oleh sifat-sifat kepribadian dan perilaku seperti optimisme, harapan respons, konkordansi motivasi (sejauh mana ritual perilaku terapi ini sesuai dengan sistem motivasi subjek), dan tingkat keterlibatan dengan ritual Doa dapat menjadi salah satu cara untuk menilai bagaimana kepercayaan bekerja dalam otak manusia. Do'a sendiri merupakan inti atau prinsip setiap ritual agama. Doa termasuk salah satu ritual yang banyak diteliti berkaitan dengan kesehatan karena posisinya yang sentral dalam ritual. Tradisi agama di seluruh dunia menunjukkan keyakinan penyembuhan melalui doa.[134]

Proses doa pun akan memancarkan emosi positif. Artinya, doa yang khusyuk akan menimbulkan dampak yang lebih baik dan positif dalam jiwa, pemikiran, persepsi, daya ingat, niat, kehendak, dan semacamnya. Doa memperbaiki keadaan jiwa dan

[133] Pasiak, Taufik. (2020). *Otak dan Kota, Kecerdasan Biofilia—Tuhan, Alam, dan Manusia*. Bogor: Avi Book, hal 415

[134] Pasiak, Taufik. (2020). *Otak dan Kota, Kecerdasan Biofilia—Tuhan, Alam, dan Manusia*. Bogor: Avi Book, hal 415-417

emosi, serta membawa kepada keadaan tenang yang kemudian memancar ke segala sisi kehidupan bagi orang yang berdoa.

Kondisi ini, pada akhirnya akan menimbulkan mekanisme yang keempat, yaitu saluran untuk intervensi supernatural atau terbukanya pintu pertolongan Allah Swt, hal ini disebabkan ditemukannya berbagai solusi dan keajaiban dalam hidup karena semua komponen hormon otak (neuroendokrin) akan teraktivasi secara optimal.[135]

Diantara dampak zikir dan do'a bagi pasien stroke di Rs Otak M Hatta Bukittinggi dapat dilihat dari hasil wawancara peneliti sebagai terapis/rohis dengan keluarga pasien :

> *"Berdo'a itu adalah satu bentuk kebutuhan rohani yang diperlukan oleh setiap manusia di dalam kehidupan ini, lebih- lebih tatkala mereka ditimpa penyakit, musibah, kesusahan, kesulitan, malapetaka dan lain sebagainya. Do'a adalah obat bagi penyakit rohaniah, seperti takut, cemas / khawatir, galau, ragu-ragu, dan lain sebagainya. Bagi pasien ajaran untuk berdoa dari ustadz / rohis bukanlah sesuatu hal yang baru. Perintah berdoa merupakan salah satu bentuk ajaran pokok dari agama Islam yang dipraktikkan sepanjang kehidupan kita sebagaimana yang pernah disampaikan oleh Nabi Muhammad SAW. Dalam kitab suci al-Qur'an dan hadits nabi pun kita menemui banyak bertebaran ayat-ayat yang mengajarkan doa untuk berbagai situasi dan kondisi, baik*

[135] Nur Azhar, Tauhid (2015) *Cara Hidup Sehat Islami*. Bandung : Tasdiqiya, hal. 110

secara langsung ataupun tidak langsung. Mengingat orang tua kami dikarenakan sakit stroke dan faktor usia, maka banyak bacaan shalat yang sudah mulai lupa, maka kami mengingatkan bacaan zikir dan do'a sebagaimana yang ustadz sampaikan.[136]

Dari hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa zikir dan do'a merupakan salah satu bentuk obat penyakit rohani seperti rasa takut, khawatir, ragu dan lain sebagainya. Efek zikir dan do'a memberikan sugesti kekuatan dan semangat buat pasien agar ia tidak takut, khawatir dengan penyakit yang ia rasakan sehingga pasien memiliki kembali semangat untuk tetap berusaha memperoleh kesembuhan.

Dari hasil wawancara diatas juga bisa dipahami bahwa, zikir dan do'a dapat membantu pasien untuk tetap dekat dengan Tuhan sekalipun kondisi sudah tidak memungkinkan lagi untuk melakukan ritual ibadah sebagaimana mestinya dikarenakan penyakit stroke yang dirasakan mengakibatkan pasien sudah tidak bisa lagi untuk mengingat bacaan shalat secara sempurna. Dengan bacaan zikir dan do'a tersebut pasien tetap bisa memperoleh nilai ibadah sekalipun sudah tidak bisa lagi melakukan kewajiban sebagaimana biasanya.

3. Dampak shalat bagi pasien stroke

Shalat adalah suatu ibadah yang terdiri atas ucapan dan perbuatan tertentu yang dimulai dengan *takbiratul ihram* dan diakhiri dengan salam dengan syarat dan rukun tertentu. Shalat

[136] Wawancara bersama ibu Ratna wati keluarga dari pasien stroke atas nama Nurjani usia 78 tahun.

merupakan aktivitas fisik dan psikis, kedua hal tersebut tidak dapat dipisahkan. Apabila seseorang melakukan sholat berarti ia memadukan aktifitas fisik dan psikis secara bersamaan. Saat tubuh bergerak mengikuti gerakan shalat, maka otak akan memegang kendali. Ingatan tertuju pada bacaan dan jenis gerakan. Dalam waktu yang sama hati mengikuti dan membenarkan gerakan. Ditinjau dari gerakannya, shalat dapat dijadikan sebagai terapi fisik dan ditinjau dari bacaannya dapat dijadikan sebagai terapi psikis[137].

Shalat dapat berpengaruh terhadap kesehatan. Gerakan-gerakan shalat yang hampir sama dengan sebuah olahraga ringan dan ringkas dapat memberikan efek terhadap otot, aliran darah, dan sistem saraf. Sistem kardiovaskular dan sistem respirasi (pernapasan) adalah dua sistem yang secara langsung dipengaruhi secara positif oleh shalat. Shalat dimulai dengan takbir, yang secara fisiologis menggerakkan otot bahu, tangan dan lengan. Posisi berdiri tegak, disebut qiyam, memungkinkan seseorang berada pada posisi anatomis[138].

Hal ini juga sejalan apa yang diajarkan terapis / rohis kepada pasien dan keluarga pasien stroke di Rs Otak M hatta Bukittinggi bahwa:

> *"Setiap gerakan terapi yang diajarkan oleh petugas fisioterapi kepada pasien stroke di Rs Otak M Hatta Bukittinggi hampir sama dengan gerakan shalat yang*

[137] Syukur, A. (2012). *Sufi Healing*. Jakarta: Erlangga, hal 83

[138] Pasiak, Taufiq. (2012). *Tuhan dalam Otak Manusia*. Bandung: Mizan, hal. 240

dilakukan oleh kita selaku muslim. Bahkan terapi fisik terbaik bagi muslim yaitu melalui ibadah shalatnya. Bahkan dalam agama islam ini, kita diajarkan untuk terapi fisik setiap harinya sekurang-kurangnya adalah lima kali dalam sehari-semalam. Itu menandakan bahwa agama islam mengajarkan pentingnya menjaga kesehatan fisik".[139]

Rohis sebagai seseorang yang membina terapi rohani bagi pasien stroke, tidak lupa memberikan arahan dan tatacara bagi pasien stroke untuk melakukan ibadah shalat. Hal ini tidak lain mengingatkan kepada pasien stroke akan banyaknya *rukhsah* atau keringanan dalam melakukan ibadah. Diharapkan nantinya agar pasien tidak beralasan untuk meninggalkan shalat atau tidak menganggap shalat itu sebagai ibadah yang berat.

Ibadah shalat yang benar baik dari segi lafaz dan gerakan akan menjadi terapi efektif bagi kesembuhan pasien. Dalam praktiknya pun, secara fisik, yaitu berupa gerakan dan bacaan, plus basuhan air ketika berwudhu sebelum shalat, mampu menjadi terapi yang murah dan mudah bagi penyembuhan orang yang terkena depresi. Di dalam buku Wuzu & Science dikutip pengalaman seorang fisioterapi Muslim berkebangsaan Pakistan yang menempuh studi di Jerman. Suatu ketika dia mengikuti sebuah konferensi para ahli kejiwaan. Salah seorang dokter yang menjadi narasumber dalam forum ilmiah tersebut menyampaikan

[139] Salah satu bentuk terapi rohani yang disampaikan oleh Rohis Rs Otak M Hatta Bukittinggi, Irhadussalim, S.ThI kepada pasien atas nama bapak Syamsir Alam yang merupakan pasien stroke dan anak beliau yang bernama bapak Wido S pada hari senin tanggal 3 juli 2023 pukul 09.30 wib di ruangan anggrek 3 gedung Irna A Rs Otak Dr. Drs M Hatta Bukittinggi

hasil penemuaannya yang menakjubkan. Dia mengaku telah menemukan sebuah terapi yang sangat ampuh bagi para pasiennya, "Saya menemukan bahwa dengan mencuci muka pasien depresi sebanyak lima kali dalam sehari, dalam beberapa hari saja penyakit mereka berkurang. Kemudian, setelah mencuci wajah, saya mencoba menerapkan terapi dengan mencuci tangan dan kaki dari kelompok pasien yang sama sebanyak lima kali hari. Hasilnya, sebagian besar dari mereka berhasil disembuhkan. Pada akhir pidatonya, dokter itu mengatakan bahwa tingkat depresi di kalangan kaum Muslim relatif lebih sedikit (dibandingkan masyarakat Barat) karena mereka rutin mencuci wajah, tangan, dan kakinya lima kali dalam sehari".[140]

Dari narasi diatas dapat dipahami bahwa terapi spiritual dalam bentuk psikoterapi sufistik pada pelayanan kesehatan sangat diperlukan. Alasannya tidak lain adalah karena kebutuhan atau fitrah manusia itu sendiri sebagai mahluk multidimensional (bio-psiko-sosio-religius), hal ini dikarenakan agama menjadi modalitas penting dalam mewujudkan terapi holistic dalam dunia kesehatan.

Spiritual sebagai modal utama dalam melakukan psikoterapi sufistik tidak bisa dipisahkan dari peran agama yang mampu menjadi modal efektif seseorang (pasien) dalam menghadapi kesulitan hidup (penyakit yang diderita). Spiritual dapat menjadi sumber mengembangkan strategi bagi para pemeluknya dengan memaknai secara baik akan ajaran agamanya

[140] Nur Azhar, Tauhid (2015) *Cara Hidup Sehat Islami*. Bandung : Tasdiqiya, hal. 311

dan juga meningkatkan ritual keagamaannya.

Jika seseorang memiliki konsep cara beragama yang baik atau positif seperti mencari dukungan spiritual, pengampunan, memiliki pemahaman agama yang baik, dan optimis, maka seseorang akan terbebas dari tekanan psikologis seperti stres, cemas, depresi, kuatir atas penyakitnya atau bahkan kematian. Seseorang yang memiliki kondisi psikologis yang positif, maka pada gilirannya akan semakin memberikan pengaruh terhadap kondisi fisik, hal ini dikarenakan imunitas alami tubuhnya semakin meningkat.

Dan sebaliknya apabila *negative religious coping strategies* seperti ketidakpuasan spiritual, melihat bencana dan musibah sebagai hukuman, dan menilai negatif agamanya, maka seseorang tersebut akan tetap berada dalam tekanan psikologis yang berat. Kondisi seperti ini justru akan memberikan dampak buruk bagi penyakitnya karena imunitas tubuh semakin menurun.[141]

[141] Dadang Hawari, *Kanker Payudara Dimensi Psikoreligius*, (Jakarta : FK UI, 2004), 129

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, yaitu dengan judul tesis " Peranan Ajaran Tasawuf Sebagai Psikoterapy dalam Penyembuhan Pasien Stroke di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi" maka penulis mengambil kesimpulan terapi spiritual dalam bentuk psikoterapi sufistik pada pelayanan kesehatan di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi sangat diperlukan. Alasannya tidak lain adalah karena kebutuhan bagi pasien stroke itu sendiri yaitu manusia sebagai mahluk yang multidimensional (bio-psiko-sosio-religius), dan juga hal ini juga dikarenakan agama menjadi modalitas penting dalam mewujudkan terapi holistic dalam dunia kesehatan. Maka dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Spiritual sebagai modal utama dalam melakukan penyuluhan dalam bentuk tasawuf psikoterapi tidak bisa dipisahkan dari peran agama yang mampu menjadi modal efektif bagi pasien stroke dalam menghadapi penyakit yang diderita. Spiritual menjadi sumber energi yang dapat dikembangkan oleh para pemeluknya dengan cara memaknai secara baik akan ajaran agamanya dan juga meningkatkan ritual keagamaannya. Diantara ajaran tasawuf psikoterapi yang dikembangkan oleh rohis atau terapis rohani islam dalam penanganan pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr. Drs M HATTA Bukittinggi adalah ajaran tentang Taubat / Istighfar, Sabar dalam menghadapi penyakit, Ikhtiar / tawakal dalam usaha

pengobatan serta mengambil hikmah dari musibah yang Allah berikan.

2. Adapun metode tasawuf psikoterapi yang digunakan oleh rohis atau terapis rohani islam dalam melakukan psikoterapis bagi pasien stroke adalah menggunakan metode tasawuf Takhalli, Tahalli dan Tajalli.
    a. Metode Takhalli berarti menyucikan mental, jiwa, akal fikiran, qalbu dan moral (akhlak) dari sifat-sifat tercela. Mensucikan jiwa melalui taubat dari perbuatan dosa, mensucikan akal fikiran dengan cara berbaik sangka terhadap Allah swt, mensucikan hati dari sifat emosi dan mensucikan diri dengan cara mandi, wudhu' atau tayumum.
    b. Metode Tahalli yaitu Pengisian diri dengan sifat-sifat mulia dan berbagai bentuk macam ketaatan, diantaranya yaitu seperti melakukan shalat, memperbanyak zikir dan do'a, membaca al Qur'an, berpuasa, shadaqah dan ibadah-ibadah lainnya.
    c. Metode Tajalli yaitu kelahiran atau munculnya eksistensi yang baru dari manusia yaitu perbuatan, ucapan, sikap dan gerak-gerik yang baru, martabat dan status yang baru, sifat- sifat dan karakteristik yang baru, dan esensi diri yang baru. Maksudnya adalah hasil dari Takhalli dan Tahalli akan menghasilkan insan yang bertaqwa. hadirnya rasa aman, tenang, tentram baik secara psikologis, spiritual maupun fisik, hal ini dikarenakan hadirnya sifat, sikap dan perilaku yang

baik, benar, sopan santun, tulus, istiqomah serta yaqin kemudian membuahkan hasil yaitu menerima segala sesuatu dengan redha dan ikhlas terhadap kehidupan yang ia lalui.

3. Dampak atau manfaat yang pasien stroke peroleh apabila memiliki konsep cara beragama yang baik atau positif seperti mencari dukungan spiritual, seperti taubat / istighfar, sabar dalam menghadapi penyakit, serti adanya ikhtiar dan istiqamah dalam menjalankan agamanya dengan lebih baik, dan optimis, maka pasien tersebut akan terbebas dari tekanan psikologis seperti stres, cemas, depresi, kuatir atas penyakitnya atau bahkan kematian. Seseorang yang memiliki kondisi psikologis yang positif, maka pada gilirannya akan semakin memberikan pengaruh terhadap kondisi fisik, hal ini dikarenakan imunitas alami tubuhnya semakin meningkat. Dan sebaliknya apabila pasien stroke memiliki sikap beragama yang kurang atau cara beragama yang buruk seperti ketidakpuasan spiritual, melihat bencana dan musibah sebagai hukuman, dan menilai negatif agamanya, maka pasien tersebut akan tetap berada dalam tekanan psikologis yang berat. Kondisi seperti ini justru akan memberikan dampak buruk bagi penyakitnya karena imunitas tubuh semakin menurun.

B. Saran

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa ajaran tasawuf sebagai bentuk psikoterapy dalam menangani pasien Stroke di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi memiliki dampak

yang signifikan dalam memberikan motivasi bagi kesembuhan pasien. Meskipun demikian penyuluhan tasawuf psikoterapi di Rumah Sakit sering di anak tirikan dan bahkan sering dianggap sebatas agenda kebutuhan akreditasi Rumah Sakit saja agar dipandang mencukupi standart Hak Pasien dan Keluarga (HPK) di Rumah sakit. Maka dalam hal ini ada beberapa saran dari penulis atau peneliti yang ditujukan kepada pihak yang terkait, antara lain:

1. Diharapkan kepada pihak Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi untuk dapat mempertahankan dan mengembangkan program-program layanan Rohani Islam yang sudah ada seperti bimbingan tasawuf psikoterapi bagi pasien stroke sehingga bisa mendukung penyembuhan pasien stroke baik rawat inap ataupun rawat jalan seperti Club Stroke.
2. Diharapkan kepada pihak manajemen dan pengembangan Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi untuk dapat menyediakan tambahan Sumber Daya Manusia terutama dalam bidang layanan tasawuf psikoterapi mengingat keterbatasan Sdm sehingga tidak maksimalnya pelayanan dan penyuluhan tasawuf psikoterapi bagi pasien stroke di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi.
3. Di harapkan kepada pasien stroke dan pihak keluarga untuk dapat berkenan menjalani proses program-program pelayanan tasawuf psikoterapi yang di lakukan oleh rohis atau ustadz sebagai terapis rohani islam di Rumah Sakit Otak Dr Drs M Hatta Bukittinggi.

4. Di harapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengembangan penelitian ini dengan mengkaji metode pengobatan tasawuf psikoterapi terkhusus untuk pasien gangguan jiwa atau pasien dengan gejala psikosomatic atau somatic from.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman.Gusti.(2010). *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, Yogyakarta: Aswaja Pressindo

Agama RI. Kementerian (2015). *Al-Qur'an dan Terjemahnya* NDKU print

al-Ghazali. Imam (1996). *al-Mukasyafat al-Qulub, terj. Ahmad Sunarji*, Bandung: Pustaka Husaini

Anggito.Albi.(2018), *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak,

An-Najar.Amir.(2004) *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern* terj. Ija Suntana, Jakarta: Mizan Publika

al-Naisaburi.Imam al-Qusyairy, (1999). *Risalah Qusyairiyyah*. terj. Lukman Hakim, Surabaya: Risalah Gusti

Bakran Adz-Dzaky. Hamdani (2004).*Konseling dan Psikoterapi Islam,*Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru

Eko Agustinova. Danu (2015). *Memahami Metode Penelitian Kualitatif* ,Yogyakarta: Calpulis

Emroni, (2014) *Historisitas dan Normativitas Tasawuf dan Tareqat,*Banjarmasin: Comdes Kalimantan

Hidayanti, Ema, (2015). *Representasi Nilai-nilai Islam dalam Pelayanan Kesehatan: Study Terhadap Husnul Khatimah Care (Hucare) bagi Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta*, Semarang: LP2M UIN Walisongo

Jaya.Yahya (1994). *Spiritualisasi Islam Dalam Menumbuh kembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental* Jakarta: Pustaka Ruhama

J. P. Chaplin, (1999). *Kamus Lengkap Psikologi* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Lexy J Moelong, 2008 *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Masrukhin. (2019) *Metodologi Penelitian Pendidikan* Kudus: Media Ilmu Press

Masyharuddin. (2007). *Pemberontakan Tasawuf: Kritik Ibn Taimiyah atas Rancang Bangun Tasawuf*, Kudus: STAIN Kudus Press

Muh. Fitrah, Luthfiyah, (2017) *Metodologi Penelitian* Sukabumi: CV Jejak

M. Solihin, (2004). *Penyembuhan Penyakit kejiwaan Perspektif Tasawuf* Bandung: Pustaka Setia

Munir.Syahrul, (2022) *Riskesdas 2018 Pengidap Stroke Meningkat*, Available [online]: https://www.validnews.id/Riskesdas-2018--Pengidap-Stroke-Meningkat---AVF, diunduh tanggal 10 November, pukul 14.15.

Nasution.Harun.(1993). *Falsafat dan Mistisisme Dalam Islam*, Jakarta: Pustaka Bulan Bintang

Ni‟am.Syamsun (2014) *Tasawuf Studies* Yogyakarta: Ar-Ruzz Media

Permadi, (2004). *Pengantar Ilmu Tasawuf* . Jakarta

Potter.Patricia dkk, (2005). *Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*, Alih bahasa Yasmin Asih, dkk, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC

Rulam Ahmadi, (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif* Yogyakarta: Ar-Ruzz Media

Selamet.Yulius (2019). *Pendekatan Penelitian Kualitatif* Yogyakarta: Graha Ilmu

Semiawan.Conny R. (2010) *Metode Penelitian Kualitatif* ,Jakarta: Grasindo

Setiawan.Ebta. "Arti kata psikoterapi - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online". *kbbi.web.id*. Diakses tanggal 2023-03-03

Shihab.Quraish (2002). *Tafsir Al-Mishbah Vol. 6* Jakarta: Lentera Hati

Shihab.Quraish (2002). *Tafsir Al-Mishbah Vol. 7* Jakarta: Lentera Hati

Sugiyono, (2015). *Metode Penelitian Pendidikan* Bandung: Alfabeta

Syukur.Amin.Masyharuddin.(2002), *Intelektualisme Tasawuf*. Yogyakarta

Syukur.Amin. (2002), *Menggugat Tasawuf:Sufisme Dan Tanggung Jawab Social Abad 21*,Yogyakarta

Tohir.Moenir Nahrowi. (2012). *Menjelajahi Eksistensi Tasawuf : Meniti Jalan Menuju Tuhan*. Jakarta

Wijaya.Hengki. (2018). *Analisis Data Kualitatif Ilmu Pendidikan Teologi*. Makasar: Sekolah Tinggi Thelogia Jaffray

Mayasari, R. (2013). Islam dan Psikoterapi. *Al-MUNZIR*, *6*(2).

Pasiak, Taufik. (2020). *Otak dan Kota, Kecerdasan Biofilia—Tuhan, Alam, dan Manusia*. Bogor: Avi Book.

Pasiak, Taufiq. (2012). *Tuhan dalam Otak Manusia*. Bandung: Mizan.

Sholeh, M. (2016). *Terapi Shalat Tahajud*. Bandung: Noura.

Syukur, A. (2012). *Sufi Healing*. Jakarta: Erlangga.

Najati, M. U. (2005). *Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan*

Kejiwaan. Bandung: CV Pustaka Setia.

Al-Zuhayly, W. (1996). *Puasa dan Itikaf Kajian Berbagai Madzhab*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Syarifuddin, A. (2003). *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*. Jakarta: Gema Insani Press.

Kamaluddin. (2016).*Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu Semesta.

Olivia, R. (2016). *Shalawat untuk Jiwa*. Jakarta: Transmedia Pusaka.

Sikwandi, A., Santoso, T. H., & H, C. T. (n.d.). *Pengaruh Terapi Shalawat Nabi terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di UPT PSLU Bondowoso*. Jember.

Jurnal

Adientya.Gabriella. (2012) Stress Pada Kejadian Stroke. Jurnal Nursing Studies, Vol. 1 No.1

Arroisi.Jarman. (2018) Sufi Healing dalam Tradisi Sufi. Jurnal Tsaqafah, Vol. 14, No. 2

Haryati.Tutik Sri. (2004). Pengaruh Manajemen Stress Terhadap Kesiapan Pasien Stroke dan Keluarga dalam Merencanakan Perilaku Adaptif Pasca Perawatan di Rumah Sakit. Jurnal Keperawatan Indonesia, Vol 8, No. 1

Jurnal Emanasi. (2019). Jurnal Ilmu Keislaman dan Sosial, Vol 2, No. 2, Oktober

Mashar.Aly. (2015), Tasawuf : Sejarah, Madzhab dan Inti Ajarannya. Jurnal Al-a'raf, Vol. 12, No.1

Syukur.M. Amin, (2012) Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf. Jurnal Walisongo, Vol 20, No 2

Veratamala, A. (2017). Mana yang Lebih Baik untuk Menambah Energi Otak: Lemak Atau Karbohidrat? Retrieved from https://hellosehat.com/nutrisi/sumber-energi-untuk-otak/

Julianto, V., & Etsem, M. B. (2011). The Effect of Reciting Holy Qur'an toward Short-term Memory Ability Analysed trought the Changing Brain Wave. *(Yogyakarta: Jurnal Psikologi,* *38*(1). https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jpsi.7661

Cintami Farmawati. (2018) *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Sebagai Metode Terapi Sufistik, Jurnal Madaniyah, Volume 8 Nomor 1 Edisi Januari