

***TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM
MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN
KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN***

SKRIPSI

Diajukan Guna Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam Tasawuf dan Psikoterapi



SITI ROHMALIA AGUSTIN

NIM. 30322008

PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI

FAKULTAS USHULUDIN ADAB DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN

2026

***TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM
MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN
KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN***

SKRIPSI

Diajukan Guna Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam Tasawuf dan Psikoterapi



SITI ROHMALIA AGUSTIN

NIM. 30322008

PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI

FAKULTAS USHULUDIN ADAB DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN

2026

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Siti Rohmalia Agustin

NIM : 30322008

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Judul Skripsi : *TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN*

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi ini adalah benar-benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya, apabila kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 03 Juni 2026

Yang Menyatakan,



Siti Rohmalia Agustin

30322008

NOTA PEMBIMBING

Annisa Mutohharoh, M.Psi.

Jln Sadewa, Duwet, Bojong Pekalongan

Lamp. : 4 (Empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdr. Siti Rohmalia Agustin

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Prodi Tasawuf dan Psikoterapi

di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Siti Rohmalia Agustin

NIM : 30322008

Judul : *TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM*

MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK

HYPNOTHERAPY PEKALONGAN.

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 02 Juni 2026

Pembimbing,



Annisa Mutohharoh, M.Psi
NIPPPK. 199106022023212033



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161

Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN)

K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi Saudara/i:

Nama : Siti Rohmalia Agustin

NIM : 30322008

Judul Skripsi : **TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY
DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI
KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY
PEKALONGAN.**

Dosen : Annisa Mutohharoh, M. Psi

Pembimbing :

Telah diujikan pada Hari Senin tanggal 22 Juni 2026 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S. Ag) dalam Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I

Penguji II

Dr. Amat Zuhri, M. Ag
NIP. 197204042001121001

Dr. Miftahul Ula, M. Ag
NIP. 197409182005011004



Pekalongan, 13 Juli 2026
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dr. Tri Astudik Haryati, M. Ag
NIP. 197411182000032001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Penulisan transliterasi huruf-huruf Arab latin dalam skripsi ini berpedoman pada SKB Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor: 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

A. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab di lambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian di lambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasinya dengan huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Śa	Ś	Es (dengan titik di atas)
ج	Ja	J	Je
ح	Ḥa	Ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Żal	Ż	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet

س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Ṣad	Ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	Ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	Ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	Ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	‘Ain	‘	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia yang terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*. Vokal tunggal dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ	Fatḥah	A	A
اِ	Kasrah	I	I
اُ	Ḍammah	U	U

Vokal rangkap dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اَيَ	Fatḥah dan ya	Ai	A dan I
اُوَ	Fatḥah dan wau	Au	A dan U

Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*

هَوْلَ : *hauḷa*

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
اَ- اِيْ	Fatḥah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
اِ- اِيْ	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
اُ- اُوْ	Ḍammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

مَاتَ : *māta*

رَامَ : *ramā*

قِيلَ : *qīla*

يَمُوتُ : *yamūtu*

D. Ta Marbūṭah

Transliterasi untuk *ta marbūṭah* ada dua, yaitu: *ta marbūṭah* yang hidup atau mendapat harkat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah [t]. Sedangkan *ta marbūṭah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *ta marbūṭah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbūṭah* itu ditransliterasikan dengan ha (h). Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : *rauḍah al-atfāl*

الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-madīnah al-fāḍilah*

E. Syaddah (Tasydīd)

Syaddah atau *tasydīd* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydīd* (ˤ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*. Contoh:

رَبَّنَا : *rabbānā*

الْحَقُّ : *al-ḥaqq*

أَدْوَمٌ : *ʿaduwwun*

A. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال (alif lam ma'rifah). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiyah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf “l” diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Sedangkan kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariyah* ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh *syamsiyah* maupun *qamariyah*, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contohnya:

الْشَّمْسُ : *asy-syamsu*

الرَّجُلُ : *ar-rajulu*

الفُلسَفَة : *al-falsafah*

الْبِلَادُ : *al-bilādu*

B. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contohnya:

تَامُرُونَ : *ta'murūna*

النَّوْءُ : *al-nau'*

سَيَائُونُ : *syai'un*

أُمُوتُ : *umirtu*

C. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik *fa'il*, *isim*, maupun *huruf* ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ : *Bismillāhi majrehā wa mursāhā*

وَإِنَّا لَنَدْعُوهُ فِئْرَ الرَّزَاقِينَ : *Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/*
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn

D. Lafẓ al-Jalālah (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf *jarr* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *muḍāfilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

دِينُ اللَّهِ : *dīnullāh*

Adapun *ta marbūṭah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafẓ al-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf [t]. Contoh:

هُم فِي رَحْمَةِ اللَّهِ : *hum fī raḥmatillāh*

E. Huruf Kapital

Meskipun sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital, dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan bahasa Indonesia yang berlaku dalam EYD. Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Contoh: Abū Naṣr al-Farābī, Al-Gazālī.

Penggunaan huruf awal kapital untuk lafadz Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian sedangkan bila penulisan disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan. Contoh:

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ *Alḥamdu lillāhi rabbil ‘ālamīn/*

Alḥamdu lillāhi rabbi al-‘ālamīn

اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ *Allaāhu gafūrun raḥīm*

وَ مَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ *Wa mā Muhammadun illā rasūl*

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dalam pembuatan Skripsi ini penulis banyak mendapatkan berbagai dukungan serta bantuan materiil maupun moril dari berbagai pihak. Berikut ini beberapa persembahan sebagai ucapan terima kasih dari penulis kepada pihak-pihak yang telah berperan dalam membantu terlaksananya penulisan Skripsi ini:

1. Teruntuk kedua orang tua penulis yang selalu bersabar, mensupport, mendoakan penulis sehingga segala usaha yang penulis lakukan dipermudah dan menemui keberhasilan. Penulis ucapkan banyak terimakasih karena telah mengusahakan segala upaya agar penulis sampai pada titik ini. Semoga penulis dapat menjadi anak yang sholehah, membawa manfaat, keberkahan, dan syafaat.
2. Teruntuk almameter tercinta UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan karena telah menerima penulis dan menjadi wadah pengembangan pendidikan, pola pikir, dan pengalaman penulis.
3. Teruntuk Kaprodi, Sekprodi dan Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi itu sendiri, penulis ucapkan banyak terimakasih karena selama menjalani pendidikan penulis banyak menemukan kebenaran dan lebih mengenali konsep Tuhan. Selain itu, dengan belajar di Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi penulis juga dapat menguraikan kerumitan yang ada pada diri sendiri. Penulis berharap, ilmu ini dapat menjadi bekal penulis dalam menghadapi kehidupan.
4. Teruntuk YBM PLN dan GENCAR penulis ucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya atas segala bantuan yang telah disalurkan kepada penulis

dalam mendukung proses akademik yang penulis jalani. Penulis juga sangat bersyukur dengan bergabung ke dalam tim, penulis dapat merasakan rasanya memiliki kebermanfaatan untuk orang lain. Terimakasih banyak atas support dan pengalamannya.

5. Teruntuk ibu Annisa Mutohharoh, M.Psi selaku sekretaris Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi sekaligus dosen pembimbing skripsi penulis yang sangat baik, dan selalu menjadi *support system* utama saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Penulis ucapkan banyak terimakasih ibu.
6. Teruntuk teman-teman penulis Rizqoh Muawannah, Qorina Rahmatika, Arinal Husna, Taghsya Maulayanisa, Innayatul Laely Syahra, Septia Rizki dan segenap teman-teman TP'22 yang selalu membantu dan penulis repotkan, terimakasih atas bantuannya, support, dan kebaikannya semoga kebaikan meliputi kalian.
7. Teruntuk seseorang yang sangat berarti dan sangat baik kepada penulis, semoga kebaikan segera menemuimu, semoga Tuhan limpahkan kemudahan, kecukupan dan keberkahan atas dirimu. Semoga Tuhan menjadikan kita lebih baik dan semoga segalanya dikelilingi kebaikan dan kebahagiaan. Terimakasih atas pembelajaran hidup yang sangat membekas untuk penulis.

MOTTO

“Iman tampak seperti cahaya putih, ketika seseorang melakukan amal saleh ia akan bertambah dan menjadi sempurna hingga seluruh hati menjadi putih.

Dosa tampak seperti bintik hitam, jika batas-batas suci dilanggar ia akan bertambah dan tumbuh hingga seluruh hati menjadi hitam.”

-Imam Al-Ghazali-



ABSTRAK

Agustin, Siti Rohmalia, 2026. *TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN*. Skripsi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pembimbing Annisa Mutohharoh, M. Psi

Kata Kunci: *Tazkiyah an-Nafs, Hypnotherapy, Inner Child.*

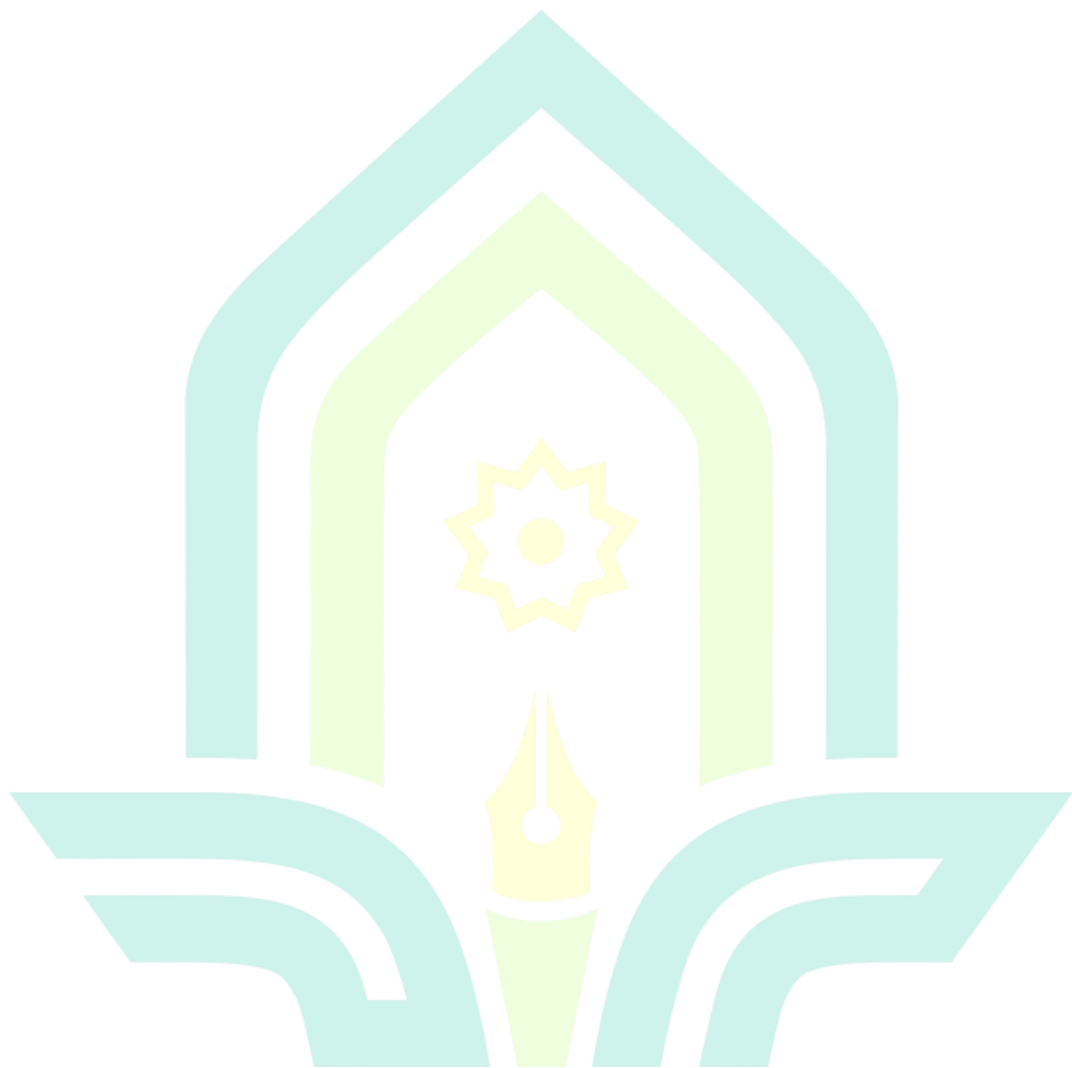
Dewasa ini, isu kesehatan mental menjadi perhatian luas di masyarakat, di mana fenomena luka masa lalu atau *inner child* menjadi salah satu topik yang paling disorot karena berpotensi memicu rantai trauma antar generasi (*intergenerational trauma*). Fenomena ini memerlukan pendekatan penanganan yang komprehensif, tidak hanya dari aspek psikologis tetapi juga spiritual.

Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana *tazkiyah an-nafs* melalui *hypnotherapy* di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan dalam penyembuhan *inner child* pada klien dan bagaimana perubahan kondisi klien yang mengalami *inner child* di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena penyembuhan *inner child* melalui integrasi konsep *tazkiyah an-nafs* (penyucian jiwa) dalam tasawuf dan metode *hypnotherapy* dalam psikoterapi. Kegunaan penelitian ini untuk mengetahui korelasi manfaat antara pendekatan tasawuf dengan pendekatan psikoterapi dalam menyembuhkan kasus *inner child*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan metodologi kualitatif dengan metode keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi. Jenis penelitian yang digunakan *field research* yang dikombinasikan dengan studi naratif. Pemilihan subjek terdiri dari klien Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan dengan indikasi mengalami permasalahan *wounded inner child* dan pola trauma antargenerasi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara *depth interview*, observasi partisipasi pasif, dan dokumentasi. Teknik analisis data dilakukan melalui tahapan kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi *hypnotherapy* dan *Tazkiyah an-Nafs* efektif dalam menyembuhkan *inner child* melalui tiga tahapan: 1) *Takhalli (tathahhur)*, dilakukan melalui fase relaksasi zikir, *induction* hingga *deepening* dengan media zikir istighfar untuk mengosongkan beban emosi negatif (amarah dan dendam); 2) *Tahalli (tahaqquq)*, dilakukan melalui fase sugesti dan rekonstruksi kognitif-spiritual untuk mengisi jiwa dengan sifat sabar, rida, shidiq, muhasabah diri dan tawakkal; 3) *Tajalli (takhalluq)*, tercermin pada fase *termination* dan analisis akhir sebagai manifestasi ketenangan jiwa (*nafs al-mutmainnah*). Intervensi ini berhasil meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*) dan regulasi emosi klien, yang dibuktikan dengan munculnya kemampuan memaafkan orang tua, mereduksi perilaku *abusive* kepada anak (memutus rantai trauma intergenerasional), serta mencapai kemandirian spiritual melalui *mujahadah an-*

nafs. Kesimpulan, integrasi pendekatan psikospiritual efektif dalam mengurai trauma yang tidak disadari sekaligus memutus rantai trauma antar generasi (*intergenerational trauma*) melalui pencapaian kondisi *nafs al-mutmainnah* yang ditandai dengan perasaan ikhlas, rida dan memaafkan segala hal yang terjadi dalam hidup klien.



ABSTRACT

Agustin, Siti Rohmalia, 2026. TAZKIYAH AN-NAFS THROUGH HYPNOTHERAPY IN HEALING THE INNER CHILD: A CASE STUDY OF CLIENTS AT THE PEKALONGAN HYPNOTHERAPY CLINIC. Thesis, Department of Sufism and Psychotherapy, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Dakwah. State Islamic University K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Advisor Annisa Mutohharoh, M.Psi

Keywords: Tazkiyah an-Nafs, Hypnotherapy, Inner Child.

In recent years, mental health issues have received widespread attention in society, with the phenomenon of inner child wounds being one of the most highlighted topics because of its potential to trigger intergenerational trauma. This phenomenon requires a comprehensive approach to handling, not only from a psychological perspective, but also a spiritual one.

Based on this, the research questions for this study are: How does tazkiyah an-nafs through hypnotherapy at the Pekalongan Hypnotherapy Clinic facilitate the healing of the inner child in clients, and how do the conditions of clients experiencing inner child issues change at the Pekalongan Hypnotherapy Clinic? This study aims to understand the phenomenon of inner child healing through the integration of the concept of tazkiyah an-nafs (purification of the soul) in Sufism and hypnotherapy methods in psychotherapy. The purpose of this study is to determine the correlation between the benefits of the Sufi approach and the psychotherapy approach in healing inner child issues.

This study employs a qualitative methodological approach using the scientific methods of Sufism and psychotherapy. The type of research used is field research combined with a narrative study. The subjects consisted of clients at the hypnotherapy Clinic in Pekalongan who were identified as having issues related to a “wounded inner child” and patterns of intergenerational trauma. Data collection was conducted through in-depth interviews, passive participant observation, and documentation. Data analysis was carried out through the stages of data condensation, data presentation, and drawing conclusions.

The results of the study showed that the integration of hypnotherapy and Tazkiyah an-Nafs was effective in healing the inner child through three stages: 1) Takhalli (tathahhur), which was carried out through the relaxation, zikir, induction and deepening phases using the zikir istighfar medium to empty the negative emotional load (amarah and revenge); 2) Tahalli (tahaquq), which was carried out through the suggestion and cognitive-spiritual reconstruction phases to fill the soul with the qualities of patience, acceptance, truthfulness, self-reflection and reliance; and 3) Tajalli (takhalluq), which was reflected in the termination phase and final analysis as a manifestation of inner peace (nafs al-mutmainnah). This intervention

successfully increased the clients' self-awareness and emotional regulation, as evidenced by their ability to forgive their parents, reduce abusive behaviour towards their children (breaking the intergenerational trauma cycle) and achieve spiritual independence through mujahadah an-nafs. In conclusion, the integration of a psychospiritual approach is effective in unravelling unconscious trauma and breaking the intergenerational trauma cycle (intergenerational trauma) by achieving the state of nafs al-mutmainnah, characterised by feelings of ikhlas, rida, and forgiveness for everything that has happened in the client's life.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt., Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw., sang pembawa risalah kebenaran, teladan umat, dan cahaya kehidupan bagi seluruh manusia, beserta keluarga, sahabat, dan pengikut beliau hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini juga merupakan syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Strata 1 (S-1) serta bentuk ikhtiar penulis untuk memperdalam pemahaman mengenai *sufi healing* dalam mengatasi trauma masa kecil. Setelah melewati proses yang panjang, akhirnya skripsi berjudul “*Tazkiyah An-Nafs melalui Hypnotherapy dalam Menyembuhkan Inner Child: Studi Kasus pada Klien Klinik Hypnotherapy Pekalongan*” dapat terselesaikan. Skripsi ini membahas mengenai manfaat dari proses pengintegrasian antara konsep-konsep *tazkiyah an-nafs* dengan *hypnotherapy* dalam proses penyembuhan *inner child* dengan indikator kesembuhan berupa perubahan perilaku positif yang terlihat pada diri klien.

Melalui kajian ini, penulis berharap dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan keilmuan, khususnya dalam bidang terapi spiritual, serta menjadi referensi bagi praktisi, terapis, maupun pembimbing rohani dalam memberikan pendampingan yang lebih holistik dan bermakna. Perjalanan penyusunan skripsi ini tentu tidak berjalan dengan mudah. Ada banyak hambatan, kendala, bahkan keraguan yang penulis alami. Namun berkat doa, dorongan, dan bimbingan dari berbagai pihak, penulis mampu melewati tahap demi tahap hingga akhirnya sampai pada titik ini. Oleh sebab itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini bukan semata hasil jerih payah pribadi, melainkan juga buah dari kerjasama, bantuan, dan doa banyak pihak.

Pada kesempatan yang berbahagia ini, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Zaenal Mustakim, M.Ag, selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

2. Ibu Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. Bapak Afith Akhwanudin, M.Hum. selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Ibu Annisa Muthoharoh, M.Psi. selaku Sekretaris Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan sekaligus dosen pembimbing penelitian.
5. Ibu Cintami Farmawati, M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik atas motivasi, arahan, dan dukungannya selama masa perkuliahan.
6. Sevti Arisyandi Selaku Pendiri dan Terapis di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan yang telah memberikan bantuan serta dukungan selama proses penelitian.
7. Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, yang sudah bersedia menjadi subjek dalam penelitian dan memberikan bantuan. Serta seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Meskipun penelitian ini jauh dari kata sempurna, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat, terutama bagi peneliti dan bagi pembaca serta semua pihak.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	ii
NOTA PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	xi
MOTTO.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT	xvi
KATA PENGANTAR.....	xviii
DAFTAR ISI	xx
DAFTAR TABEL	xxii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Tinjauan Pustaka	5
F. Metode Penelitian.....	15
G. Sistematika Penulisan.....	19
BAB II TAZKIYAH AN-NAFS, HYPNOTHERAPY DAN INNER CHILD	27
A. <i>Tazkiyah an-Nafs</i>	27
B. Integrasi <i>Hypnotherapy</i> dengan nilai-nilai spiritual Islam	30
C. Teori <i>Inner Child</i>	34

BAB III Implementasi *Hypnotherapy* dalam Menyembuhkan *Inner Child*:

Studi Kasus pada Klien Klinik <i>Hypnotherapy</i> Pekalongan	52
A. Gambaran Umum Klinik <i>Hypnotherapy</i> Pekalongan.....	52
B. Kondisi Awal Klien di Klinik <i>Hypnotherapy</i> Pekalongan.....	54
C. Pelaksanaan <i>Hypnotherapy</i> untuk Menangani Klien <i>Inner Child</i>	59
D. Gambaran <i>Inner Child</i> sesudah Pelaksanaan <i>Hypnotherapy</i>	64

BAB IV ANALISIS PENERAPAN TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN.....

A. Analisis Tazkiyah an-Nafs melalui <i>Hypnotherapy</i> dalam Menyembuhkan <i>Inner Child</i>	72
B. Analisis Perubahan Psikologis Klien yang Mengalami <i>Inner Child</i>	76

BAB V PENUTUP

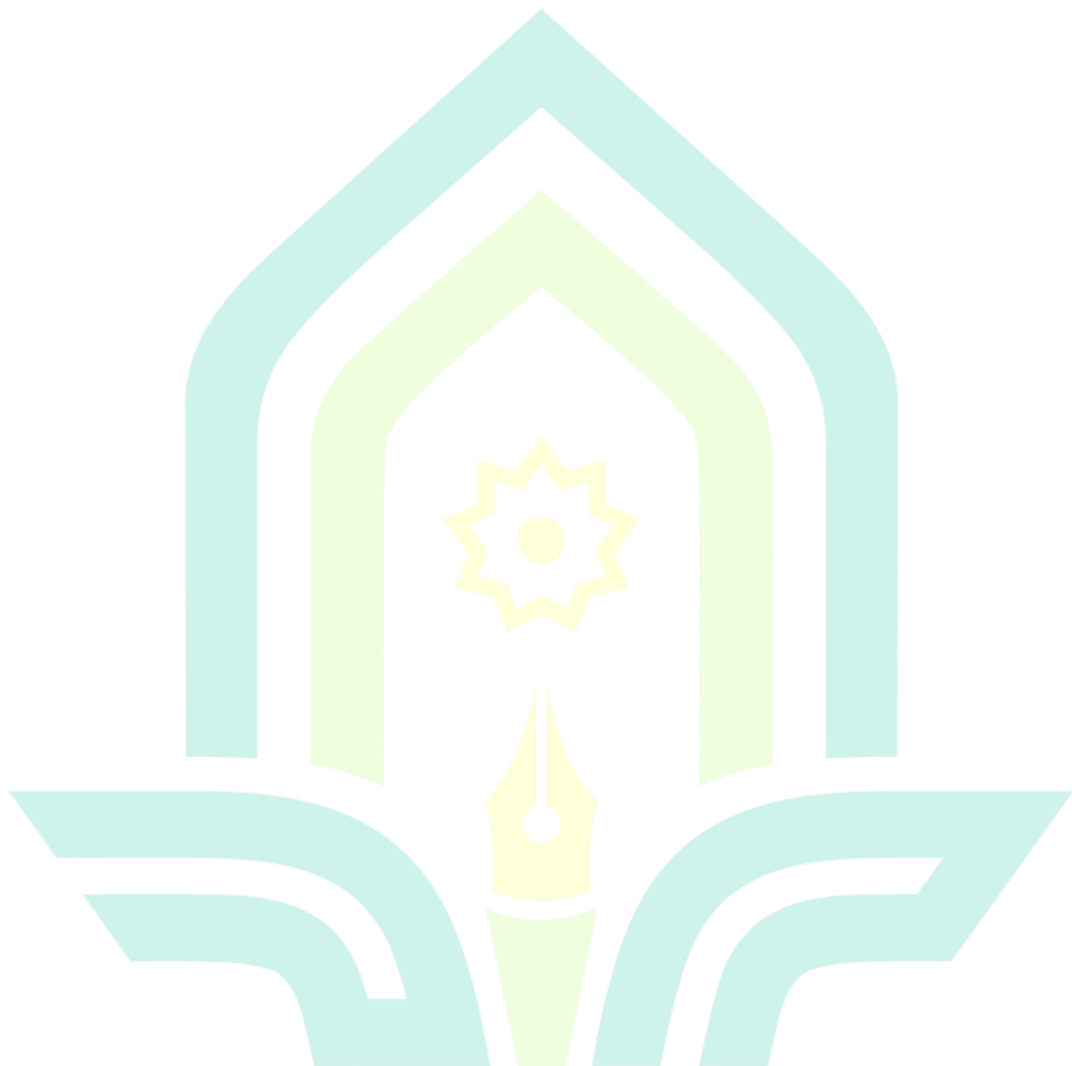
A. Kesimpulan.....	88
B. Saran.....	89

DAFTAR PUSTAKA.....

LAMPIRAN.....

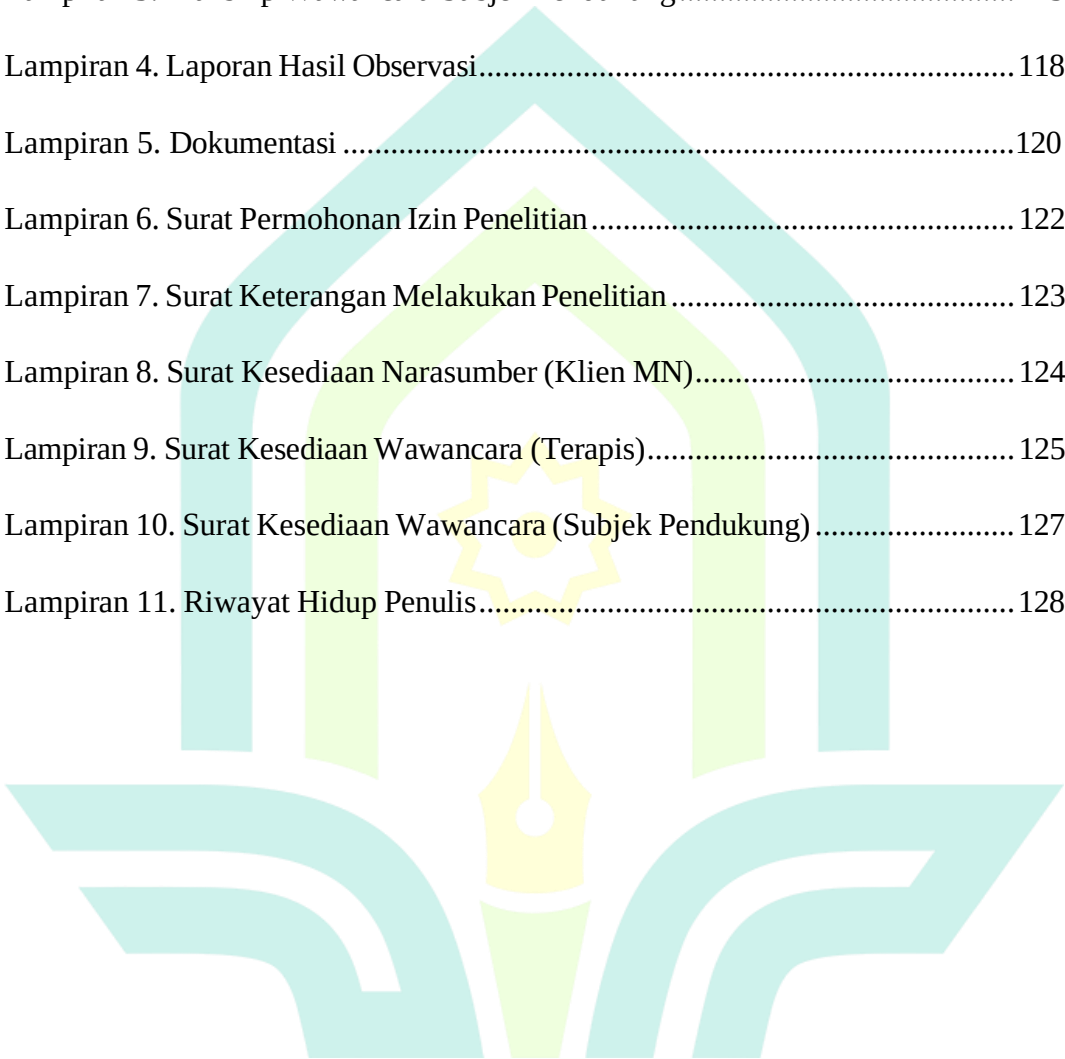
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jenis Layanan Di Klinik <i>Hypnotherapy</i> Pekalongan	53
Tabel 4.1 Hasil Temuan Penelitian.....	89



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Transkrip Wawancara Terapis	99
Lampiran 2. Transkrip Wawancara Klien.....	103
Lampiran 3. Transkrip Wawancara Subjek Pendukung.....	115
Lampiran 4. Laporan Hasil Observasi.....	118
Lampiran 5. Dokumentasi	120
Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Penelitian	122
Lampiran 7. Surat Keterangan Melakukan Penelitian	123
Lampiran 8. Surat Kesediaan Narasumber (Klien MN).....	124
Lampiran 9. Surat Kesediaan Wawancara (Terapis).....	125
Lampiran 10. Surat Kesediaan Wawancara (Subjek Pendukung)	127
Lampiran 11. Riwayat Hidup Penulis.....	128



BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Manusia pada hakikatnya diciptakan sebagai makhluk spiritual yang membutuhkan keseimbangan eksistensial antara aspek kognitif, afektif, dan spiritual. Dalam kerangka psikoterapi Islam, kesehatan jiwa yang sejati tidak hanya diukur dari bebasnya manusia dari gejala klinis, melainkan dari sejauh mana ia mampu menjaga kesucian jiwanya atau yang disebut dengan konsep *Tazkiyah an-Nafs*. Pendekatan *healing* berbasis Islam melalui *Tazkiyah an-Nafs* memiliki dimensi yang luas karena menyangkut hubungan manusia dengan Tuhan (*hablum minallah*) dan sesama (*hablum minannas*) secara transformatif.¹ Pada prosesnya, *tazkiyah an-nafs* sering juga disebut sebagai proses penyucian jiwa dan menjadi upaya mendekatkan diri kepada Tuhan.

Konsep-konsep penyucian jiwa seperti sabar, ikhlas, syukur, dan tawakkal dapat dijadikan pondasi dalam proses penyembuhan jiwa yang terluka. Nilai-nilai ini memperkuat pendekatan tasawuf dan psikoterapi dengan dimensi transendental yang tidak ditemukan dalam terapi sekuler. Sehingga, pada penelitian ini penulis tertarik untuk meneliti hasil dari proses integrasi antara *tazkiyah an-nafs* dengan *hypnotherapy* dalam penanganan kasus *inner child* di Klinik Hypnotherapy Pekalongan. Penerapan *Tazkiyah an-Nafs* dalam *hypnotherapy* berperan sebagai jembatan antara kebutuhan psikologis dan nilai-nilai spiritual. Selain itu, pada praktik *Tazkiyah an-Nafs* dalam *hypnotherapy* mengandung teknik relaksasi yang diakses dengan memasukkan nilai-nilai spiritual.²

Metode pengintegrasian *hypnotherapy* yang dengan nilai-nilai *Tazkiyah an-Nafs* yang diterapkan di Klinik Hypnotherapy Pekalongan hadir menjadi inisiatif lokal dalam proses penanganan gangguan kejiwaan (Kesehatan mental). Tahapan

¹ M. Ilham Muchtar, Yuminah Rohmatulloh, dkk., *Kesehatan Mental Melalui Tasawuf* (Banjarnegara: PT. Penerbit Qriset Indonesia, 2026), 1.

² Hanina Zulfa, dkk. "Relaksasi Nafas dan Zikir untuk Menurunkan Emosi Negatif". *Jurnal An-Najah* 4, no. 2 (2025): 2.

relaksasi yang digunakan dalam klinik ini juga memiliki keunikannya tersendiri, dimana zikir yang digunakan dalam proses terapi merupakan zikir favorit yang biasa dirapalkan oleh klien. Tidak ada penggunaan zikir secara spesifik dalam praktiknya. Pendekatan ini memungkinkan klien untuk tidak hanya menyembuhkan luka batin, tetapi juga menemukan kembali makna hidup dan hubungan dengan Tuhan.³ Secara praktis metode ini digunakan untuk menangani banyak kasus gangguan kesehatan mental seperti, fobia, trauma, dan termasuk dalam kasus ini luka masa kecil (*inner child*).

Inner child dapat diartikan sebagai luka pengasuhan atau pengalaman traumatis di masa lalu yang tidak segera diidentifikasi dapat "menetap" dalam alam bawah sadar dan berpotensi menjadi akar dari berbagai gangguan psikologis dan relasi disfungsi di masa dewasa.⁴ Individu yang membawa trauma masa kecil cenderung mengalami hambatan dalam membangun kepercayaan, mengatur emosi, serta menjaga stabilitas hubungan interpersonal. Luka tersebut dapat termanifestasi dalam bentuk kecemasan yang menetap, rasa bersalah kronis, atau kesulitan untuk memaafkan diri sendiri dan orang lain. Dalam kajian psikologi kontemporer, *inner child* telah terbukti memiliki implikasi yang signifikan terhadap regulasi afektif, pola relasional, dan keutuhan identitas emosional dewasa.⁵ Oleh karena itu, penyembuhan tidak hanya diperlukan dalam kerangka psikologis, melainkan juga menjadi bagian penting dalam spiritualitas dan eksistensial individu. Penyembuhan yang dilakukan juga memerlukan penyesuaian terhadap gejala yang dialami klien.

Pada penelitian ini, gejala yang dialami klien berbentuk rasa iri, rasa tidak berharga, amarah, dan *ambivalence* emosi. Perasaan ini berawal dari munculnya permasalahan hutang-piutang antara klien dengan sang kakak. Di mana klien sebagai pemberi pinjaman menagih hutang kepada kakak yang sudah jauh melewati tenggat pembayaran. Klien menuturkan jika dirinya tidak akan menagih apabila

³ N. Hidayat, "Hypnotherapy dalam Perspektif Islam: Menyelaraskan Sains dan Spiritualitas," *IBH Center Journal* 2, no. 1 (2025): 77–78.

⁴ Nopi Nopita Sari, Irsyad Bagus Satria, dkk. "Mengenal Inner Child: Jejak Masa Lalu Yang Membentuk Kepribadian", *Jurnal Ilmiah Research Student* 2, no.2 (2025): 608.

⁵ Afrilliani, "Effects of the Inner Child in Adulthood," *Agenda: Jurnal Analisis Gender dan Agama* 6, no. 1 (2024): 45–47.

tidak terdorong oleh kebutuhan pendidikan anaknya yang saat ini akan memasuki jenjang sekolah menengah pertama. Seiring bertambahnya waktu kasus hutang-piutang di antara kedua saudara ini kian menjalar pada kasus sengketa tanah. Di satu sisi lain, ketika klien menceritakan permasalahan tersebut kepada ibunya dengan harapan sang ibu dapat menengahi permasalahan tersebut, kenyataannya sang ibu justru membela sang kakak dan menyalahkan klien. Hal ini menjadi *trigger* klien merasa sangat sedih, marah, tidak dicintai, dibanding-bandingkan, putus asa, dendam dan bahkan kehilangan kontrol emosinya. Sehingga, anaknya yang tidak mengerti duduk perkara ini justru menjadi korban pelampiasan segala macam bentuk kekesalan dan amarah klien.⁶

Sehingga praktik penerapan *Tazkiyah an-Nafs* dalam *hypnotherapy* ini dianggap tepat untuk diterapkan karena tidak hanya berfokus pada penghilangan gejala psikis, tetapi juga pada pemulihan makna hidup dan penguatan hubungan vertikal dengan Tuhan. Melalui penelitian ini, penulis berharap dapat membawa kebaruan dalam penelitian yang terletak pada integrasi *hypnotherapy* dengan nilai-nilai spiritual Islam seperti konsep memaafkan dan keikhlasan sebagai bagian dari *Tazkiyah an-Nafs* untuk penyembuhan *inner child*. Sebagian besar literatur yang ada selama ini cenderung menggunakan teknik psikoanalisis atau terapi psikologis konvensional untuk mengatasi *inner child*. Namun, dalam penelitian ini, proses pemulihan *inner child* dilakukan melalui penerapan *Tazkiyah an-Nafs* dalam *hypnotherapy* yang memadukan sugesti relaksasi dan refleksi spiritual seperti doa, zikir, dan *tafakur* terhadap sifat-sifat Allah untuk memperkuat pemulihan emosional dan rohani secara bersamaan. Pendekatan ini unik karena tidak hanya menargetkan aspek psikologis individu (trauma dan regulasi emosi) tetapi, juga menghubungkannya dengan kedalaman nilai-nilai teologis dan spiritual Islam yang dapat memberikan makna transendental dalam proses penyembuhan.⁷

⁶ MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 28 Februari 2025.

⁷ Rania Awaad and Merve Nursoy-Demir, *Maristāns and Islamic Psychology: A Historical Model for Modern Implementation* (London: Routledge, 2024), 88–91.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh lagi terkait *Hypnotherapy* berbasis Islam dengan mengambil judul “*Tazkiyah an-Nafs Melalui Hypnotherapy dalam Menyembuhkan Inner Child: Studi Kasus pada Klien Klinik Hypnotherapy Pekalongan*”. Hal ini dikarenakan masyarakat modern saat ini membutuhkan aspek eksistensial yang utuh, dimana aspek kognitif, afektif, dan spiritual harus memiliki keseimbangan dan berjalan beriringan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi, juga manfaat untuk kelangsungan hidup masyarakat Pekalongan.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian yang sudah disebutkan, penulis menemukan beberapa rumusan masalah yang akan menjadi pokok penelitian ini:

1. Bagaimana *Tazkiyah an-Nafs* melalui *Hypnotherapy* di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan dalam penyembuhan *inner child* pada klien?
2. Bagaimana perubahan kondisi klien yang mengalami *inner child* di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Mendeskripsikan peran pelaksanaan *Tazkiyah an-Nafs* melalui *Hypnotherapy* di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan dalam upaya penyembuhan *inner child* pada klien.
2. Menganalisis perubahan kondisi psikologis klien terkait *inner child* sebelum dan sesudah mengikuti sesi *Hypnotherapy* berbasis Islam di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan literatur dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya

terkait manfaat penerapan *Tazkiyah an-Nafs* melalui *Hypnotherapy* dalam penyembuhan *inner child*. Dengan mendeskripsikan proses dan dampak terapi yang berbasis nilai-nilai spiritual Islam, penelitian ini juga berpotensi memperluas pemahaman akademik mengenai integrasi antara pendekatan psikoterapeutik kontemporer dan spiritualitas dalam konteks lokal Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan bahan refleksi bagi:

- a. Praktisi *Hypnotherapy* berbasis Islam, dapat menjadi bahan evaluasi dalam penerapan pendekatan yang lebih kontekstual dan berbasis nilai Islam dalam menangani klien dengan trauma masa kecil.
- b. Klien yang mengalami *inner child*, dapat terbebas dari trauma masa kecil dan tumbuh menjadi individu muslim yang lebih matang secara emosional maupun spiritual.
- c. Klinik atau lembaga terapi psikospiritual, sebagai acuan untuk mengembangkan model layanan yang melibatkan aspek emosional dan rohani secara seimbang.
- d. Masyarakat umum yang memiliki luka masa kecil, dapat menyadari luka yang diderita dan segera melakukan penyembuhan.
- e. Peneliti Selanjutnya, hasil penelitian ini dapat memperkaya khasanah pengetahuan dan dapat dijadikan sumber referensi tambahan dalam proses memperluas khasanah pengetahuan tentang penerapan nilai *Tazkiyah an-Nafs* dalam *hypnotherapy* untuk menangani *inner child*.

E. TINJAUAN PUSTAKA

1. Analisis Teori

a. Integrasi *Tazkiyah an-Nafs* dengan *Hypnotherapy*

Secara umum, *hypnotherapy* merupakan salah satu bentuk terapi non-farmakologi yang menggunakan sugesti atau *hypnosis* untuk menangani masalah psikis yang dialami klien.⁸ *Hypnotherapy* digunakan sebagai alat untuk mengatasi pikiran, perasaan, dan perilaku dengan memberikan sugesti kepada pikiran bawah sadar. Dalam pelaksanaan *hypnotherapy* memiliki beberapa tahapan seperti *preinduction interview* (perkenalan dan wawancara), *induction* (proses untuk masuk ke dalam kondisi *trance*), *deepening* (kondisi saat klien memasuki fase *trance*), *depth level test* (tes kedalaman hipnosis), *termination* (kesadaran), *Post hypnotic behavior* (perilaku pasca hipnosis).⁹ Seiring berkembangnya kebutuhan masyarakat modern terhadap psikoterapi, menjadikan banyak lahirnya inovasi dalam dunia psikoterapi. Salah satunya yakni, *hypnotherapy* berbasis Islam yang dilakukan dengan memadupadankan antara teknik psikoterapi dengan nilai-nilai spiritual Islam.

Berbeda dengan *hypnotherapy* konvensional yang bersifat sekuler, pengintegrasian nilai tasawuf dengan *hypnotherapy* menempatkan Allah sebagai pusat penyembuhan. Proses terapi tidak hanya bertujuan menghilangkan gejala psikologis, tetapi juga mengembalikan individu pada fitrah rohani dan kesadaran ilahiah. Dalam banyak tradisi spiritual Islam memandang bahwa tasawuf, kesehatan mental, dan spiritualitas saling berhubungan. Tasawuf menawarkan pandangan yang lebih dalam bagaimana manusia seharusnya berhubungan dengan diri sendiri, sesama manusia, dan Tuhan. Konsep-konsep tasawuf seperti zikir, tawakal, sabar, dan ikhlas dapat membantu seseorang untuk meraih kedamaian batin.¹⁰

⁸ Aang Triyadi, *Medical Hypnotherapy* (Cirebon: CV. Ciptakarya Paramacitra, 2024), 12.

⁹ Dian Pratiwi Iman, dkk., *Aplikasi Hypnotherapy Dasar* (Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2023), 49.

¹⁰ M. Ilham Muchtar, Yuminah Rohmatulloh, dkk., *Kesehatan Mental Melalui Tasawuf* (Banjarnegara: PT. Penerbit Qriset Indonesia, 2026), 1.

Dalam praktiknya, proses pengintegrasian *Hypnotherapy* dengan konsep *tazkiyah an-nafs* juga mengadopsi prinsip-prinsip ikhlas, memaafkan, *muhasabah*, dan *tawakkal*. Terapi ini tidak hanya menyentuh aspek kognitif, tetapi juga memperkuat dimensi spiritual melalui pengulangan sugesti yang bersumber dari prinsip-prinsip Islam seperti ayat Al-qur'an maupun zikir.¹¹ Hal ini menjadikan *hypnotherapy* berbasis Islam sebagai pendekatan yang menyeluruh dan sesuai dengan kebutuhan psikospiritual umat muslim. Beberapa klinik di Indonesia telah mulai menerapkan pendekatan ini secara sistematis, seperti Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan. Praktik di lapangan menunjukkan bahwa terapi ini mampu membangun kepercayaan diri, mengurangi kecemasan, dan memperkuat hubungan klien dengan Tuhan. Namun, dokumentasi ilmiah terhadap praktik ini dalam kasus penanganan *inner child* masih terbatas dan perlu dikaji lebih lanjut melalui studi kasus yang mendalam.

b. Tazkiyah an-Nafs

Tazkiyah secara etimologi memiliki dua makna yakni, penyucian dan pertumbuhan. Secara istilah, *Tazkiyah an-Nafs* juga dapat disebut dengan *zakatun-nafsi* yang memiliki arti penyucian (*tathahur*) jiwa dari segala hal yang cacat, merealisasikan berbagai maqam padanya (*tahaqquq*), dan menjadikan *asma'* dan *shifat* sebagai akhlaknya (*takhalluq*).¹² *Tazkiyah* hati dan jiwa hanya bisa dicapai melalui berbagai amal ibadah dan perbuatan tertentu yang dilaksanakan secara sempurna dan memadai sesuai tuntunan syariat Islam. Pada saat itulah terealisasi dalam hati sejumlah makna yang menjadikan jiwa tersucikan. Dampaknya akan terasa oleh seluruh anggota badan seperti lisan, mata, telinga, dan lain sebagainya. Hasil yang nyata pengaruhnya akan nampak pada perilaku (*adab* dan *mu'amalah*) dalam berinteraksi kepada Allah SWT dan sesama makhluk, dalam mengendalikan anggota badan sesuai perintah Allah

¹¹ Hatice Kucukaltay, "Islamic Hypnotherapy", *ISCIP* 1, no. 16 (2024), 152.

¹² Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali* (Jakarta: Robbani Press, 1995), 2.

SWT. Dengan kata lain, metode tazkiyah an-nafs sebagai bentuk spiritualisasi agama Islam bagi upaya pengembangan kepribadian muslim dan kesehatan mental yang optimal sebagaimana yang telah dikaji Imam Al-Ghazali dalam kitabnya.¹³

Di dalam kitab *Ihya' Ulumuddin* disebutkan bahwa, iman bertambah dan berkurang karena pengaruh dari perbuatan ketaatan hati. Hal ini hanya dirasakan oleh orang-orang yang memperhatikan kondisinya sendiri pada saat-saat beribadah dan berbakti dengan kehadiran hati, saat-saat acuh terhadap hal-hal duniawi dan sekelilingnya (khusyuk). Ia akan merasakan perbedaan ketenangan terhadap keyakinan iman, dalam kondisi tersebut iman seseorang akan semakin kuat hingga kekuatannya semakin besar dan sulit untuk digoyahkan. Sebagai contoh, orang yang percaya rahmat pada anak yatim kemudian mereka melakukan apa yang diperintahkan pada keyakinannya, mengusap kepalanya dan berbuat baik kepadanya, ia akan merasakan dalam dirinya penegasan rahmat dan penggandaannya karena amal perbuatan tersebut. Demikian pula orang yang percaya pada kerendahan hati, jika ia melakukan apa yang diyakininya, baik itu membungkuk atau sujud, ia akan merasakan kerendahan hati dari ketaatan yang dia jalankan. Hal ini menunjukkan bahwa semua kualitas hati akan tercermin pada perbuatan-perbuatan dzahir, dan kemudian pengaruh perbuatan tersebut akan kembali kepadanya, menegaskan, dan semakin meningkatkan keimanannya.¹⁴

Menurut Imam Al-Ghazali iman tampak seperti cahaya putih dan ketika seorang hamba melakukan amal saleh ia akan menjadi sempurna dan bertambah hingga seluruh hati menjadi putih. kemunafikkan (dosa) tampak seperti bitnik hitam, dan Ketika batas-batas suci dilanggar ia akan tumbuh dan bertambah hingga seluruh hati menjadi hitam dan tertutup. Iman memiliki tujuh puluh pintu,

¹³ Yahya Jaya dan Dina Haya Sufya, *Tazkiyah Al-Nafs Metode Spiritualisasi Agama Islam Menuju Jiwa Zakiah* (Yogyakarta: Deepublish, 2024),3.

¹⁴ Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *ihya' Ulumuddin* (Mesir: Perpustakaan Mesir, 489-495 H),158.

seorang pezina tidak akan berzina apabila masih terdapat iman di dalamnya.¹⁵ Dengan demikian, peningkatan dan penurunan iman perlu diperhatikan karena dapat berpengaruh pada perilaku dzahir manusia.

Individu yang mengalami luka *inner child* sering kali kehilangan arah hidup dan merasa kosong secara eksistensial. Melalui terapi yang menyentuh dimensi spiritual dengan memperkuat keimanan dengan penerapan nilai-nilai Islam seperti konsep memaafkan, mengikhlaskan, dan pengamalan zikir diharapkan klien dapat menemukan kembali hikmah dari sebuah kejadian, memaafkan masa lalu, dan membangun hidup yang lebih utuh dan penuh harapan. Terapi yang dilakukan dalam bingkai nilai-nilai Islam dapat memperkuat solidaritas sosial, memperbaiki relasi keluarga, dan membangun komunitas penyembuhan yang saling mendukung. Hal ini menjadikan penerapan *Tazkiyah an-Nafs* dalam *hypnotherapy* sebagai pendekatan yang tidak hanya menyembuhkan, tetapi juga dapat meningkatkan keimanan dan kualitas hidup dalam hubungan kepada Tuhan dan kepada manusia.¹⁶

c. Inner Child

Menurut Bradshaw, *inner child* merupakan anak kecil yang tumbuh di dalam tubuh orang dewasa, sehingga sangat mempengaruhi kehidupan dewasa seseorang. *Inner child* berasal dari kumpulan beberapa peristiwa yang terjadi di masa lampau dan memiliki keterikatan hingga masa dewasa. Bradshaw berpendapat, ketika perkembangan seorang anak terhenti dan perasaan ditekan pada rasa sakit serta kebencian, seseorang akan tumbuh menjadi orang dewasa yang pemarah dan *inner child* yang tersakiti, sehingga otomatis dapat berpengaruh pada kedewasaan seseorang.¹⁷

Untuk memahami bagaimana luka batin seseorang sebagai anak kecil bertindak berdasarkan trauma dan kebutuhan masa kecil yang belum

¹⁵ Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *ihya' Ulumuddin*, 159.

¹⁶ Zarina Hassem et al., *Working with Crisis and Trauma from an Islamic Perspective* (London: Routledge, 2025), 93–96.

¹⁷ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 5.

terselesaikan, kita harus memahami bahwa kekuatan utama pendorong dalam hidup kita adalah emosi. Hal ini dikarenakan emosi sebagai bahan bakar yang mendorong kita untuk membela diri dan memperolah kebutuhan dasar kita. Energi ini sangat mendasar, sebagai contoh, kemarahan kita mendorong kita untuk mengambil sikap guna melindungi dan mendapatkan hak-hak kita. Rasa takut mendorong kita mengambil sikap untuk melarikan diri saat menghadapi bahaya, dan kesedihan mampu membebaskan energi kita untuk digunakan di masa kini. Seseorang yang tidak dapat merasakan kesedihan tidak dapat menyelesaikan masa lalu. Hal ini dikarenakan semua energi emosional yang berkaitan dengan penderitaan atau trauma menjadi beku dan tidak dapat dinetralkan.¹⁸

Dalam kasus yang dialami klien proses penyembuhan *inner child* dilakukan melalui pendekatan *reparenting*, yaitu memberikan kembali kasih sayang, validasi, dan perlindungan yang tidak diterima saat kecil. Teknik ini dapat dilakukan melalui afirmasi positif, visualisasi, dan terapi regresi yang bertujuan untuk mengakses dan mengintegrasikan bagian diri yang terluka.¹⁹ Proses *reparenting* tersebut akan dilaksanakan proses terapi melalui *Hypnotherapy* berbasis Islam dengan menerapkan nilai-nilai *Tazkiyah an-Nafs* dalam pelaksanaan *hypnosisnya*.

2. Penelitian Relevan

Dari beberapa penelitian terdahulu, ditemukan penelitian yang berkaitan erat, baik dari segi kesamaan pembahasan, maupun metode pendekatan penelitian. Hal ini dapat dilakukan untuk mengidentifikasi apabila terdapat kesenjangan maupun kesamaan dalam penelitian sebelumnya, dan untuk mengetahui bagaimana hasil penelitian terdahulu mempengaruhi penelitian yang sedang dilakukan. Berikut, peneliti lampirkan beberapa hasil penelitian yang relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan saat ini:

¹⁸ Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 12.

¹⁹ Riri G. Trivedi, dkk., "Effectiveness of 'Healing the Child Within' Techniques," *International Journal of Regression Therapy* 3, no.4 (2022): 6–8.

Pertama, penelitian ilmiah yang dilakukan oleh Hatice Kucukaltay pada tahun 2024 dengan judul *Islamic Hypnotherapy*.²⁰ Penelitian ini menjelaskan mengenai konsep psikoterapi Islam, khususnya penggunaan *hypnotherapy* yang diintegrasikan dengan nilai-nilai religius untuk menjaga kesehatan mental. Fokus utamanya adalah bagaimana teknik pengobatan psikoterapi Islami dapat memberikan ketenangan batin dan penyembuhan spiritual bagi individu melalui pendekatan yang holistik.

Hasil kajian menunjukkan bahwa *hypnotherapy* berbasis Islam efektif dalam menyentuh sisi alam bawah sadar sekaligus memperkuat keyakinan ketuhanan seseorang. Terapi ini terbukti membantu individu mengelola stres dan kecemasan dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT, yang pada akhirnya meningkatkan kesadaran diri serta membawa transformasi karakter ke arah yang lebih baik. Penelitian ini memiliki persamaan pembahasan konsep *hypnotherapy* yang diintegrasikan dengan nilai-nilai keislaman. Namun, dalam penelitian ini juga memiliki perbedaan dalam metode pendekatan penelitian yang digunakan dan subjek penelitian yang berbeda.

Kedua, karya ilmiah yang ditulis oleh Rizky, Avita, Hulwatul, dan Maryatul pada tahun 2024 dengan penelitian yang berjudul *Mengenal Tazkiyatuh an-Nafs dalam Psikoterapi Islam*.²¹ Penelitian ini, membahas mengenai konsep *Tazkiyah an-Nafs* atau penyucian jiwa sebagai metode utama dalam Psikoterapi Islam untuk menyembuhkan penyakit hati. Proses penyembuhan dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu *takhalli* (membersihkan diri dari sifat buruk), *tahalli* (menghiasi diri dengan akhlak terpuji), dan *tajalli* (mencapai pencerahan batin dan kedekatan dengan Allah).

Penelitian ini menggunakan referensi pokok dari kitab *Ihya' Ulumuddin* karya Imam Al-Ghazali untuk menjelaskan bagaimana penyucian jiwa berfungsi sebagai alat pencegahan gangguan mental. Dengan mempraktikkan introspeksi diri

²⁰ Hatice Kucukaltay, "Islamic Hypnotherapy", *ISCIP* 1, no. 16 (2024): 151-153.

²¹ Rizky Maulidiyah, Avita Rasya Fitri, dkk. "Mengenal *Tazkiyatuh an-Nafs* dalam Psikoterapi Islam", *Multidisciplinary Journal of Islamic Studies* 4, no.1 (2024), 1-7.

secara rutin, individu diharapkan mampu meredam emosi negatif dan mencapai kedamaian sejati dalam menghadapi tantangan hidup. Dalam penelitian ini, kajian pokok pembahasan memiliki kesamaan dengan apa yang ada dalam penelitian penulis. Referensi pokok yang digunakan juga memiliki kesamaan dengan merujuk langsung dari kitab *Ihya' Ulumuddin*. Perbedaannya, penelitian ini hanya fokus membahas mengenai konsep *Tazkiyah an-Nafs*, sedangkan dalam penelitian ini penulis juga membahas mengenai banyak elemen seperti *hypnotherapy* dan *inner child*.

Ketiga, penelitian Nopi, Irsyad, Riski, Hidayani pada tahun 2025 dengan karya ilmiah berjudul *Mengenal Inner Child: Jejak Masa Lalu Yang Membentuk Kepribadian*.²² Penelitian ini menjelaskan bahwa *inner child* adalah bagian dari diri orang dewasa yang menyimpan ingatan dan pengalaman masa kecil. Jika seorang anak mengalami trauma atau pola asuh yang buruk, "anak kecil" di dalam dirinya tersebut akan terluka, yang di masa depan dapat memicu masalah kepercayaan diri, gangguan emosi, hingga kesulitan dalam menjalin hubungan sosial. Untuk mengatasi luka tersebut, penelitian ini menawarkan solusi melalui teknik menulis ekspresif dan latihan *self-talk* yang positif. Dengan mengakui dan memaafkan masa lalu, individu dapat menyembuhkan luka emosionalnya, sehingga mereka menjadi pribadi yang lebih berani, percaya diri, dan memiliki hubungan interpersonal yang lebih sehat. Pada penelitian ini memiliki kesamaan pada pokok pembahasan mengenai *inner child*. Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada subjek penelitian, pendekatan penelitian dengan menggunakan studi literatur, dan teknik pengobatan yang dipilih untuk menangani *inner child*.

Keempat, berdasarkan skripsi Adella Rahma Lina pada tahun 2024 yang berjudul *Pengaruh Pola Asuh Otoriter terhadap Pembentukan Inner Child Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*.²³ Penelitian ini secara

²² Nopi Nopita Sari, Irsyad Bagus Satria, dkk. "Mengenal Inner Child: Jejak Masa Lalu Yang Membentuk Kepribadian", *Jurnal Ilmiah Research Student* 2, no.2 (2025) :606-619.

²³ Adella Rahma Lina, "Pengaruh Pola Asuh Otoriter terhadap Pembentukan *Inner Child* pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung", *Skripsi* (Lampung: Perpustakaan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2024), 1-52.

khusus menyoroti hubungan antara gaya asuh orang tua yang otoriter dengan kondisi *inner child* pada mahasiswa. Temuan menunjukkan adanya pengaruh signifikan sebesar 17,2%, di mana semakin keras dan satu arah pola asuh yang diterima seseorang di masa kecil, maka kondisi *inner child*-nya cenderung akan semakin buruk atau terluka. Berbeda dengan penelitian penulis, karya ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 100 responden mahasiswa. Fokus utamanya adalah membuktikan secara statistik bahwa pola asuh yang terlalu menuntut tanpa ruang diskusi dapat memberikan dampak negatif jangka panjang bagi perkembangan emosional anak hingga mereka dewasa. Walaupun demikian, penelitian ini tetap memiliki relevansi dengan pokok pembahasan pada penelitian yang sedang penulis lakukan.

Kelima, Karya ilmiah yang ditulis oleh Eva, Rehti, Surya, Muzdalifa, Ulfiani, Nurul, dan Nur dengan judul *Mengenal Inner Child untuk Berdamai dengan Luka Masa Kecil* yang ditulis pada tahun 2023.²⁴ Penelitian ini berfokus pada pentingnya psikoedukasi sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang luka masa kecil. Banyak orang tidak menyadari bahwa perilaku negatif mereka saat ini berakar dari masa lalu, sehingga dibutuhkan pemahaman kognitif yang baik agar rantai trauma ini tidak terus menurun ke generasi berikutnya. Melalui kegiatan webinar nasional, penelitian ini membuktikan bahwa edukasi yang tepat mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai *inner child* secara signifikan hingga mencapai angka 66,23%. Hasil ini menegaskan bahwa pemberian informasi secara massal sangat efektif untuk membantu individu mengenali masalah mereka dan mulai melangkah menuju pemulihan diri.

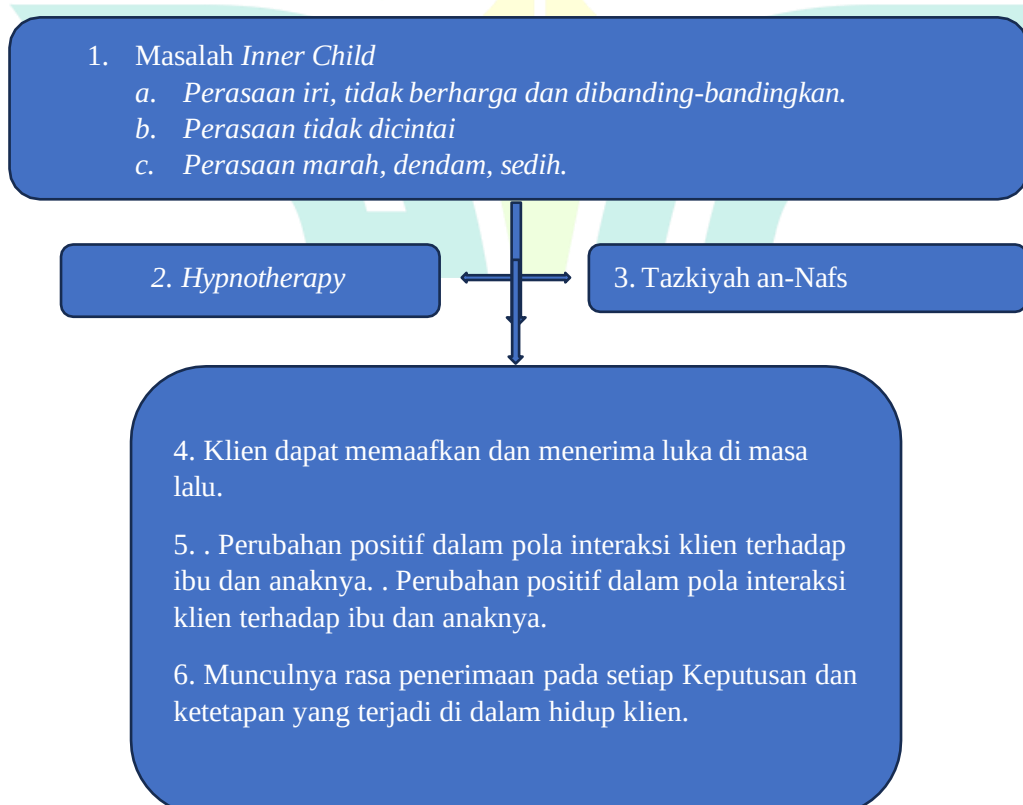
Pada penelitian ini memiliki kesamaan pembahasan mengenai *inner child* yang berpengaruh pada perilaku di masa dewasa. dan analisis teori *inner child* yang digunakan mengadopsi teori John Bradshaw. Metode dan pendekatan yang digunakan pada penelitian ini berbeda. Pendekatan penelitian ini menggunakan

²⁴ Eva Meizara Puspita Dewi, Rehti Fany Dwi Putri, Surya Sulistiawati, dkk. "Mengenal Inner Child untuk Berdamai dengan Luka Masa Kecil", *Jurnal Madaniya* 4, no.2 (2023): 640-647.

kuantitatif dan pendekatan psikoedukasi dalam bentuk webinar nasional. Teknik analisis data menggunakan Teknik statistik *nonparametric Wilcoxon* melalui SPSS. Tujuan utamanya untuk mengetahui seberapa berpengaruh psikoedukasi untuk meningkatkan pengetahuan kognitif partisipan mengenai *inner child*.

3. Kerangka Berpikir

Penelitian ini diawali dengan proses pemetaan masalah yang sedang dihadapi oleh klien, seseorang yang mengalami *inner child* seringkali membawa beban emosional yang belum terselesaikan hingga dewasa. Pada kasus kali ini, beban emosional yang dirasakan klien berupa rasa iri, tidak berharga, perasaan tidak dicintai dan disbanding-bandingkan. Serta, perasaan marah, dendam, dan sedih. Dalam penelitian ini, proses pengobatan yang dilakukan terhadap klien berupa hasil integrasi dari *hypnotherapy* dengan konsep penyucian jiwa (*tazkiyah an-nafs*). Kombinasi keduanya menciptakan efek saling melengkapi (*complementary*). *Hypnotherapy* membereskan sumbatan emosi di level bawah sadar, sementara *Tazkiyah an-Nafs* menenangkan jiwa dan memberikan kedamaian spiritual yang puncaknya melahirkan sifat pemaaf dan keikhlasan. Sehingga, memunculkan perubahan positif pada diri klien, terutama pada pola interaksi antara klien dengan ibu dan anak, serta rasa keikhlasan dalam menerima segala hasil keputusan dan ketetapan yang terjadi dalam hidupnya.



F. METODE PENELITIAN

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

ini, menggunakan jenis penelitian *field research* dengan pendekatan studi kasus. *Field research* merupakan jenis penelitian yang mempelajari fenomena dalam lingkungannya yang alamiah.²⁵ Sedangkan, studi kasus merupakan metode yang digunakan untuk suatu fenomena tertentu yang ada di masyarakat secara mendalam untuk mengkaji latar belakang, keadaan, dan interaksi yang terjadi.²⁶ Data primer yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari hasil observasi dan wawancara langsung secara mendalam. Sehingga, data yang didapat benar-benar sesuai dengan realitas yang terjadi di lapangan. Kemudian, penelitian ini menggunakan metodologi kualitatif yakni, metode pengumpulan data pada suatu latar alamiah dengan maksud untuk menjelaskan suatu fenomena yang terjadi.²⁷ Didukung dengan pendekatan keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi. Pendekatan Tasawuf merupakan bidang studi yang memusatkan perhatian pada perkembangan pembersihan aspek rohani atau jiwa manusia. Sedangkan, psikoterapi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari masalah-masalah kejiwaan manusia yang tercermin melalui perilaku nyata. Walaupun keduanya memiliki perbedaan yang cukup esensial pada metode yang digunakan terhadap objek kajian, tetapi keduanya memiliki titik singgung yang sama pada kajian kejiwaan manusia.²⁸

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

²⁵ Dedy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2004), 160.

²⁶ Mardawani, *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data dalam Perspektif Kualitatif* (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2020): 26.

²⁷ Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Sukabumi: CV Jejak, 2018), 8.

²⁸ Ahmad Saefulloh, "Memadukan Pendekatan Psikologi dan Tasawuf dalam Studi Islam", *Jurnal El-Wasathiya* 11, no.1 (2023) :15.

Sumber data primer adalah data mentah yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dari sumber aslinya melalui metode seperti wawancara, observasi, penyebaran angket, atau eksperimen untuk hasil penelitian yang lebih spesifik.²⁹ Sumber data primer dalam penelitian ini terdiri dari tiga narasumber yang meliputi:

- 1) Satu orang praktisi *hypnotherapy* berbasis Islam yang terlibat langsung dalam proses terapi.
- 2) Satu orang klien yang mengalami *inner child* dan telah menjalani terapi di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan bersedia untuk kooperatif dalam penelitian ini.
- 3) Satu orang informan pendukung (ibu klien MN) untuk menambah dan melengkapi keterangan yang diberikan oleh informan utama.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data yang sudah dikumpulkan oleh pihak lain sebelumnya untuk tujuan yang berbeda dan digunakan kembali oleh peneliti sebagai data pendukung.³⁰ Data ini diperoleh dari literatur yang relevan, berupa:

- 1) Buku-buku ilmiah tentang *hypnotherapy* berbasis Islam, psikologi Islam, dan *inner child*.
- 2) Artikel jurnal nasional maupun internasional yang berkaitan dengan topik penelitian.
- 3) Dokumen internal klinik (berupa panduan terapi, asesmen, atau catatan sesi dengan izin).

3. Teknik Pengumpulan Data

²⁹ Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga, 2021), 57.

³⁰ Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, 57.

Teknik pengumpulan data merupakan metode sistematis untuk memperoleh informasi penting penelitian melalui observasi, wawancara, penyebaran angket, dokumentasi atau studi pustaka.³¹ Teknik yang digunakan dalam penelitian ini mencakup:

- a. Wawancara *depth interview* yang dilakukan terhadap satu orang terapis dan satu orang klien. Wawancara ini dilakukan dengan membuat daftar pertanyaan, tetapi dilakukan dengan fleksibel, spontan, dan seringkali menggunakan pertanyaan terbuka untuk mengeksplorasi lebih dalam.
- b. Observasi partisipasi pasif: Kehadiran peneliti dalam proses terapi, tetapi peneliti tidak melibatkan diri dalam kegiatan tersebut. Dalam hal ini, peneliti hanya sebagai pengamat objek.³² Dilakukan secara langsung terhadap proses terapi yang berlangsung di klinik, dengan izin dan persetujuan etik dari pihak terkait, guna memperoleh data kontekstual, proses tahapan terapi dan perubahan respon tubuh pada saat terapi.
- c. Dokumentasi, merupakan sebuah catatan peristiwa yang telah berlalu yang terdiri dari catatan harian, arsip, Kumpulan surat pribadi, klipping dan sejenisnya yang masih masuk ke dalam bagian dari dokumen terekam dan tertulis.³³ Dokumentasi pada penelitian ini berupa, catatan klinis kondisi klien berdasarkan hasil konseling, foto dan video yang dilakukan pada saat proses terapi *hypnotherapy* berbasis Islam, foto klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, foto sertifikat pendirian klinik, dan foto ruangan untuk terapi.

4. Metode Analisis Data

Analisis data pada penelitian kualitatif telah dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan sebagai berikut:

³¹Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga, 2021), 67.

³²Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, 91.

³³ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Sulawesi Selatan: Syakir Media Press, 2021), 147.

a. *Pra- penelitian*

Analisis sebelum di lapangan dilakukan terhadap data hasil studi pendahuluan atau data sekunder yang akan digunakan untuk menentukan fokus penelitian. Namun, fokus penelitian pada tahap ini masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah peneliti masuk dan melakukan penelitian di lapangan.³⁴

b. *Anticipatory*

Pada tahap ini, peneliti sudah melakukan analisis terhadap jawaban narasumber ketika wawancara pertama berlangsung. Apabila jawaban yang diberikan dirasa kurang memuaskan, maka peneliti akan memberikan pertanyaan lanjutan sampai tahap tertentu dan data dianggap kredibel. Proses ini berlangsung secara interaktif dan terus-menerus sampai tuntas.³⁵

c. *Kondensasi Data*

Proses ini berkelanjutan untuk memilih, memfokuskan, menyederhanakan, merangkum, dan mengubah data mentah menjadi bentuk yang lebih padat, ringkas, dan bermakna untuk mempermudah proses analisis.³⁶

d. *Penyajian Data*

Dalam penelitian kualitatif biasanya penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, matriks, grafik, bagan, hubungan kategori, dan sejenisnya.³⁷ Pada penelitian ini bentuk penyajian data yang disajikan menggunakan uraian yang bersifat naratif.

e. *Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi*

³⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2024), 245.

³⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 246.

³⁶ Miles dan Huberman, *Qualitative Data Analysis a Methods Sourcebook* (Amerika Serikat: SAGE Publications, 2014), 31.

³⁷ Miles dan Huberman, *Qualitative Data Analysis a Methods Sourcebook*, 31.

Menurut Miles dan Huberman menjelaskan bahwa sejak awal pengumpulan data, analisis kualitatif menafsirkan makna dari berbagai hal dengan mencatat pola, penjelasan, alur, sebab-akibat, dan proporsi. Peneliti yang kompeten memegang kesimpulan ini dengan ringan, menjaga keterbukaan dan skeptisisme, tetapi kesimpulan tetap ada. Awalnya samar, kemudian semakin eksplisit dan berdasar. Dengan kata lain, penarikan kesimpulan dalam penelitian kualitatif memiliki kesimpulan awal yang masih bersifat sementara dan akan berubah seiring berkembangnya temuan peneliti. Kesimpulan juga diverifikasi seiring berjalannya proses analisis, dengan peninjauan kembali catatan lapangan, argumentasi panjang narasumber, atau dengan upaya ekstensif untuk mereplikasi temuan dengan data lain.³⁸ Dengan demikian kesimpulan pada penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan-rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, namun juga mungkin tidak dapat menjawab rumusan-rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya.

G. SISTEMATIKA PENULISAN

Skripsi ini disusun secara sistematis dalam lima bab utama, dengan uraian: *Bab I*: Pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka (analisis teori, penelitian relevan, kerangka berfikir), metode penelitian, serta sistematika penulisan skripsi.

Bab II: Berisi landasan teoritis yang tentang penerapan nilai-nilai *Tazkiyah an-Nafs* melalui *hypnotherapy* berbasis Islam untuk menyembuhkan *inner child* berupa tiga sub bab. Sub bab pertama membahas mengenai *hypnotherapy* berbasis Islam yang mencakup pengertian, langkah-langkah, dan manfaat *hypnotherapy* berbasis Islam. Sub-bab kedua menjelaskan mengenai konsep *Tazkiyah an-Nafs* seperti pengertian dan proses dan contoh bentuk-bentuk *takiyatun nafs* pada setiap prosesnya. Terakhir, pada sub-bab ketiga menjelaskan mengenai *inner child*

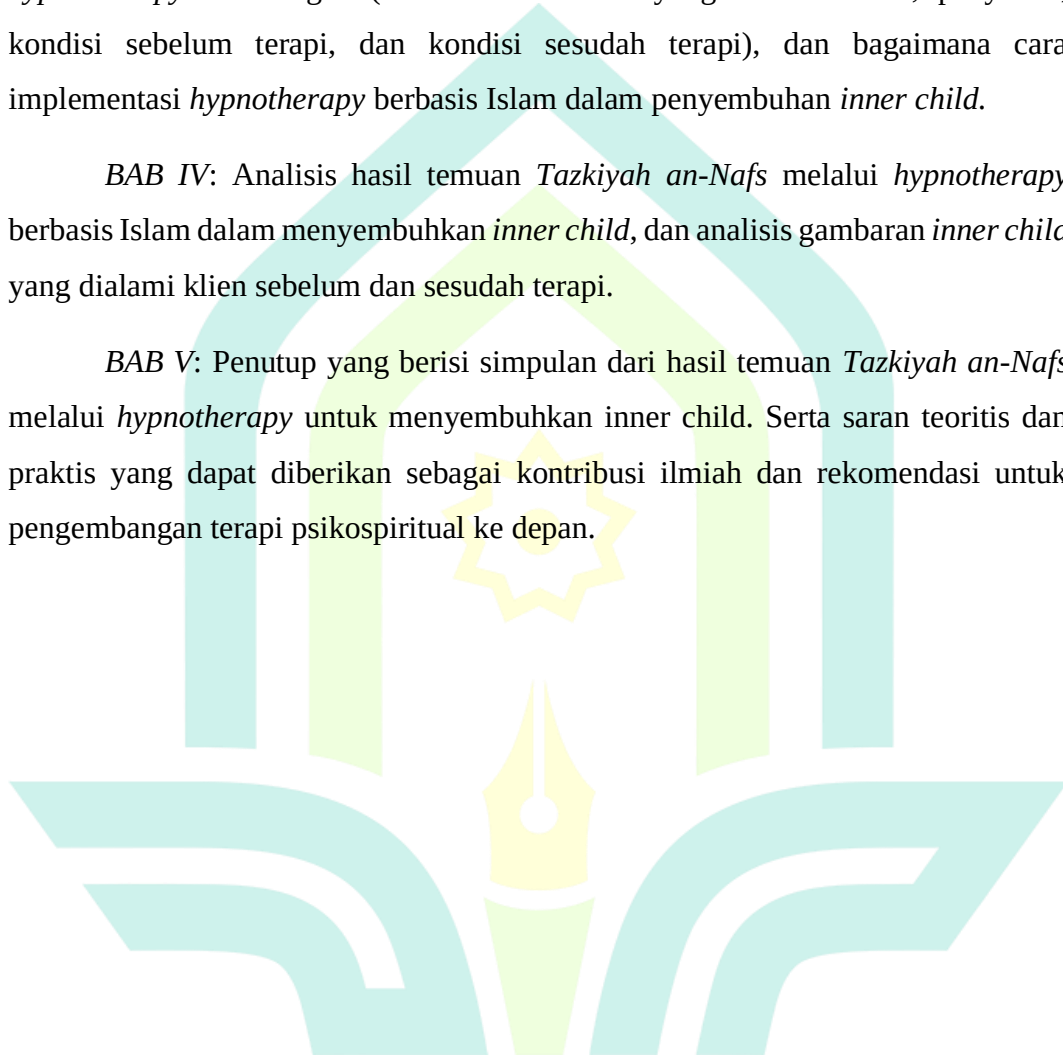
³⁸Miles dan Huberman, *Qualitative Data Analysis a Methods Sourcebook*, 32.

menurut John Bradshaw mencakup pengertian, bentuk-bentuk dan faktor yang mempengaruhi *inner child*.

BAB III: Hasil Penelitian Dan Pembahasan yang berisi gambaran umum klinik (profil klinik, layanan dan program kerja klinik, tujuan, visi dan misi klinik), gambaran kasus *inner child* klien sebelum dan sesudah terapi di klinik *hypnotherapy* Pekalongan (bentuk *inner child* yang dialami klien, penyebab, kondisi sebelum terapi, dan kondisi sesudah terapi), dan bagaimana cara implementasi *hypnotherapy* berbasis Islam dalam penyembuhan *inner child*.

BAB IV: Analisis hasil temuan Tazkiyah an-Nafs melalui *hypnotherapy* berbasis Islam dalam menyembuhkan *inner child*, dan analisis gambaran *inner child* yang dialami klien sebelum dan sesudah terapi.

BAB V: Penutup yang berisi simpulan dari hasil temuan *Tazkiyah an-Nafs* melalui *hypnotherapy* untuk menyembuhkan *inner child*. Serta saran teoritis dan praktis yang dapat diberikan sebagai kontribusi ilmiah dan rekomendasi untuk pengembangan terapi psikospiritual ke depan.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Proses penyembuhan luka masa kecil (*inner child*) pada klien MN dilakukan melalui integrasi yang harmonis antara metode *hypnotherapy* dengan *Tazkiyah an-Nafs*. Integrasi ini secara efektif menjembatani aspek psikologis relaksasi kesadaran dengan aspek transpersonal-spiritual melalui tiga tahapan utama yakni:

- a. Takhalli (Tathahhur) pada Fase *Induction & Deepening*: Proses pengosongan batin dari beban trauma, amarah, dan rasa kehilangan masa lalu. Secara psikologis, stimulus musik relaksasi menurunkan gelombang otak menuju kondisi *trance* untuk merilekskan pertahanan ego. Secara spiritual, klien melakukan muhasabah dengan melafalkan zikir istighfar secara repetitif untuk membersihkan penyakit hati pada alam bawah sadar.
- b. Tahalli (Tahaqquq) pada Fase Sugesti (*Suggestion*): Proses pengisian jiwa dengan nilai-nilai akhlak terpuji. Klien dipandu merilis emosi, memeluk "MN kecil" dengan kasih sayang (*rahmah*), serta diberikan afirmasi positif bermuara teologis. Fase ini menanamkan sifat sabar (mengontrol emosi), rida (menerima ketetapan dan sengketa tanah), shidiq (mengakui rasa sakit batin), dan tawakal (rutin istighfar).
- c. Tajalli (Takhalluq) pada Fase *Termination & Analisa Akhir*: Tahap pemantapan dengan mengembalikan kesadaran klien ke kondisi terjaga disertai sugesti energi baru. Klien diberikan rekomendasi penggunaan *anchor* (jangkar perilaku) berupa zikir -istighfar pasca-terapi untuk menjaga konsistensi (*istiqamah*) dan kedekatan dengan Sang Pencipta (*muraqabah*).

2. Pengalaman traumatis masa lalu yang tidak terselesaikan berpotensi memicu gangguan emosional dan transmisi trauma antargenerasi. Klien MN mengalami

deretan trauma sejak masa anak-anak hingga remaja berupa kekerasan fisik, pengabaian emosional oleh ibu, hingga kehilangan figur ayah sebagai sistem pendukung utama. Bentuk *inner child* klien MN berupa perasaan tidak berharga, keterasingan, dan ambivalensi emosi. Dalam perspektif tasawuf Imam Al-Ghazali, residu emosi negatif ini termanifestasi sebagai penyakit hati berupa *amarah* (ghadab) dan *hasad* (kedengkian) akibat rasa iri terhadap perlakuan pilih kasih sang ibu. Ketika dipicu oleh konflik interpersonal dewasa terkait sengketa tanah dan penolakan keluarga (*victim blaming*), luka masa lalu tersebut mengalami pola pengulangan neurologis (*neurotic*) yang meluap menjadi perilaku destruktif dan pengasuhan yang *abusive* kepada anak kandungnya sendiri.

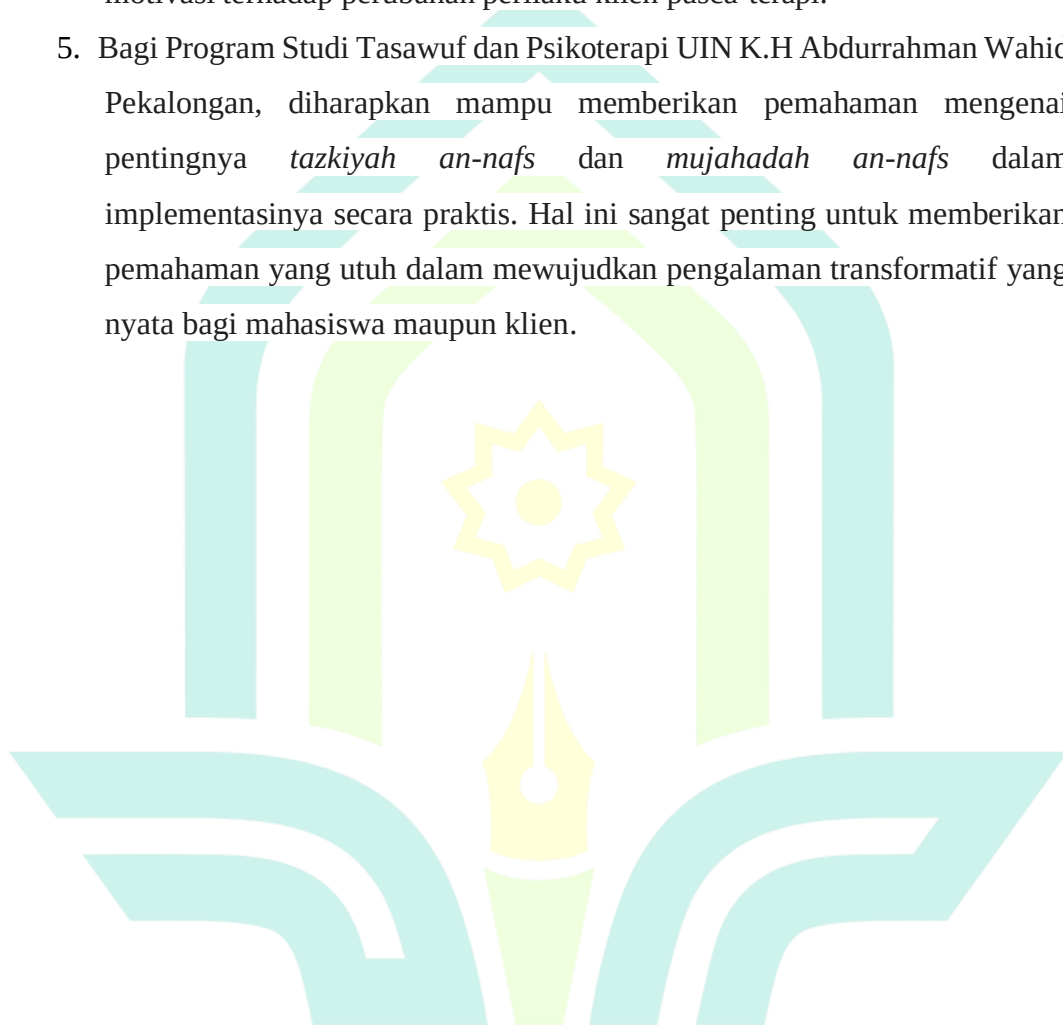
Kondisi setelah terapi, Zikir istighfar efektif menjadi media katarsis dan restrukturisasi kognitif (*cognitive restructuring*) yang meredakan ketegangan fisik serta memicu sikap tawakal. Klien mengalami peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*), regulasi emosi yang stabil, mampu memaafkan masa lalu untuk menyelesaikan *unfinished business*, serta mengikis *victim mentality*. Melalui sikap *qana'ah* dan rida, klien berhasil memutus rantai pengasuhan *abusive*. Klien kini berada pada fase *mujahadah an-nafs* dengan menerapkan batasan yang sehat (*healthy distance*) dan kehati-hatian (*wara'*), sambil tetap berbakti kepada orang tua (*birrul walidain*) demi mencapai jiwa yang tenang (*nafs al-mutmainnah*).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi klien Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, untuk mendapatkan hasil yang lebih optimal disarankan melakukan satu kali terapi lanjutan sebagai penguatan sugesti positif. Memiliki komitmen kuat dalam menerapkan *anchor* zikir dan sugesti positif

2. Bagi Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, diharapkan dapat meningkatkan fasilitas fisik berupa kursi terapi agar lebih empuk dan nyaman untuk klien sehingga proses sugesti menjadi lebih optimal.
3. Bagi Terapis, dapat menyediakan formulir survey pelayanan *hypnotherapy*.
4. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai perbedaan pengaruh motivasi terhadap keefektifan terapi atau pengaruh motivasi terhadap perubahan perilaku klien pasca-terapi.
5. Bagi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, diharapkan mampu memberikan pemahaman mengenai pentingnya *tazkiyah an-nafs* dan *mujahadah an-nafs* dalam implementasinya secara praktis. Hal ini sangat penting untuk memberikan pemahaman yang utuh dalam mewujudkan pengalaman transformatif yang nyata bagi mahasiswa maupun klien.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Abdussamad, Zuchri. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Sulawesi Selatan: Syakir Media Press.
- Abubakar, Rifa'i. (2021). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga.
- Anggito, Alby. Johan Setiawan. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Anniza Puspitasari, Rizky. (2025). *Si Paling NPD*. Bandung: Buku Abadi.
- Awaad, Rania. (2024). Merve Nursoy-Demir, *Maristāns and Islamic Psychology: A Historical Model for Modern Implementation*. London: Routledge.
- Bahrul Hikam, Ahmad. (2024). *Psikologi Islam: Solusi Al-qur'an atas Problem-problem Psikis*. Yogyakarta: Nusamedia.
- Baihaqi, MIF. (2011). *Psikologi Pertumbuhan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Bradshaw, John. (1990). *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*. New York: A Bantam Book.
- Canfield, Norman. (2016). *Dahsyatnya Kekuatan Berpikir Positif*. Jakarta: Banana Books.
- Dihyah. (2024). *Wara' dalam Ajaran Islam*. Yogyakarta: Relasi Inti Media.
- Evelyqa. (2025). *Teori Keterikatan yang Gagal*. Jakarta: Guinevel Editions.
- Fitri Rahayu, Suci., dkk. (2022). *Aplikasi Hypnotherapy*. Padang: PT. Global Eksekutif.
- Gafar O. Fahm, Abdul. (2025). *Ethical Foundations in Islamic Psychology*. London: Routledge.
- Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, Abu. (489-495 H). *Ihya' Ulumuddin*. Mesir: Perpustakaan Mesir.
- Hamka. (2015). *Tasawuf Modern*. Jakarta: Republika, 2015.
- Hassem, Zarina., dkk. (2025). *Working with Crisis and Trauma from an Islamic Perspective*. London: Routledge.

- Hawwa, Sa'id. (1995). *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali*. Jakarta: Robbani Press.
- Jaya, Yahya. Dina Haya Sufya. (2024). *Tazkiyah Al-Nafs Metode Spiritualisasi Agama Islam Menuju Jiwa Zakiah*. Yogyakarta: Deepublish.
- Keskin, Zuleyha. (2025). *Quranic Concepts in Islamic Psychology and Spirituality: Application in the Modern World*. London: Routledge.
- Mardawani. (2020). *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data dalam Perspektif Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Miles, Huberman. (2014). *Qualitative Data Analysis a Methods Sourcebook* . Amerika Serikat: SAGE Publications.
- Muchtar, M. Ilham. Yuminah Rohmatulloh, dkk. (2026). *Kesehatan Mental Melalui Tasawuf*. Banjarnegara: PT. Penerbit Qriset Indonesia.
- Mulyadi, Eko. Nurilla Kholida. (2021). *Buku Ajar Hypnotherapy*. Sumenep: Guepedia.
- Mulyana, Dedy. (2004). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muzakkir. (2019). *Hidup Sehat dan Bahagia dalam Perspektif Tasawuf*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Nafi'uddin, M. "Fakta Hipnosis dan Gendam", hasil kajian ilmiah tersebut dipublikasikan pada <https://www.ibhcenter.org/fakta-hipnosis-dan-gendam/>, 13 Mei 2016.
- Pratiwi Iman, Dian,. dkk. (2023). *Aplikasi Hypnotherapy Dasar*. Bandung: CV. Media Sains Indonesia.
- Purwanto, Setiyo. (2022). *Mindfulness Dzikir Nafas*. Yogyakarta: Deepublish.
- Rachma, Desi. (2023). *Metode Hypnotherapy dalam Membantu Penyembuhan Penderita Serangan Panik di Graha Hypnotherapy Metro Lampung*. Skripsi: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Rahma Lina, Adella. (2024). *Pengaruh Pola Asuh Otoriter terhadap Pembentukan Inner Child pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*. Skripsi: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

- Solikhin, Agis. (2023). *Tarekat Sebagai Sistem Pendidikan Tasawuf*. Yogyakarta: Deepublish Digital.
- Subandi, M.A. (2009). *Psikologi Zikir*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tiara Mulyani, Fitri. (2023). *Penerapan Islamic Hypnotherapy untuk Mengatasi Ketakutan Anak yang akan Khitan di Rumah Sunat Modern Hatamimi Pekajangan Pekalongan*. Skripsi: UIN K.h. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
- Triyadi, Aang. (2024). *Medical Hypnotherapy*. Cirebon: CV. Ciptakarya Paramacitra.
- Yunan Harahap, Muhammad. Rustam Ependi. (2023). *Tazkiyatun Nafs dalam Membentuk Akhlakul Karimah*. Yogyakarta: PT. Green Pustaka Indonesia.

Jurnal Ilmiah

- Afrilliani. (2024). Effects of the Inner Child in Adulthood. *Agenda: Jurnal Analisis Gender dan Agama* 6 (1), 45–47.
- Al Habsy, Bakhrudin dkk. (2024). Teori Kepribadian Jung dalam Perkembangan Kepribadian Berdasarkan Perspektif Multibudaya. *Sociocouns* 4 (1), 2.
- Badruzaman, Dudi. (2019). *Islamic Modern Hypnotherapy (IMH) sebagai Alternatif dalam Mempercepat Investigasi Kasus Korupsi di Indonesia*. *Jurnal Penelitian Islam* 13 (2), 272.
- Cahyadi, Ashadi. (2017). Metode Hypnotherapy dalam Merubah Perilaku. *Jurnal Syi'ar* 17 (2), 75.
- Dwi Kumala, Olivia dkk. (2019). Terapi Zikir untuk Meningkatkan Ketenangan Hati pada Pengguna NAPZA. *Jurnal Intervensi Psikologi* 11 (1), 50.
- Fourkhani, Annisa dkk. (2021). Hubungan *Spiritual Quotient* dengan Kontrol Diri Narapidana. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6 (2), 200.

- Gultom, Bina dkk. (2024). Hubungan *Emotional Ambivalence* dengan Tendensi *Cart Abandonment* pada Pengguna *E-Commerce*. *Dharmas Education Journal* 3 (2), 440.
- Hidayat, N. (2025). Hypnotherapy dalam Perspektif Islam: Menyelaraskan Sains dan Spiritualitas. *IBH Center Journal* 2 (1), 77–78.
- Kucukaltay, Hatice. (2024). *Islamic Hypnotherapy*. *ISCIP* 1 (16), 151-153.
- Kusuma Apriyanti, Harum. (2016). *Alienation among University of Indonesia's Psychology Students: A Comparative Study amongst First-Year, Second-Year, and Third-Year Students*. *Makara Hubs-Asia* 20 (1), 38.
- Maulidiyah, Rizky. Avita Rasya Fitri., dkk. (2024). Mengenal *Tazkiyatuh an-Nafs* dalam Psikoterapi Islam. *Multidisciplinary Journal of Islamic Studies* 4 (1), 1-7.
- Meizara Puspita Dewi, Eva. Rezti Fany Dwi Putri. Surya Sulistiawati, dkk. (2023). Mengenal *Inner Child* untuk Berdamai dengan Luka Masa Kecil. *Jurnal Madaniya* 4 (2), 640.
- Meizara Puspita Dewi, Eva. Rezti Fany Dwi Putri., dkk. (2023). Mengenal *Inner Child* untuk Berdamai dengan Luka Masa Kecil. *Jurnal Madaniya* 4 (2), 640-647.
- Mutmainah. (2020). Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al- Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyah an-Nafs). *Syaikhuna* 12 (1), 46-47.
- Nopita Sari, Nopi. Irsyad Bagus Satria., dkk. (2025). Mengenal *Inner Child*: Jejak Masa Lalu Yang Membentuk Kepribadian. *Jurnal Ilmiah Research Student* 2 (2), 608.
- Rizal, Abdi. (2022). *Tazkiyah Al-Nafs* Sebagai Terapi dalam Permasalahan Masyarakat Modern. *Jurnal Al- Aqidah* 14 (2), 12.
- Saefulloh, Ahmad. (2022). Memadukan Pendekatan Psikologi dan Tasawuf dalam Studi Islam. *Jurnal El-Wasathiya* 11 (1), 15.

- Sulthonah Fauzi Rahmah, Izdihar. Alfin Miftahul Khairi. (2024). Dampak Trauma Antargenerasi Pada Keluarga Veteran Perang. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8 (2), 557.
- Trivedi, G. Riri., dkk. (2022). *Effectiveness of 'Healing the Child Within' Techniques. International Journal of Regression Therapy* 3 (4), 6–8.
- Varisna Rohmadani, Zahro dkk. (2022). Efektivitas *Islamic Hypnotherapy* untuk Menurunkan Stres pada Remaja Akhir. *Jurnal Intervensi Psikologi* 14. (1), 47.
- Zaki Su'aidi, M. dkk. (2025). Qona'ah sebagai Terapi Psikologis: Meningkatkan Kesejahteraan Mental melalui Penerimaan dan Syukur di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri. *Jurnal of Child and Gender Studies* 3 (1), 47-56.
- Zulfa, Hnima dkk. (2025). Relaksasi Nafas dan Zikir untuk Menurunkan Emosi Negatif. *Jurnal An-Najah* 4 (2), 2.

Wawancara dan Observasi

- Arisyandi, Sevta. (7 Mei 25). Wawancara Pribadi. Pendiri klinik *Hypnotherapy* Pekalongan. Pekalongan.
Dokumentasi klinik *hypnotherapy* Pekalongan, 11 Mei 2025.
- DY. (1 Juli 26). Wawancara Pribadi. Ibu dari Klien MN. Pekalongan.
Hasil Observasi lapangan di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, pada 11 Mei 2025.
- MN. (11 Mei 25). Wawancara Pribadi. Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan. Pekalongan.
- MN. (28 Februari 25). Wawancara Pribadi. Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, Pekalongan.
- MN. (3 Maret 26). Wawancara Pribadi. Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan. Pekalongan
- Sevta Arisyandi, Sevta. (4 Maret 26). Wawancara Pribadi. Pendiri Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan. Pekalongan.

A. IDENTITAS

1. Nama : Siti Rohmalia Agustin
2. Tempat tanggal lahir : Pekalongan, 01 Agustus 2005
3. Alamat rumah :Desa Legokkalong, Kec. Karanganyar,
Kab.Pekalongan, Jawa Tengah
4. Alamat tinggal : Desa Legokkalong, Kec. Karanganyar,
Kab.Pekalongan, Jawa Tengah
5. Nomor *handphone* : 0882006966081
6. Email : sitiparkwkwk@gmail.com
7. Nama ayah : Soedrajat
8. Pekerjaan ayah : PNS
9. Nama ibu : Yuni
10. Pekerjaan ibu : Ibu Rumah Tangga

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDI Kergon 02 Pekalongan (2011-2017)
2. SMP Islam Pekalongan (2017-2019)
3. SMAN 04 Pekalongan (2019-2022)

C. PENGALAMAN ORGANISASI

1. Pengurus HMPS Tasawuf Psikoterapi periode 2023
2. Pengurus HMPS Tasawuf Psikoterapi periode 2024
3. Pengurus UKM SIGMA Uin Gusdur Periode 2023-2024
4. Pengurus Generasi Cahaya Pintar YBM PLN 2024-2026

Pekalongan, 10 Juni 2026

(Siti Rohmalia Agustin)