

***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

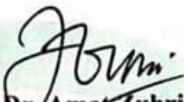
Pembimbing :

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 Astutik Harvati, 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	Ša	Š	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	Žal	Ž	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	Fathah	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
أَي	Fathah dan ya	Ai	A dan I
أَوْ	Fathah dan wau	Au	A dan U

Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*

هَوْلَ : *hauila*

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
آ اِى	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
يِ	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
وُ	Ḍammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

مَاتَ : *māta*

رَمَى : *ramā*

قِيلَ : *qīla*

يَمُوتَ : *yamūtu*

D. *Ta Marbūṭah*

Transliterasi untuk *ta marbūṭah* ada dua, yaitu: *ta marbūṭah* yang hidup atau mendapat harkat *fathah*, *kasrah*, dan *ḍammah*, 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 الْفَضِيلَةُ : *al-madīnah al-fāḍilah*

E. *Syaddah (Tasydīd)*

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

رَبَّنَا : *rabbnā*

الْحَقَّ : *al-ḥaqq*

عَدُو : *‘aduwwun*

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:

الشَّمْسُ : *asy-syamsu*

الرَّجُلُ : *ar-rajulu*

الفلسفة : *al-falsafah*

البلاد : *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:

تَأْمُرُونَ : *ta'murūna*

النَّوْء : *al-nau'*

شَيْء : *syai'un*

أُمِرْتُ : *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 مَجْرَاهَا وَمُرْسَاهَا : *Bismillāhi majrehā wa mursāhā*

وَإِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ : *Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/*
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn

D. Lafz 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-jalāl*, 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:

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

Alḥamdu lillāhi rabbi al-‘ālamīn

اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ *Allaāhu gafūrun rahīm*
وَمَا 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.*

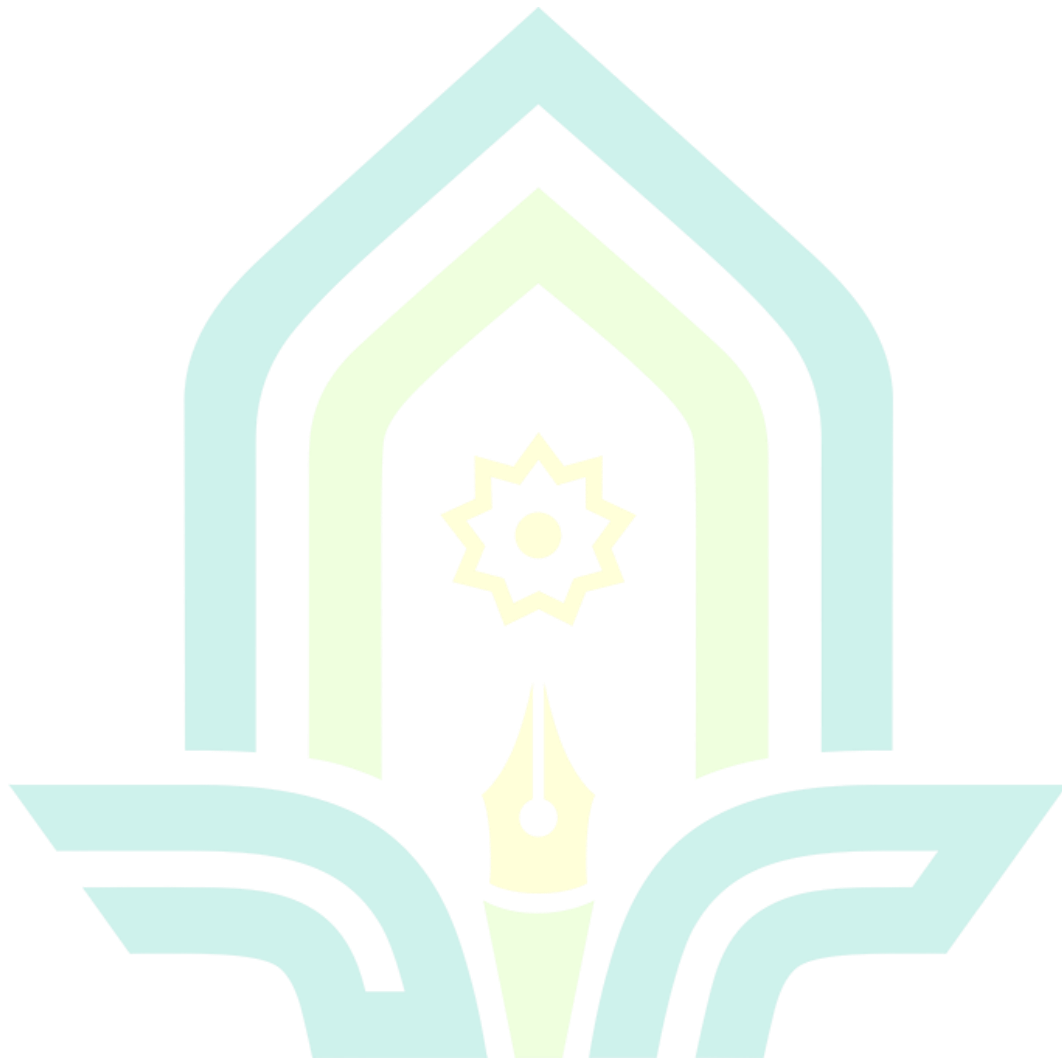
Dewasa ini, isu kesehatan mental menjadi perhatian luas di masyarakat, di mana fenomena luka masa lalu atau *inner child* menjadi salah satu topik yang paling disorot karena berpotensi memicu rantai trauma antar generasi (*intergenerational trauma*). Fenomena ini memerlukan pendekatan penanganan yang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

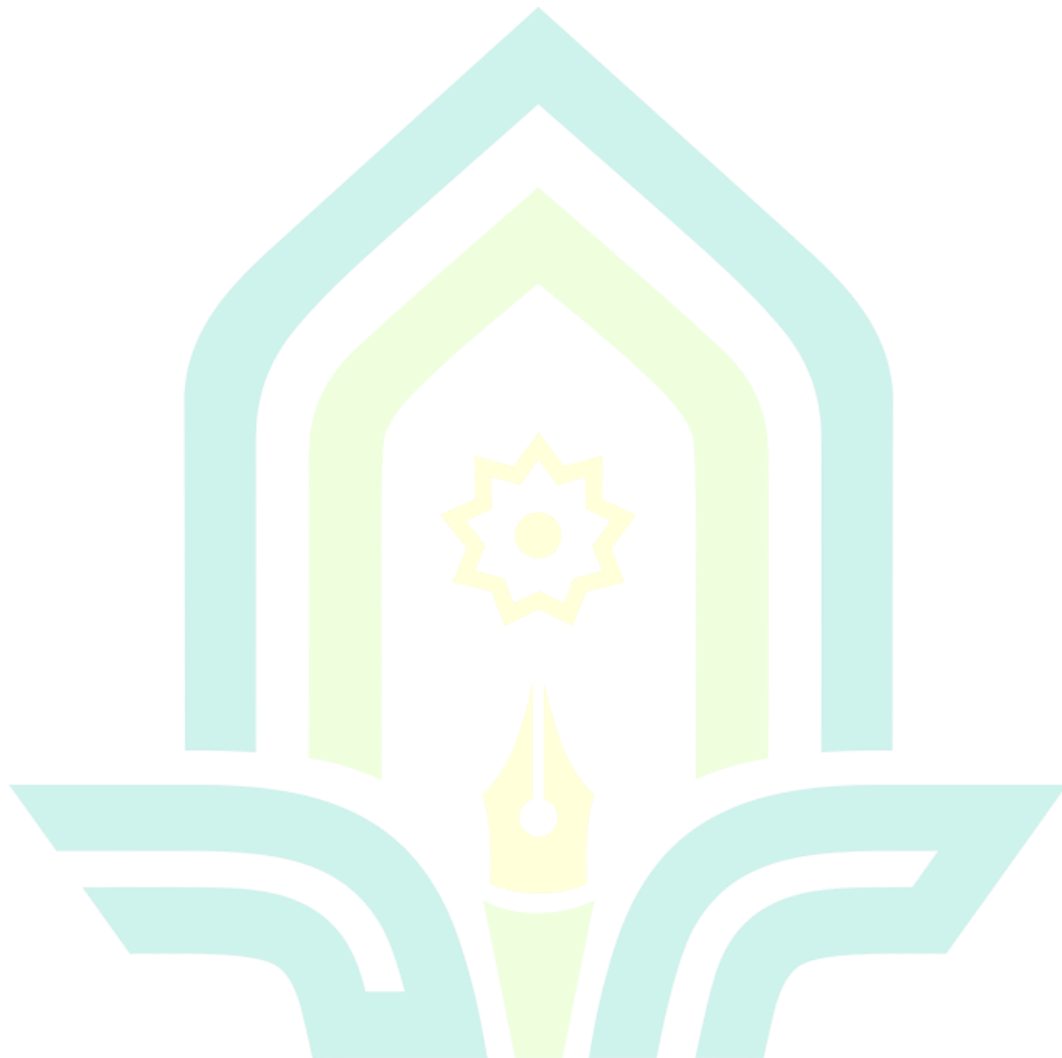
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	..ii
NOTA PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
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 <i>TAZKIYAH AN-NAFS, HYPNOTHERAPY</i> DAN <i>INNER CHILD</i>	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 <i>Hypnotherapy</i> dalam Menyembuhkan <i>Inner Child</i>:	
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 <i>TAZKIYAH AN-NAFS</i> MELALUI	
<i>HYPNOTHERAPY</i> DALAM MENYEMBUHKAN <i>INNER CHILD</i>: STUDI	
KASUS PADA KLIEN KLINIK <i>HYPNOTHERAPY</i> PEKALONGAN	72
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	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA.....	91
LAMPIRAN.....	96

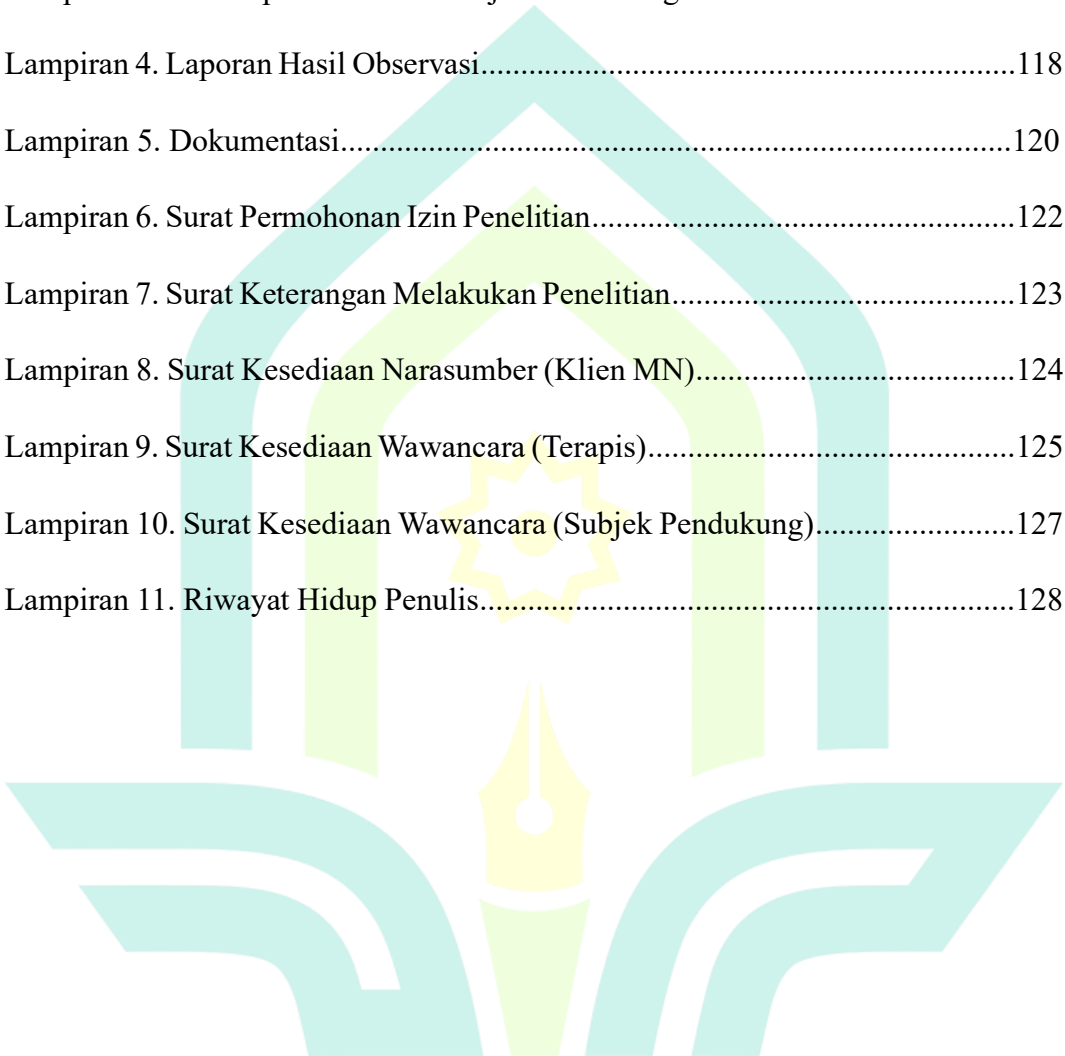
DAFTAR TABEL

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 Kesiediaan Narasumber (Klien MN).....	124
Lampiran 9. Surat Kesiediaan Wawancara (Terapis).....	125
Lampiran 10. Surat Kesiediaan 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 disfungsional 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 pemaarah 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, *MECOMING: 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.

husus 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, Rezi, 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.

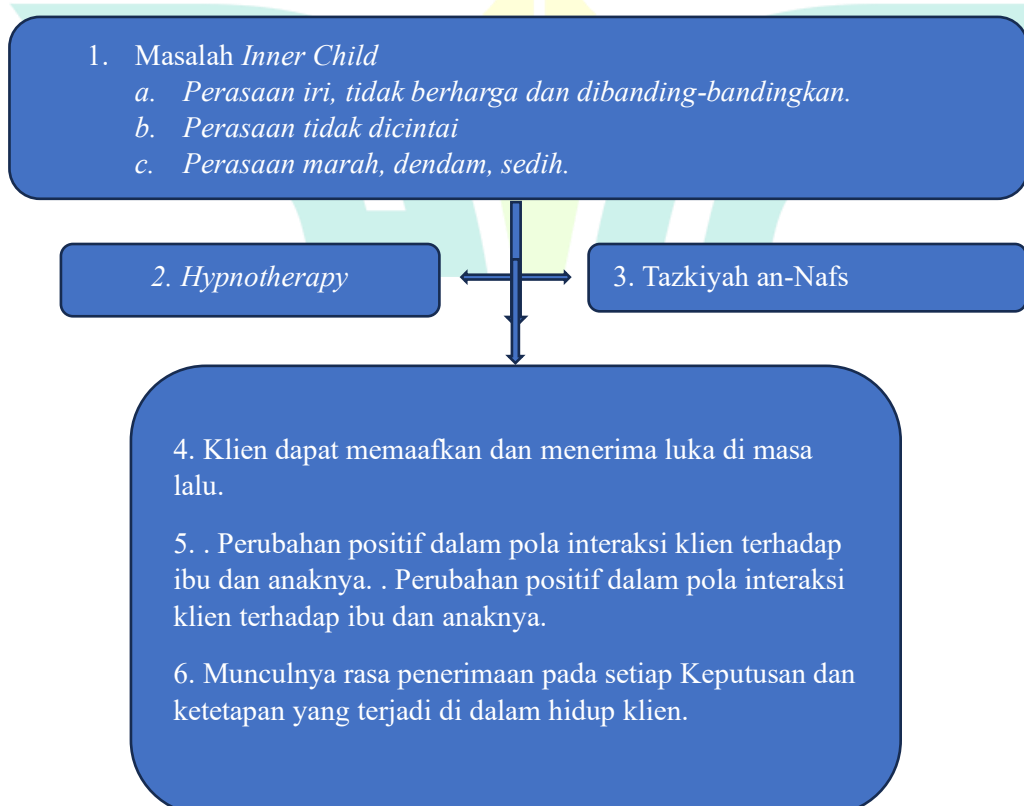
Pada penelitian ini memiliki kesamaan pembahasan mengenai *inner child* yang berpengaruh pada perilaku di masa dewasa. dan analisis teori *inner child* yang digunakan mengadopsi teori John Bradshaw. Metode dan pendekatan yang digunakan pada penelitian ini berbeda. Pendekatan penelitian ini menggunakan

²⁴ Eva Meizara Puspita Dewi, Rezi 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*

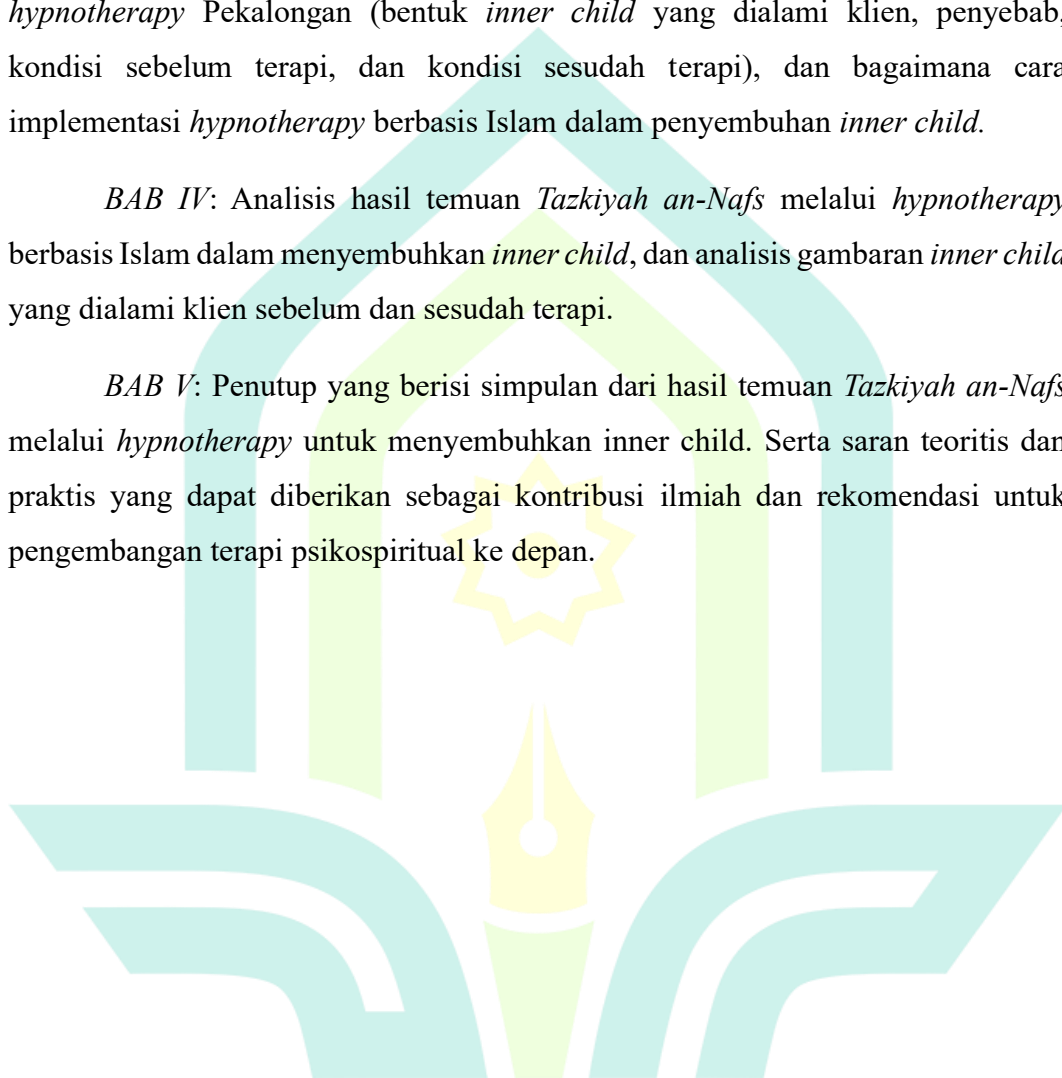
³⁸Miles dan Huberman, *Qualitative Data Analysis a Methods Sourcebook*, 32.

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 II

TAZKIYAH AN-NAFS, HYPNOTHERAPY DAN INNER CHILD

A. Tazkiyah an-Nafs

1. Definisi Tazkiyah an-Nafs

Menurut Imam Al-Ghazali dalam buku Sa'id Hawwa 1995 menjelaskan bahwa, *Tazkiyah an-Nafs* atau *zakatun-nafsi* memiliki arti penyucian jiwa dari segala sesuatu yang cacat (*tathahhur*), merealisasikan berbagai maqam kepadanya (*tahaququq*), dan menjadikan asma serta sifat Allah SWT sebagai akhlaknya (*takhalluq*).³⁹ Dalam tasawuf, *tazkiyah an-nafs* dianggap sebagai akhlak, yakni kesadaran seorang hamba untuk melakukan dialog langsung dengan Tuhan. Melalui kesadaran yang konsisten seseorang akan berakhlak sebagaimana akhlak Tuhan (*Takhalluq bi Akhlaqillah*).⁴⁰ Imam Al-Ghazali menjelaskan *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 SWT. 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

³⁹ Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali* (Jakarta: Robbani Press, 1995), 2.

⁴⁰ Agis Solikhin, *Tareka Sebagai Sistem Pendidikan Tasawuf* (Yogyakarta: Deepublish Digital, 2023), 3.

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.⁴¹

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 bintik hitam, dan ketika batas-batas suci dilanggar ia akan tumbuh dan bertambah hingga seluruh hati menjadi hitam dan tertutup. Iman memiliki tujuh puluh pintu, seorang pezina tidak akan berzina apabila masih terdapat iman di dalamnya.⁴² Dengan demikian, peningkatan dan penurunan iman perlu diperhatikan karena dapat berpengaruh pada perilaku dzahir manusia.

Sejalan dengan hal itu, dalam tulisan Risky Maulidiyah, Ibn Taymiyyah berpendapat bahwa tazkiyah menjadikan sesuatu suci, baik dalam aspek hakikat, iman, maupun materi.⁴³ Dengan kata lain, dapat disimpulkan bahwa *Tazkiyah An-Nafs* merupakan suatu proses penyucian jiwa untuk mengembalikan manusia pada fitrahnya. Hal ini juga diartikan sebagai upaya

⁴¹ Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *ihya' Ulumuddin* (Mesir: Perpustakaan Mesir, 489-495 H), 158.

⁴² Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *ihya' Ulumuddin*, 159.

⁴³ Risky Maulidiyah, dkk. "Mengenal Tazkiyatuh An-Nafs dalam Psikoterapi Islam", *Jurnal Multidisciplinary Journal of Islamic Studies* 4, no.1 (2024): 2.

membersihkan diri dari akhlak tercela yang diakibatkan oleh hawa nafsu manusia.⁴⁴

2. Tahapan dan bentuk-bentuk Tazkiyah an-Nafs

a. *Takhalli (Tathahhur)*

Takhalli merupakan tahapan pertama yang harus dilakukan dalam upaya untuk mencapai penyucian jiwa. Tahapan ini berarti usaha untuk membersihkan diri manusia dengan segala macam upaya dari perbuatan yang tercela dan berpotensi menimbulkan dosa. Takhalli juga dapat diartikan dengan bentuk pengosongan diri dari sifat-sifat tercela. Pada upaya pemenuhan takhalli, seseorang membutuhkan sarana tazkiyah, dapat diartikan sebagai amal perbuatan yang berpengaruh pada jiwa manusia secara langsung dengan menyembuhkannya dari penyakit baik dzahir maupun batin, membebaskannya dari tawanan hawa nafsu, dan merealisasikan akhlak terpuji padanya. Sarana tazkiyah ini meliputi tauhid, membersihkan jiwa dari kemusyrikan. Sholat, mengingatkan jiwa agar istiqomah dalam perintah-Nya dan membersihkan jiwa dari kesombongan kepada Allah SWT. Puasa, sebagai upaya mengendalikan syahwat perut dan kemaluan. Membaca Al-qur'an, mengingatkan jiwa pada kesempurnaan dan kebenaran-Nya. Zikir, Memperdalam iman dan tauhid di dalam hati. Muhasabah atau muraqabah, untuk melakukan pengecekan pada diri sendiri apakah telah berbuat dosa dan segera bertaubat.⁴⁵

b. *Tahalli (Tahaqquq)*

Setelah melakukan upaya pengosongan diri dari perbuatan keji, Langkah selanjutnya adalah dengan menghiasi atau mengisi kekosongan tersebut dengan melakukan perbuatan-perbuatan terpuji yang diridhai

⁴⁴ Abdi Rizal, "Tazkiyah Al-Nafs Sebagai Terapi dalam Permasalahan Masyarakat Modern", *Jurnal Al-Aqidah* 14, no.2 (2022):12.

⁴⁵ Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali* (Jakarta: Robbani Press, 1995),180-185.

Allah SWT seperti memunculkan sifat-sifat tauhid, ikhlas, shidiq, zuhud, tawakkal, mahabbatullah, takut dan harap, taqwa dan wara', syukur, sabar, Ridha, muraqabah dan musyahadah, dan taubat terus-menerus. Tidak ada hal yang lebih baik sebagaimana perintah dari-Nya, dan tidak ada hal yang lebih efektif selain larangan-larangan Tuhan. Maka dari itu, amar ma'ruf dan nahi munkar merupakan sarana Tazkiyah an-Nafs pada tahapan ini. Keduanya merupakan tergolong kedalam jihad karena bentuk pengukuhan kebaikan dan pengikisan kemunkaran.⁴⁶

c. *Tajalli (Takhalluq)*

Setelah melakukan takhalli dan tajalli dengan sungguh-sungguh maka, proses yang terakhir adalah tajalli. Tajalli merupakan konsep penyatuan diri dengan sifat-sifat Tuhan. Dalam hal ini, tajalli dapat diartikan sebagai wujud manifestasi kebaikan Tuhan pada hati seorang hamba, dengan kata lain dapat diartikan sebagai beramal dengan nama-nama Allah SWT yang indah dan meneladani Rasulullah SAW.⁴⁷

B. Integrasi *Hypnotherapy* dengan nilai-nilai spiritual Islam

1. Integrasi *Hypnotherapy* dengan nilai-nilai spiritual Islam

Integrasi ini merupakan salah satu metode hasil perkembangan psikoterapi yang berkembang dewasa kini. Di Indonesia sendiri *hypnotherapy* berbasis Islam berkembang bukan tanpa alasan. Pada awal perkembangan *hypnotherapy* di Indonesia, banyak masyarakat awam yang menyamakan *hypnotherapy* dengan gendam atau ilmu mistis lainnya.⁴⁸ Sehingga, bagi masyarakat awam banyak menimbulkan kerancuan dan kelompok pro-kontra mengenai hukum pelaksanaan *hypnotherapy*.⁴⁹ Sementara itu, seiring berkembangnya zaman kesadaran masyarakat akan

⁴⁶ Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali*, 314.

⁴⁷ Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali*, 413.

⁴⁸ Hatice Kucukaltay, "Islamic Hypnotherapy," *ISCIP* 1. No. 4 (2024): 151.

⁴⁹ M. Nafi'uddin, "Fakta Hipnosis dan Gendam", hasil kajian ilmiah tersebut dipublikasikan pada <https://www.ibhcenter.org/fakta-hipnosis-dan-gendam/>, 13 Mei 2016.

kesehatan mental semakin meningkat. Selaras dengan hal itu, kebutuhan akan terapi juga semakin meningkat, salah satunya *hypnotherapy*. Maka dari itu, pendekatan psikospiritual dengan proses pengintegrasian nilai-nilai spiritual Islam di dalamnya dianggap menjadi sebuah solusi dalam kasus ini.

Hypnotherapy merupakan metode penyembuhan mental yang berfokus pada pemberian sugesti ke alam bawah sadar. Salah satu jenisnya adalah *Islamic hypnotherapy* atau *hypnoyherapy* berbasis Islam, sebuah pendekatan psikologi yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam menggunakan kekuatan sugesti untuk membenahi persoalan kognitif, emosional, maupun perilaku. Menurut Dudi Badruzaman menjelaskan bahwa, *hypnotherapy* berbasis Islam (*Islamic Hypnotherapy*) merupakan sebuah terapi *hypnosis* modern Islami yang mengintegrasikan sudut pandang ilmiah (sains) dan ayat-ayat Al-qur'an sebagai upaya untuk membangun kesadaran.⁵⁰ Teknik ini secara khusus bertujuan untuk meredam sisi ego negatif atau yang dikenal sebagai *gremlin* batiniah yang membuat perjalanan diri (*nafs*) mengalami perubahan bentuk dan ditransformasikan ke dalam bentuk ego positif.⁵¹

Hypnotherapy sendiri merupakan salah satu cabang dari ilmu psikologi yang berkaitan dengan kekuatan sugesti untuk menghasilkan efek *terapeutik* (penyembuhan). *Hypnotherapy* juga dapat diartikan sebagai teknik pengelolaan pikiran untuk mengakses alam bawah sadar seseorang dengan menggunakan *hypnosis*⁵². Menurut KBBI, *hypnosis* merupakan suatu keadaan seperti tidur yang disebabkan oleh sugesti. Kondisi ini menyebabkan seseorang berada di bawah pengaruh orang lain (pemberi

⁵⁰ Dudi Badruzaman, "Islamic Modern Hypnotherapy (IMH) sebagai Alternatif dalam Mempercepat Investigasi Kasus Korupsi di Indonesia". *Jurnal Penelitian Islam* 13. no. 2 (2019): 272.

⁵¹ Zahro Varisna Rohmadani, dkk. "Efektivitas *Islamic Hypnotherapy* untuk Menurunkan Stres pada Remaja Akhir", *Jurnal Intervensi Psikologi* 14. no. 1 (2022): 47.

⁵² Fitri Tiara Mulyani, "Penerapan *Islamic Hypnotherapy* untuk Mengatasi Ketakutan Anak yang akan Khitan di Rumah Sunat Modern Hatamimi Pekajangan Pekalongan," *Skripsi* (Pekalongan: Perpustakaan UIN GUSDUR Pekalongan), 21.

sugesti). Tujuan dilaksanakan *hypnosis* ini bermacam-macam, salah satunya sebagai upaya penyembuhan.

Hypnosis juga bisa didefinisikan sebagai teknik relaksasi, konsentrasi, fokus, dan mengarahkan perhatian ke dalam diri sehingga, kehilangan kesadaran akan apa yang terjadi di sekitarnya. Menurut Baars dan Varella dalam jurnal yang ditulis oleh Hatice Kucukaltay, menyebutkan bahwa pikiran manusia sangat kompleks sehingga, selama perkembangannya *hypnotherapy* banyak mengadopsi prinsip-prinsip psikoterapi. Pada penerapannya *hypnotherapy* dilakukan dalam keadaan tenang yang sangat dalam (*trance*). Sehingga, metode ini dinilai lebih efektif dari metode psikoterapi yang lain. Seperti contoh pada pengobatan *phobia* dan trauma pada pengobatan psikoterapi biasa umumnya dibutuhkan paling tidak 1-2 kali pertemuan untuk menyembuhkan. Namun, dalam *hypnotherapy* biasanya disesuaikan dengan kompleksitas masalah yang dihadapi klien.⁵³

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *hypnotherapy* merupakan salah satu bentuk terapi cabang psikologi, yang dilakukan dengan cara mengakses alam bawah sadar klien dengan menggunakan teknik *hypnosis*. Tujuannya untuk meredam sisi ego negatif atau yang dikenal sebagai *gremlin* batiniah yang membuat perjalanan diri (*nafs*) mengalami perubahan bentuk dan ditransformasikan ke dalam bentuk ego positif.

2. Teknik-teknik *Hypnotherapy* Berbasis Islam

Pada proses pelaksanaan terapi menggunakan *hypnosis* perlu dilakukan beberapa tahapan sebagai berikut:

a. *Preinduction* (pra-induksi)

Tahapan ini merupakan tahapan awal yang harus dilakukan dalam proses pelaksanaan *hypnotherapy*, yakni melakukan pengenalan untuk

⁵³ Hatice Kucukaltay, "Islamic Hypnotherapy," *ISCIP* 1. no. 4 (2024): 151.

membangun *chemistry*, memberikan gambaran singkat mengenai terapi yang akan dilakukan dengan harapan agar klien dapat percaya dan tidak merasa takut. Serta memberikan rasa nyaman kepada klien, sehingga klien dapat dengan mudah untuk terbuka menceritakan permasalahan yang sedang dihadapinya. Tahapan ini menjadi sangat penting dalam memberikan diagnosa dan mengetahui akar masalah yang harus diatasi pada diri klien. Sehingga, pemilihan kata dan sugesti yang akan diberikan diharapkan dapat tepat sasaran dan menjadi lebih efektif.⁵⁴

b. *Induction* (Induksi)

Setelah dilakukan pra-induksi dan mengetahui akar permasalahan klien. Tahapan selanjutnya klien dibimbing untuk masuk ke dalam kondisi trance dengan menggunakan hypnosis melalui teknik induksi. Biasanya tahapan ini dilakukan dengan memberikan sugesti ringan agar klien dapat merasa nyaman dan rileks. Teknik ini bertujuan untuk membawa klien ke dalam gelombang otak alfa dan teta sehingga, dapat menerima sugesti dengan baik.⁵⁵

c. *Deepening*

Pada tahap deepening atau tahap pendalaman *hypnosis*, terapis memberikan sugesti secara mendalam berupa kata-kata untuk membentuk sebuah keyakinan. Hal ini dilakukan untuk kemudian dimasukkan berbagai jenis teknik terapi yang telah disesuaikan dengan jenis permasalahan yang akan diselesaikan.⁵⁶

d. *Suggestion*

⁵⁴ Fitri Tiara Mulyani, "Penerapan *Islamic Hypnotherapy* untuk Mengatasi Ketakutan Anak yang akan Khitan di Rumah Sunat Modern Hatamimi Pekajangan Pekalongan," *Skripsi* (Pekalongan: Perpustakaan Uin Gusdur Pekalongan), 22.

⁵⁵ Ashadi Cahyadi, "Metode Hypnotherapy dalam Merubah Perilaku", *Jurnal Syi'ar* 17. no.2 (2017): 75.

⁵⁶ Desi Rachma, "Metode Hypnotherapy dalam Membantu Penyembuhan Penderita Serangan Panik di Graha Hypnotherapy Metro Lampung," *Skripsi* (Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung), 41-42.

Fase ini sering juga disebut dengan sugesti *posthypnotic*, merupakan fase terpenting dalam teknik *hypnotherapy*. Pada saat klien berada pada kondisi *trance*, terapis akan memasukkan sugesti ke alam bawah sadar klien. Pada dasarnya terapi sugesti merupakan naskah cerita atau sugesti yang akan disampaikan kepada klien sesuai dengan kondisi permasalahan klien. pembuatan naskah sugesti ini membutuhkan pengetahuan mengenai masalah pengendalian diri dan pengetahuan tentang psikologi manusia. Dalam fase ini juga sesekali terapis akan memperdalam kondisi relaksasi klien agar pemberian sugesti dapat berlangsung secara optimal.⁵⁷

e. Termination

Terminasi adalah proses perpindahan gelombang pikiran dari kondisi *trance* ke kondisi sadar. Proses *termination* atau membangunkan klien pada kondisi *trance* tidak bisa dilakukan asal karena akan menimbulkan rasa pusing yang berlebih, sehingga klien yang berada di alam bawah sadar akan dibangunkan dengan teknik khusus oleh terapis.⁵⁸

C. Teori Inner Child

1. Pengertian Teori *Inner Child* John Bradshaw

Fenomena perilaku individu di masa dewasa tidak dapat dilepaskan dari jejak pengalaman masa anak-anak yang terinternalisasi secara mendalam ke dalam diri seseorang. Dalam kajian modern, entitas bawah sadar yang membawa memori, emosi, serta pengalaman masa kecil ini dikenal dengan istilah *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

86. ⁵⁷ Suci Fitri Rahayu, dkk. *Aplikasi Hypnotherapy*, (Padang: PT. Global Eksekutif, 2022),

⁵⁸ Fitri Rahayu, dkk. *Aplikasi Hypnotherapy*, 77.

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.⁵⁹ Dengan kata lain, *inner child* digambarkan sebagai sifat kekanak-kanakkan yang dimiliki setiap individu. Meskipun, keadaan setiap individu tidak sama karena *inner child* terbentuk dari pengalaman masa kecil yang berbeda.⁶⁰

Di dalam tulisan Bakhrudin Al-Habsy 2024, menurut Carl Gustav Jung menjelaskan perilaku irasionalitas (*inner child*) pada manusia terjadi akibat pengaruh keberadaan seseorang di masa lalu. Menurutnya, terdapat tiga pilar utama yang mempengaruhi hal tersebut yakni ego, ketidaksadaran personal, dan ketidaksadaran kolektif. Menurut Jung, ego mewakili pikiran sadar karena terdiri dari ingatan dan emosi yang disadari seseorang. Ketidaksadaran personal berisi informasi yang terlupakan dan ingatan yang tertekan. Sedangkan, ketidaksadaran kolektif merupakan pengetahuan dan pengalaman bawah sadar yang diwariskan lintas generasi.⁶¹

Pada lain sisi, konsep mengenai teori *inner child* terus mengalami perkembangan dan memunculkan banyak tokoh salah satunya adalah Perls, menurut Perls dalam buku MIF Baihaqi 2011 menjelaskan bahwa, *inner child* menerangkan satu-satunya hukum tentang fungsi manusia secara universal karena di dalamnya berpandangan bahwa setiap organisme cenderung mengarah kepada keutuhan dan kebulatan. Maka, segala sesuatu yang mengacaukan keutuhan ini dapat membahayakan dan menimbulkan

⁵⁹ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 5.

⁶⁰ Eva Meizara Puspita Dewi, Rezti Fany Dwi Putri, Surya Sulistiawati, dkk. "Mengenali *Inner Child* untuk Berdamai dengan Luka Masa Kecil", *Jurnal Madaniya* 4, no.2 (2023): 640.

⁶¹ Bakhrudin Al Habsy, dkk. "Teori Kepribadian Jung dalam Perkembangan Kepribadian Berdasarkan Perspektif Multibudaya", *Sociocouns* 4, no. 1 (2024): 2.

unfinished situation. Hal-hal ini perlu diselesaikan untuk mencapai keutuhan seperti saat kita menyusun *puzzle*. Pandangan lain dari pendekatan Perls terhadap kepribadian yakni, fokus pada masa kini atau sekarang sebagai satu-satunya kenyataan yang harus kita hadapi. Perls percaya bahwa tidak ada satupun ada bagi kita selain yang ada pada masa kini. Orang-orang yang hidup seolah-olah masa lampau tetap ada dan orang-orang yang merasa masa depan adalah hari ini mengindikasikan bahwa kepribadian mereka tidak seimbang.⁶²

Guna memahami bagaimana luka batin seseorang sebagai anak kecil bertindak berdasarkan trauma dan kebutuhan masa kecil yang belum 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 memperoleh 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.⁶³

2. Bentuk-bentuk *Inner Child* menurut John Bradshaw

Seseorang yang mengalami *inner child* biasanya akan selalu diliputi oleh trauma masa lalu, mengatakan hal-hal yang kurang relevan, gagal mengatasi situasi, dan menanggung perasaan yang mengerikan sekalipun itu tidak ada hubungannya dengan masa kini. Oleh karena itu, dari banyaknya

⁶² MIF Baihaqi, *Psikologi Pertumbuhan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), 59-60.

⁶³ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 12.

gejala-gejala yang tampak pada perilaku seorang pengidap *inner child*, John Bradshaw mengelompokkan bentuk-bentuk *inner child* sebagai berikut:

a. Hilangnya identitas diri (*Co-Dependence*)

Co-dependence merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan hilangnya identitas. Terkadang seseorang bergantung pada sesuatu di luar diri mereka sendiri untuk memiliki identitas. Hal ini disebabkan karena kebutuhan masa kecil tidak terpenuhi dan mereka tidak mengenali dirinya. Anak-anak membutuhkan rasa aman dan contoh emosi yang sehat agar dapat memahami diri mereka sendiri. Ketika lingkungan keluarga dipenuhi dengan kekerasan, ia cenderung akan fokus sepenuhnya pada dunia luar. Seiring waktu, ia akan kehilangan kemampuan membangun harga diri dari dalam. Seseorang akan merasa terasingkan dan mencoba mencari kepuasan dari luar.⁶⁴

b. Pelaku kejahatan (*Offender Behaviors*)

Kita cenderung berpikir bahwa semua orang yang memiliki *inner child* rata-rata menjadi anak yang baik, pendiam, dan sabar. Namun, kenyataannya, luka itu bertanggungjawab atas sebagian besar kekerasan dan kekejaman yang terjadi di dunia. Seseorang yang hari ini menjadi korban dalam kasus kekerasan atau kekejaman memiliki peluang lebih besar menjadi pelaku kekerasan atau hal buruk di kemudian hari. Mereka tidak menyadari kesalahan mereka dan meyakini bahwa kesalahan yang mereka lakukan merupakan kesalahan orang lain.⁶⁵

c. Perilaku Narsistik (*Narcissistic Disorders*)

Narcissistic Personality Disorders merupakan suatu gangguan kepribadian yang ditandai dengan kebutuhan yang sangat besar akan pujian, perhatian, dan validasi dari orang lain. Orang dengan gangguan ini seringkali kurang berempati, sering meremehkan orang lain, dan

⁶⁴Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 6-7.

⁶⁵Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 8-10.

merasa dirinya paling superior.⁶⁶ Menurut Bradshaw, setiap anak perlu dicintai tanpa syarat dan mendapatkan perhatian penuh oleh orang tua. Anak-anak yang tidak mendapatkan kasih sayang, dan kurang mendapatkan perhatian tidak akan tahu siapa dirinya, dan tidak akan tahu bagaimana merefleksikan semua bagian dirinya. Anak-anak perlu tahu bahwa dirinya penting, dirinya diterima, dirinya dianggap serius dan setiap bagian dari dirinya layak untuk dicintai. *Inner child* yang terluka akan mencemari kehidupan dewasa seseorang dengan hasrat kebutuhan akan cinta, perhatian, dan kasih sayang yang tak pernah terpuaskan. Hal ini akan merusak hubungan di masa dewasa, karena sebanyak apapun cinta yang diberikan tidak akan pernah cukup, karena hal itu sebenarnya merupakan kebutuhan anak-anak dan sampai kapanpun anak-anak membutuhkan orang tuanya. Mereka membutuhkan secara alami, bukan karena pilihan. Kebutuhan anak adalah kebutuhan ketergantungan yakni, kebutuhan bergantung kepada orang lain untuk dipenuhi. Seseorang yang *narcissistic* tidak akan pernah puas dan akan rakus mencari cinta dan penghargaan yang tidak pernah ia dapatkan di masa kecil. Mereka akan selalu mencari kekasih yang sempurna untuk memenuhi kebutuhan mereka, menjadi pecandu *sex* dan cinta untuk memenuhi jiwanya yang kosong, dan berusaha keras mengumpulkan uang dan jabatan hanya agar dirinya merasa berharga dan memperoleh sanjungan dari orang lain.⁶⁷

d. Gangguan Kepercayaan (*Trust issue*)

Tugas perkembangan pertama dalam hidup seseorang adalah membangun rasa percaya yang mendasar. Anak-anak harus belajar bahwa ibu, ayah, dan dunia luar aman dan dapat dipercaya. Mempercayai dunia berarti mampu mempercayai diri sendiri (persepsi, interpretasi, perasaan, dan keinginan). Ketika seorang pengasuh tidak

⁶⁶ Rizky Anniza Puspitasari, *Si Paling NPD* (Bandung: Buku Abadi, 2025), 2.

⁶⁷ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 10.

dapat dipercaya, anak-anak mengembangkan rasa tidak percaya yang mendalam. Dunia tampak sebagai tempat yang berbahaya, bermusuhan, dan tidak dapat diprediksi. Oleh karena itu, anak-anak merasa harus selalu waspada dan mengendalikan segalanya agar dia merasa aman karena tidak ada sesuatu yang mengejutkan atau menyakitinya (*self defence*). Hal ini memunculkan semacam kegilaan kontrol. Obsesi kontrol menyebabkan masalah serius dalam hubungan, karena tidak mungkin menjalin keintiman dengan orang yang tidak anda percayai. Keintiman menuntut agar setiap pasangan menerima apa adanya. Gangguan kepercayaan juga dapat muncul dalam bentuk lain yakni, seseorang bisa saja melepaskan semua kendali menjadi sangat mudah tertipu, naif, ketergantungan, dan mengisolasi diri. Mereka membangun tembok pelindung yang tak memungkinkan siapapun masuk.⁶⁸

e. *Acting Out Behaviors*

Untuk memahami bagaimana *inner child* bertindak sesuai kebutuhan masa kecil akibat trauma atau hal yang belum terpenuhi pada masa kecil. Kita harus memahami bahwa kekuatan utama pendorong dalam hidup ini adalah emosi. Emosi adalah bahan bakar yang mendorong kita untuk membela diri dan memenuhi kebutuhan dasar. Emosi mendorong energi untuk melakukan suatu Tindakan. Kemarahan kita mendorong untuk membela diri, rasa takut mendorong kita untuk melarikan diri, kesedihan membuat kita menangis dan membersihkan perasaan menyakitkan, Jika semua emosi tersebut disalurkan dengan tepat maka akan membentuk manusia seimbang. Apabila emosi-emosi tersebut ditekan lambat laun emosi tersebut akan diekspresikan dalam perilaku abnormal dan memunculkan tindakan di luar kendali seperti, pengulangan kekerasan terhadap orang lain, meneruskan aturan orang tua yang diidealkan, melakukan atau mengatakan kepada anak-anak

⁶⁸ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 11-12.

sesuatu yang tidak pernah bisa dikatakan atau dilakukan sebelumnya, menjadi pemberontak yang tidak pantas, mengamuk, merajuk dan lain sebagainya.⁶⁹

f. Acting In Behaviors

Pada bentuk kali ini, seseorang yang memiliki *inner child* menjadikan diri sendiri sebagai objek pelampiasan. Kita menghukum diri kita sendiri seperti kita dihukum di masa kecil. Emosi yang belum terselesaikan di masa lalu seringkali diarahkan kepada diri sendiri karena merasa di masa lalu tidak pernah diizinkan untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan.⁷⁰

g. Magical Beliefs

Menurut Bradshaw, anak-anak merupakan seseorang yang mudah mempercayai keajaiban atau hal-hal yang tidak masuk dia akal seperti dongeng dan cerita-cerita khayal lainnya. Dongeng atau magical bersifat simbolis dan mitologis. Seperti mimpi, dongeng berbicara melalui citra atau khayalan. Banyak dongeng yang berkembang di kalangan anak-anak merupakan pernyataan simbolis antara maskulin dan feminim. Sebagai contoh, dongeng Cinderella yang menunggu seorang pangeran, atau dongeng pangeran katak yang diharuskan mencari seorang putri untuk menciumnya memberikan efek pemahaman tertentu bagi anak-anak. Jika perkembangan pada usia anak-anak tidak terhambat ia akan memahami hal-hal tersebut berdasarkan makna simbolisnya, tetapi jika pertumbuhan pada masa anak-anak terhambat ia akan memahami hal tersebut secara cuma-cuma yakni, bagi perempuan keajaiban terletak pada proses penantian seorang laki-laki. Bagi laki-laki keajaibannya akan terletak Ketika dia mencari seorang Perempuan. Secara singkat *magical beliefs* merupakan kepercayaan bahwa ucapan, Gerakan, atau perilaku tertentu dapat

⁶⁹ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 12-13.

⁷⁰ Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 14.

mengubah realitas. Sebagai contoh: “jika aku punya uang, aku akan baik-baik saja”, “Jika kekasihku meninggalkanku, aku akan mati”, “jika aku bekerja keras, dunia akan membalasku”, “jika aku ingin dianggap pintar, maka aku harus menguasai matematika”, “menunggu akan memberikan hasil yang mengagumkan.” Dari contoh-contoh tersebut memberikan penjelasan bahwa doktrin-doktrin yang diberikan saat anak-anak akan mereka percaya dan akan mempengaruhi pola pikir dan perilaku seseorang di masa dewasa.⁷¹

h. Intimacy Dysfunctions

Banyak orang dewasa yang memiliki krisis emosional berpindah-pindah antara rasa takut ditinggalkan dan rasa takut dengan diliputi emosi. Akibatnya beberapa dari mereka ada yang menarik diri dari lingkungan sosial karena takut disakiti, dan beberapa dari mereka menolak meninggalkan hubungan yang tidak sehat karena takut ditinggalkan. *Inner child* yang terluka mencemari keintiman dalam hubungan karena dia tidak memiliki kesadaran akan dirinya yang unik. Ketika orang tua tidak dapat menegaskan perasaan, kebutuhan, dan keinginan anaknya membuat seorang anak menolak jati diri aslinya, sehingga jati diri palsu harus diciptakan. Agar percaya bahwa dirinya dicintai, pada kehidupan dewasanya dia akan berperilaku seperti yang sebagaimana semestinya menurut dia. Jati diri palsu ini akan terus berkembang bertahun-tahun dan diperkuat oleh sistem kebutuhan keluarga dan peran gender budaya. Secara bertahap diri palsu ini akan menjadi karakter yang mengakar sehingga dia lupa bahwa diri palsu itu merupakan hasil adaptasi dengan mengikuti standar dan ekspektasi orang lain yang ada di lingkungannya.⁷²

⁷¹ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 15-16.

⁷² John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 16-18.

i. Nondisciplined Behaviors

Disiplin berasal dari Bahasa Latin *disciplina* yang berarti pengajaran. Dengan mengajarkan anak-anak kedisiplinan artinya orang tua mengajarkan hidup produktif dan hidup penuh dengan cinta. Disiplin adalah cara untuk mengurangi penderitaan hidup karena disiplin dapat menjauhkan kita dari masalah. Seseorang akan belajar bahwa mengatakan hal yang sebenarnya, jujur pada diri sendiri, bertanggung jawab pada diri sendiri akan meningkatkan taraf kesenangan hidup. Anak-anak membutuhkan orang tua mereka untuk menjadi teladan dalam kedisiplinan. Ketika orang tua gagal menjadi teladan dan tidak mampu mencontohkan apa yang mereka katakan maka, anak cenderung menjadi tidak disiplin atau terlalu disiplin. *Inner child* yang tidak disiplin, cenderung berlama-lama menunda, apa yang diinginkan harus selalu dipenuhi, suka memberontak, keras kepala, serta bertindak spontan tanpa berpikir. Sedangkan, *inner child* yang terlalu disiplin akan cenderung melakukan sesuatu hanya untuk menyennagkan orang lain, obsesif, kaku, selalu diliputi rasa malu dan bersalah.⁷³

j. Addictive/compulsive Behaviors

Kecanduan adalah hubungan patologis terhadap segala bentuk perubahan suasana hati yang memiliki konsekuensi merusak kehidupan. Kecanduan melalui konsumsi adalah pengubah suasana hati yang sangat signifikan. Melalui alkohol, narkoba, dan makanan memiliki potensi kimiawi bawaan untuk mengganggu suasana hati. Namun, perilaku adiktif bukan hanya terbatas kepada sesuatu yang dikonsumsi saja, melainkan juga terdapat kecanduan aktivitas, meliputi kecanduan judi, *sex*, belanja. Kemudian kecanduan kognitif, kecanduan perasaan bahkan kecanduan pada ritual keagamaan. Hal ini sebagai aktivitas mengubah perasaan melalui pengalihan perhatian. Seseorang

⁷³ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 19-20.

yang memiliki *inner child* akan terus-menerus mendambakan dan membutuhkan sesuatu tanpa henti. Ketika seseorang merasa takut, tidak berharga, malu, sedih, dan marah akibat peristiwa traumatis yang dialami di masa anak-anak, seseorang cenderung sulit mengenal dirinya. Sehingga, untuk merubah perasaannya mereka membutuhkan sesuatu untuk membantu. Semua kecanduan memiliki komponen berfikir yang disebut dengan obsesi. Perasaan tersebut dapat menyebabkan ketagihan atau ketergantungan.⁷⁴

k. Thought Distortions

Pemikiran orang dewasa pada kasus *inner child* cenderung berpikir seperti anak-anak. Pemikiran anak-anak cenderung mengabsolutkan. Kualitas pemikiran anak ini terpolarisasi pada “semua atau tidak sama sekali”. Jika ayah meninggalkanku maka, semua laki-laki akan meninggalkanku. Jika kamu tidak mencintaiku maka, kamu membenciku. Anak-anak cenderung berpikir egosentris yakni, kondisi alami anak, bukan tanda keegoisan moral. Anak-anak hanya belum memahami sepenuhnya sudut pandang orang lain. Anak-anak butuh teladan yang sehat agar dapat belajar memisahkan pemikiran dan emosi. Ketika anak-anak tidak belajar memisahkan pikiran dari emosi, di masa dewasa mereka sering menggunakan pemikiran untuk menghindari emosi yang menyakitkan. Mereka memisahkan pemikiran dan hati mereka seolah-olah kedua hal tersebut merupakan generalisasi dan perincian.⁷⁵

l. Emptiness (*Apathy, Depression*)

Kekosongan pada masa dewasa akibat luka batin merupakan hasil adopsi diri palsu. Pengabaian diri sejati sama saja dengan menciptakan kekosongan di dalam diri. Ketika seseorang kehilangan keunikan dalam dirinya, maka ia akan kehilangan kontak dengan perasaan, kebutuhan, dan keinginan sejatinya. Merasa hampa merupakan salah satu bentuk

⁷⁴ Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 20-22.

⁷⁵ Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 22-24.

depresi kronis, karena seseorang terus-menerus berduka atas dirinya yang sebenarnya. Semua orang dewasa yang menderita *inner child* mengalami depresi kronis taraf terendah hingga taraf tertentu.⁷⁶



⁷⁶ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 24-25.

BAB III

Implementasi *Hypnotherapy* dalam Menyembuhkan *Inner Child*: Studi Kasus pada Klien Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

A. Gambaran Umum Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

1. Profil Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan menyediakan pelayanan kesehatan mental yang komprehensif melalui metode terapi maupun konseling. Instansi yang berlokasi di Perum Griya Permai, Sapuro Kebulen, Pekalongan Barat ini dikelola oleh Sevta Arisyandi. Sebagai pemilik klinik Kompetensi Sevta Arisyandi dalam mengelola klinik didukung oleh serangkaian sertifikasi profesional yang diperoleh melalui berbagai pelatihan formal. Jenjang kualifikasi tersebut meliputi pelatihan ruqyah pada tahun 2017, *hypnotherapy* pada periode 2011–2013, pelatihan mesmerisme pada tahun 2013, serta pelatihan *Ericksonian Hypnosis* pada tahun 2015.⁷⁷

Didirikan pada tahun 2012, Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan telah beroperasi selama 14 tahun dalam menangani berbagai gangguan psikis, mulai dari aspek motivasional, emosional, spiritualistik, hingga gangguan psikosomatik. Sebagai lembaga yang terakreditasi oleh *Indonesian Board of Hypnotherapy* (IBH) sejak akhir Desember tahun 2012, klinik ini berperan aktif dalam pengembangan dan edukasi *hypnoterapy* secara nasional. Legalitas dan eksistensinya di bawah naungan IBH menegaskan komitmen klinik dalam menyediakan layanan kesehatan mental yang diakui secara profesional di Indonesia.⁷⁸

2. Layanan dan Program Kerja Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

Pada praktiknya, Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan menerapkan model layanan yang berbasis pada prinsip-prinsip Islam. Melalui pendekatan ini,

⁷⁷ Dokumentasi klinik *hypnotherapy* Pekalongan, 11 Mei 2025.

⁷⁸ Dokumentasi klinik *hypnotherapy* Pekalongan, 11 Mei 2025.

klien diarahkan untuk meningkatkan kesadaran religius serta membangun kepercayaan penuh atas ketetapan Allah SWT. Integrasi nilai agama tersebut berfungsi sebagai penguat mental bagi klien dalam meyakini bahwa kesembuhan pada dasarnya bersumber dari sang Pencipta. Sehingga pada prosesnya, klinik ini memiliki keunikan khusus dengan menggabungkan terapi holistik dengan menggabungkan antara *hypnotherapy* dengan zikir dan doa-doa dibandingkan dengan klinik *hypnotherapy* pada umumnya.⁷⁹

Tabel 3.1 Jenis Layanan di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

No.	Jenis Layanan
1.	Problem Motivasional
2.	Problem Emosional
3.	Problem Mental
4.	Psikosomatik Illness
5.	Spiritualistik (ruqyah)

Berdasarkan penuturan Sevta Arisyandi, di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, sekitar 50-60% rata-rata kasus klien yang ditangani berawal dari *inner child* yang terluka atau belum selesai sehingga berkembang pada gangguan dalam bentuk yang lain seperti psikosomatik, *anxiety*, sulit mengontrol emosi dan banyak lagi jenis gangguan-gangguan yang diakibatkan dari peristiwa di masa lalu.⁸⁰

3. Tujuan, Visi, dan Misi Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

Pada dasarnya setiap Pembangunan suatu bangunan atau instansi pastilah memiliki tujuan yang hendak dicapai, dan gagasan yang hendak

⁷⁹ Hasil Observasi lapangan di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, pada 11 Mei 2025.

⁸⁰ Sevta Arisyandi, Pendiri klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan 7 Mei 2025.

diwujudkan. Begitupula dengan Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan memiliki tujuan, visi, dan misi sebagai berikut:⁸¹

- a. Tujuan Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, memiliki tujuan untuk membantu masyarakat dalam mengatasi problem kesehatan psikologis atau mentalnya dengan pemberian *Hypnotherapy* sebagai media yang menjembatani proses penyembuhan.
- b. Visi Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, yakni menganalisis, mengatasi dan mengembalikan pikiran bawah sadar dengan tujuan yang lebih baik dan lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Misi Klinik *hypnotherapy* Pekalongan sebagai berikut:
 - 1) Membentuk serta mewujudkan sehat psikologis dalam suatu tatanan masyarakat dengan *hypnotherapy*.
 - 2) Pemberian layanan motivasional dan mengusahakan untuk mengatasi problem psikologis dari individu yang bermasalah.
 - 3) Pemberian bekal yang berkaitan dengan solusi pengentasan masalah dengan basis Islam zikir spiritual.
4. Susunan Kepengurusan Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan
 - a. Penanggung Jawab : Sevta Arisyandi
 - b. Terapis : Sevta Arisyandi

Terapis mengikuti pelatihan resmi Lembaga sertifikasi *Hypnotherapy* lembaga yang terakreditasi oleh *Indonesian Board of Hypnotherapy* (IBH) pada periode 2011–2013, pelatihan mesmerisme pada tahun 2013, pelatihan *Ericksonian Hypnosis* pada tahun 2015, serta pelatihan ruqyah pada tahun 2017.⁸²

B. Kondisi Awal Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

1. Latar Belakang

Kasus yang dialami klien berawal dari munculnya permasalahan hutang-piutang antara klien dengan sang kakak. Di mana klien sebagai pemberi

⁸¹ Dokumentasi di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, 11 Mei 2025.

⁸² Dokumentasi Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, 11 Mei 2025.

pinjaman menagih hutang kepada kakak yang sudah jauh melewati tenggat pembayaran. Klien menuturkan jika dirinya tidak akan menagih apabila 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 memanas hingga berujung 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, iri, kecewa, tidak dicintai, dibanding-bandingkan, putus asa, dendam dan bahkan kehilangan kontrol emosinya. Sehingga, anaknya yang tidak mengerti duduk perkara, dalam hal ini justru menjadi korban pelampiasan segala macam bentuk kekesalan dan amarah klien. Mulai dari kekerasan verbal hingga fisik.⁸³

MN merupakan salah satu klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan yang di diagnosa mengalami trauma *inner child*. Menariknya, problem *inner child* pada kasus ini dipicu oleh faktor ekonomi hutang-piutang dan sengketa tanah. Pada tahap wawancara MN menuturkan bahwa:⁸⁴

“Jujur awalnya saya tidak menyadari mbak kalau hal ini termasuk ke dalam gejala psikologis, karena semuanya bermula dari kasus hutang-piutang yang berbuntut pada sengketa tanah antara saya dan kakak saya. Kemudian, ada suatu saat dimana anak saya mau masuk SMP mbak, dan butuh dana pendidikan lebih, makanya saya tagih utang kakak saya, tapi dia malah marah. Memaki saya, menganggap saya pelit dan tidak memahami kondisi saudara. Setelah itu, saya laporlah ke ibu saya dengan maksud hati biar dibantu ngomong, dan saya pikir orang tua pasti lebih bijak. Tapi malah ibu ikut menyalahkan saya, disitu saya merasa marah sekali terhadap ibu dan kakak saya. saya pendam semua kemarahan saya kepada ibu dan kakak saya, tapi efeknya malah justru saya lampiaskan semua kemarahan kepada anak saya.”

⁸³MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, Pekalongan, 28 Februari 2025.

⁸⁴MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 11 Mei 2025.

Setelah melakukan sesi konseling dan *hypnotherapy* diketahui bahwa klien memiliki trauma masa kecil. Hasil observasi dan wawancara terhadap klien menunjukkan bahwa pada aspek pertumbuhan klien mengalami beberapa gangguan yang berakibat pada kondisi dirinya di masa dewasa. Diantaranya meliputi kesulitan mengontrol emosi, dendam, sedih, dan kecewa. Namun, di satu sisi lain klien juga merasa sayang kepada ibunya (*love hate relationship*). Hal ini membuat hubungan klien dengan orang tua menjadi tidak harmonis. Berdasarkan hasil wawancara klien menuturkan bahwa:⁸⁵

“Ya sayang banget lah mbak, tapi kadang sedih kadang juga kesel. Dulu waktu bapak saya masih hidup, saya merasa selalu ada yang belain dan ngelindungin saya kalau ibu marah. Tapi, setelah bapak meninggal saya merasa tidak punya siapa-siapa selain suami dan anak saya mbak, saya sendirian. Ibuku tu sebenere baik tapi yokui ora kenanan tur atose nemen dadi wong, dadi nek karo aku sering tukaran. Nek masku dek mbiyek pancen senenge ngrepoti wong tuo. (ibu saya itu sebenarnya orang baik, tetapi dia sangat keras kepala, jadi dengan saya sering berantem. Kalau kakak saya dari dulu memang selalu merepotkan orang tua).”

“Iya mbak, saya ngerasa selalu dibanding-bandingkan sama adek saya, soalnya dia ranking terus. Ngerasa sedih juga disalah-salahkan terus, gapernah dihargai, pokoknya ibu saya kalau ngeliat saya itu jeleknya terus. Dikatain atoslah, pelitlah woah macem-macem mbak. Padahal dari dulu itu saya anak yang nggak pernah ngrepotin kalau dibandingin kakak saya. Pak ngomong sengitke pie o mbak, mung karo wong tuone dewe. Dadi aku ke nek pak diomong sayang yo sayang mbak, tapi juga sengit kadang. (mau bilang benci bagaimana ya mba sama orang tua sendiri. Jadi aku itu ngerasa sayang tetapi juga terkadang benci dengan ibu).”

Dari kedua pernyataan tersebut, dapat dilihat bahwa sosok ayah bagi klien sangat berarti dalam hidupnya karena penyayang, mengayomi, dan melindungi. Sedangkan, sosok ibu di mata klien merupakan orang yang keras kepala, kasar, pilih kasih, dominan dan menyebalkan. Namun, klien juga tidak memungkiri bahwa dirinya merasa sayang kepada ibunya sehingga, merasakan hate-love relationship dalam hubungan dengan ibu. Hal ini disebut Ambivalence dan normal terjadi bagi individu yang belum dewasa (inner child). Ambivalence

⁸⁵MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 11 Mei 2025.

*merupakan gejala emosi dan perbedaan suasana hati dalam waktu yang sama.*⁸⁶

2. Penyebab *Inner Child*

Dari hasil wawancara dengan MN diketahui bahwa disungsional aturan keluarga dapat berpengaruh besar pada perkembangan karakter individu, dimulai dari pola pikir hingga berdampak kepada perilaku. Seperti yang dituturkan MN pada sesi wawancara:⁸⁷

“Yo, paling koyo wong wedok ojo keset, terus nek ndewe nangis kenceng malah bakal makin diajar. Seringe ngunu paling. (ya paling, jadi perempuan jangan malas, dan jika menangis baik laki-laki atau Perempuan akan semakin dimarahin).”

“Emm... apayaa... mungkin itu bikin aku jadi kalo ada apa-apa tu gabisa ngomong atau cerita ke orang lain. Susah buat mengekspresikan diri kecuali kalo lagi marah aja mbak hehe. Saya gengsi kalau mau nangis. Pokoknya orang-orang gaboleh lihat saya sedih atau susah.”

3. Bentuk *Inner Child* pada Klien MN

a. *Toxic Shame* (Perasaan tidak berharga, cacat, atau tidak layak dicintai)

Berdasarkan hasil wawancara dengan MN, diketahui bahwa pemberian apresiasi, dan perhatian sangat penting untuk memunculkan kepercayaan diri anak dan kerukunan antar saudara. MN merasa dirinya tidak berharga dimata ibunya dibandingkan sebuah barang. Sesuai dengan penuturannya bahwa:

“Boleh mbak, yang paling membekas itu dulu ketika masih kecil mungkin sekitar kelas 5 sd saya tu ngerengek ke ibu saya pas masih kerja, terus ibu saya marah karena menganggap saya mengganggu. Kemudian, saya dikejar dan digebukin make gagang sapu mbak sampe patah dan badan saya memar-memar sampe saya ampun-ampun tapi ga berhenti. Terus waktu sma dulu saya pernah dimarahin habis-habisan sama ibu saya mbak, gegara saya kecelakaan dan montornya rusak. Bayangin mbak, saya kecelakaan tapi yang

⁸⁶ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 176.

⁸⁷ MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 11 Mei 2025.

dipentingin sama ibu saya montornya bukan saya. Terus juga selama saya hidup tu kayaknya gapernah ngrepotin deh, saya dari zaman sekolah udah kerja gapernah ngrepotin orang tua kayak mas saya.”

“Iya mbak, saya ngerasa selalu dibanding-bandingkan sama adek saya, soalnya dia ranking terus. Terus dari dulu Sukanya pilih kasih sama mas saya, kalau dia minta apa-apa selalu diturutin sedangkan saya? Selalu disuruh nabung dulu. Ngerasa sedih juga disalah-salahkan terus, gapernah dihargai, pokoknya ibu saya kalau ngeliat saya itu jeleknya terus. Dikatain atoslah, pelitlah woah macem-macem mbak. Padahal dari dulu itu saya anak yang nggak pernah ngrepotin kalau dibandingin kakak saya. Pak ngomong sengitke pie o mbak, mung karo wong tuone dewe. Dadi aku ke nek pak diomong sayang yo sayang mbak, tapi juga sengit kadang. (jadi aku kalau mau dibilang sayang ya sayang, tapi terkadang juga membenci)”

Berdasarkan dua pernyataan yang klien sebutkan, terlihat bahwa MN sangat merasa tidak berharga di mata ibunya. Bahkan ia merasa nilai dirinya lebih rendah daripada sekedar barang. Sehingga, menimbulkan perasaan kebencian terhadap ibu.

b. Offender Behaviour dan acting out (ledakan perilaku dan Perubahan dari korban menjadi Pelaku)

Berdasarkan hasil wawancara dengan MN dapat diketahui bahwa, pola asuh yang salah, trauma dan dendam berkepanjangan dapat masuk ke dalam alam bawah sadar seseorang memunculkan ledakan perilaku negatif dan terproyeksikan menjadi bentuk pola pengulangan yang sama. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan MN.⁸⁸

“Ibuku tu sebenere baik tapi yokui ora kenanan tur atose nemen dadi wong, dadi nek karo aku sering tukaran. Nek masku dek mbiyek pancen senenge ngrepoti wong tuo.”

“Waktu itu ketika ada adek saya berkunjung, kebetulan Saya masih marahin anak Saya dan dia misahin kita. Mungkin dia kasihan sama anak Saya. Beberapa kali Saya juga ditegur suami sih mbak buat ga terlalu kasar sama anak. Terus ya akhirnya Saya cerita semuanya ke adek Saya, dan dia menyarankan Saya untuk berobat kemana gitu,

⁸⁸ MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan ,11 Mei 2025.

biar ga makin parah karena takut anak Saya malah yang jadi korban, dan akhirnya saya dikenalin orang dan diarahin kesini.”

“Sebenere kalau secara sadar gapernah mbak, tapi kalau kata adek sama suami saya ya itu, kalau lagi marah ga kekontrol mbak pelampiasane sering ke anakku. Kalau pas lagi ngelakuin sih biasa aja, malah ngerasane haruse emang gitu ben anakku ora tuman. Tapi, kalau emosinya udah reda aku ngerasa bersalah sih mbak sama anakku, terus ya nanti tak baik baik-baikin tak tukokke jajan ngunu.”

Dari tiga pernyataan yang diberikan klien diketahui bahwa tanpa sadar klien melakukan pola asuh dengan ritme pengulangan yang sama terhadap apa yang ibu lakukan kepada dirinya saat kecil.

c. Narcissistic Defense dan Blaming (Menyalahkan orang lain)

Dari beberapa hasil wawancara dengan klien disimpulkan bahwa klien tidak memiliki ciri-ciri *Narcissistic Defense* dan *Blaming*. Sesuai dengan penuturan klien bahwa:

“Saya biasanya kalau lagi ada masalah diem mbak, tapi semua hal dipikir hehe. Makanya stress kayak kemarin. Biar ngga stress ya paling renang, jalan-jalan sama anak sama suami kulineran terus shopping gitu.”

C. Pelaksanaan *Hypnotherapy* untuk Menangani Klien *Inner Child*

Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan menjadi salah satu upaya alternatif yang banyak digunakan Masyarakat Pekalongan dalam mengobati gangguan psikis seseorang, dalam kasus ini khususnya pada kasus *inner child*. Pada saat penelitian ini dilakukan, jumlah klien *inner child* pada Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan sebanyak 50-60% dari rata-rata klien yang ada. Pada proses pelaksanaan terapi dengan menggabungkan konsep *Tazkiyah an-Nafs* dengan *hypnosis*. Sevtu menggunakan do'a dan zikir untuk mengoptimalkan efek sugesti yang akan diberikan.⁸⁹

1. Pra-Induction

⁸⁹ Berdasarkan hasil Observasi di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, 11 Mei 2025.

Pada tahapan ini, terapis melakukan proses pengenalan dan membangun *chemistry* dengan klien agar klien tidak tegang dan merasa nyaman untuk menceritakan semua permasalahan yang sedang ia alami. Dalam tahap ini proses konseling dilakukan, tujuannya untuk mengetahui permasalahan klien secara komprehensif sehingga dapat ditemukan akar masalah yang harus diatasi. Dikarenakan klinik ini menggabungkan antara konsep holistik dengan *hypnotherapy*, klien diminta untuk menyebutkan zikir favorit yang sering dibaca klien (dalam hal ini klien menggunakan zikir istighfar). Bukan tanpa alasan, hal ini dilakukan karena nantinya zikir tersebut akan digunakan dalam proses induksi atau proses menuju kondisi *trance*.⁹⁰

2. *Induction*

Sebelum masuk ke dalam tahap induksi, terapis membacakan doa-doa untuk meminta kesembuhan klien kepada Allah SWT. Setelah itu, terapis menyalakan musik dengan suara air mengalir agar klien merasa lebih rileks. Kemudian, klien diminta untuk membacakan zikir istighfar dan fokus sembari memejamkan mata. Pembacaan zikir secara berulang, dan suasana ruangan yang dibuat syahdu membuat klien semakin rileks, semakin dalam dan semakin dalam. Hal ini membuat klien masuk ke dalam kondisi *trance*.

*“Sekarang kita akan mulai proses terapinya ya mbak, silahkan pejamkan mata. Lantunkan zikir istighfar dengan menikmati setiap tarikan nafas Anda. Semakin dalam, semakin rileks, semakin nyaman”. Hal tersebut diucapkan oleh terapis secara berulang hingga klien merasa rileks dan terapis menjentikkan jarinya.*⁹¹

3. *Deepening*

Setelah dirasa klien semakin rileks, terapis akan melakukan tes kedalaman *hypnosis* sebelum memberikan sugesti. Ketika kondisi *trance* yang dialami klien dirasa belum cukup dalam, terapis akan

⁹⁰ Berdasarkan hasil Observasi di Klinik Hypnotherapy Pekalongan, 11 Mei 2025.

⁹¹ Berdasarkan hasil Observasi di Klinik Hypnotherapy Pekalongan, 11 Mei 2025.

membuat klien semakin rileks dan semakin nyaman agar sampai kedalaman kondisi *trance* yang diinginkan. Hal ini dilakukan sebagai upaya antisipasi agar klien tidak terbangun pada pertengahan sugesti, karena hal tersebut dapat menjadi indikasi kegagalan pemberian terapi dan memberikan efek samping berupa sakit kepala yang sangat menusuk.

“Ucapkan istighfar terus ya mbak, nikmati nafas anda perlahan-lahan. Setiap hembusan nafasnya membawa ketenangan. Semakin membawa ketenangan, semakin tenang, semakin tenang, dan anda akan semakin nyaman.”

Pada saat kondisi relaksasi klien semakin dalam terapis akan menjentikkan jarinya dan mulai membawanya kepada kondisi siap untuk disugesti.⁹² Hal ini dimaksudkan sebagai proses induksi ulang. Jentikan jari menjadi istimewa karena menggunakan bahasa tambahan, niat hipnotis dan isyarat tambahan yang digunakan untuk memperdalam kondisi *trance* dan menjadi *anchor* yakni, memori yang dikaitkan dengan sugesti yang telah diberikan dalam proses terapi ini.⁹³

4. Sugestion

Setelah klien masuk ke dalam kondisi *trance*, terapis akan memberikan sugesti sesuai dengan kondisi yang dialami klien. Pada kasus ini, klien merasa harga diri rendah, tidak ada orang yang peduli dengan dirinya, amarah kepada ibu, kerinduan kepada sosok ayah sehingga terapis memberikan sugesti seolah-olah klien menemui dirinya saat masih kecil, ketika MN sering diperlakukan kasar oleh ibu dan saat ayah MN meninggal. Setelah masuk ke dalam kondisi *trance*, klien diminta dan dibawa menuju ke dalam beberapa part dalam hidupnya yang dirasa cukup menyakitkan. Saat masa kecil, ketika konflik dengan ibu, ketika ayah meninggal. Pada part ini ekspresi klien

⁹² Berdasarkan hasil Observasi di Klinik Hypnotherapy Pekalongan, 11 Mei 2025.

⁹³ Eko Mulyadi dan Nurilla Kholida, *Buku Ajar Hypnocaring* (Sumenep: Guepedia, 2021),30.

dipenuhi dengan kesedihan. Klien diminta untuk menemui MN kecil untuk memeluk, menguatkan, dan membesarkan hatinya. Kemudian berlanjut ke-fase berikutnya ketika klien menghadapi konflik rumah tangga. Pada tahap ini klien terlihat gelisah dan mimik mukanya memerah. Klien diminta untuk mengikhlaskan, memberikan apresiasi bahwa dia telah melakukan yang terbaik, dan fokus untuk melanjutkan hidup. Part selanjutnya, klien diminta untuk menemui sosok ibu dan mengungkapkan semua amarah dan kekesalan hati serta apapun yang ingin ia sampaikan kepada ibu. Fase ini terjadi pada pertemuan pertama dengan fokus terapi untuk mengeluarkan emosi negatif yang sudah lama terpendam (*release*).

“Tarik nafas, hembuskan... nikmati setiap hembusan nafas yang anda rasakan. Bayangkan di depan anda terdapat pintu lift yang terbuka, kemudian perlahan langkahkan kaki anda ke dalamnya. Lift itu membawa anda menuruni setiap lantai dan ketika pintu lift itu terbuka. Anda melihat MN kecil, sapa dirinya, usap lembut kepalanya. Kuatkan dirinya, tenangkan dirinya. Ucapkan padanya ‘tidak apa-apa, aku ada di sini’. Selanjutnya, saya akan membawa anda pada saat ketika anda bercerai, bayangkan situasi yang terjadi saat itu, rasakan setiap emosi yang bergejolak dalam dada anda. Lepaskan semuanya, lepaskan perasaan sedih, lelah, dan sakit itu. Sentuh pelan pundak anda, peluk pelan diri anda. Katakana padanya ‘tidak apa-apa, kamu sudah mengupayakan segala hal terbaik yang kamu bisa. Ikhlaskan ya.. terima segala rasa sakitnya, dan sekarang bangkit ya.. fokuslah menata hidup kembali, masih ada anak yang membutuhkan kamu.’ Selanjutnya, perhatikan depan anda. Masuklah ke dalam lift yang ada di hadapan anda. Rasakan setiap Gerakan lift yang membawa anda, dan ketika pintu lift terbuka.. anda dipertemukan dengan ibu anda. Tatap wajahnya lekat-lekat, tatap matanya lekat-lekat. Katakan padanya segala hal yang selama ini ingin anda ungkapkan.”

Raut wajahnya berubah memerah, mengernyit, menangis, dan perlahan stabil. Kemudian, klien dibawa ke suatu tempat yang klien suka seperti pegunungan untuk klien bisa melepaskan semua beban dan merasa rileks. Serta pada tahap ini, klien diberikan afirmasi mengenai konsep memaafkan dan menerima serta menyerahkan seluruh takdir hidupnya kepada Allah SWT.

“Untuk kebaikan hari ini dan masa depan Ya Allah, aku serahkan segala urusanku kepadamu. Mulai hari ini aku maafkan diriku sendiri Ya Allah. Aku maafkan orang-orang yang menyakitiku Ya Allah. Aku terima semua takdir yang telah Engkau berikan kepadaku Ya Allah”.

Setelah dirasa semua emosi negatif satu persatu disalurkan, klien dibawa kembali ke masa kini, dan disana klien diajarkan mengenai konsep memaafkan dirinya sendiri, ibu, dan orang-orang yang menyakitinya. Kemudian, ketika semua keluhan dirasa telah tertangani klien akan dibawa dari kondisi *trance* ke kondisi sadar.⁹⁴ Kemudian, sugesti yang terakhir adalah dengan memperkuat afirmasi positif yang sebelumnya telah diberikan.

“Mulai detik ini, setiap kali anda membaca zikir istighfar anda akan merasa tenang, dan nyaman. Setiap hembusan nafas mengeluarkan energi negatif anda. Setiap tarikan nafas menarik energi positif dan ketenangan, membuat anda merasa tenang, merasa aman, dan merasa nyaman sehingga anda memiliki kontrol penuh atas diri anda saat ini.”

5. Termination

Pada tahap ini klien diminta untuk mendengarkan instruksi terapis, mengatur dan merasakan nafas. Kemudian, terapis memberikan sugesti bahwa setiap tarikan nafas yang dihirup memberikan ketenangan, kesegaran, dan membuat klien berenergi kembali. Sugesti tersebut diucapkan secara berulang sampai klien membuka mata dan tersadar.⁹⁵

6. Analisa akhir

Setelah tersadar, terapis akan membawa klien ke ruang penerimaan klien, untuk dilakukan observasi lanjutan mengenai apa yang dirasakan klien setelah tersadar. Dalam proses ini juga dilakukan untuk mengukur keberhasilan terapi yang sudah dilakukan. Setelah semuanya selesai, terapis memberikan saran kepada klien untuk sering mengamalkan zikir istighfar yang telah dijadikan *anchor*.⁹⁶ Selama kurun waktu satu tahun,

⁹⁴ Berdasarkan hasil Observasi di Klinik Hypnotherapy Pekalongan, 11 Mei 2025.

⁹⁵ Berdasarkan hasil Observasi di Klinik Hypnotherapy Pekalongan, 11 Mei 2025.

⁹⁶ Berdasarkan hasil Observasi di Klinik Hypnotherapy Pekalongan, 11 Mei 2025.

klien menjalani proses terapi sebanyak tiga kali, dengan hasil capaian berikut:⁹⁷

- a. *Release*, fokus utama pada tahapan pertama adalah untuk mengeluarkan emosi negatif yang sudah lama terpendam.
- b. Terapi atau sugesti, penanaman afirmasi positif ke alam bawah sadar. Sehingga, klien memiliki sudut pandang baru dalam menghadapi masalahnya.
- c. *Empowerment*, pada tahap ini semua sugesti dan afirmasi positif yang telah ditanamkan di alam bawah sadar dikunci sehingga efek positif bisa dirasakan klien dalam jangka panjang, dan hal ini membentuk kesadaran klien untuk berjuang menyembuhkan dirinya secara utuh dan sadar tanpa melalui *hypnotherapy* lagi.

D. Gambaran *Inner Child* sesudah Pelaksanaan *Hypnotherapy*

Dari tiga kali sesi *hypnotherapy* dengan terapis, disertai *self hypnotherapy* dengan zikir istighfar selama kurang lebih satu tahun. Didapatkan hasil perkembangan yang cukup signifikan dari klien. Sebagaimana penuturan langsung dari terapis dan klien. Diantaranya sebagai berikut:

1. Aspek Emosional

Dilihat dari aspek emosional terlihat perubahan emosi dari yang sebelumnya cenderung meledak-ledak menjadi lebih terkontrol. Sesuai dengan pernyataan MN:⁹⁸

“Kalau sebelum terapi si yaudah mbak tak pendem bae. Tapi kalau sesudah terapi, biasanya kalau kepala saya udah agak kenceng atau dadanya udah mulai sesek saya banyak-banyak istighfar. Alhamdulillah mendingan, emosinya jadi lebih kekontrol dan perlahan-lahan saya jadi kayak lebih gampang buat maafin dan memaklumi ibu saya.”

⁹⁷ Sevta Arisyandi, Pendiri Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 04 Maret 2026.

⁹⁸ MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 03 Maret 2026.

Selain mengamalkan zikir dengan sungguh-sungguh klien juga memiliki motivasi yang kuat dalam upaya kesembuhan penyakitnya.

“Oh.. ya pengen sembuh banget mbak, pusing kepala saya mbak, penuh pikirane. Kasian anak saya juga.”

Sesuai dengan penuturan Sevta Arisyandi sebagai terapis menyebutkan bahwa:⁹⁹

“Keefektifan hypno tergantung dari kompleksitas problemnya dia mbak, motivasi keinginan untuk sembuh, kemudian dia mengamalkan zikir yang sudah saya sarankan untuk self hypno atau tidak, dan usia juga bisa menjadi faktor pendukung, karena semakin dewasa seseorang pengalaman hidup yang dihasilkan semakin banyak itu nantinya ngaruh ke kompleksitas masalah klien.”

“Sudah membaik mbak itu, tiga kali. Soalnya dari kliennya sendiri selama setahun benar-benar mengamalkan zikir yang sudah saya jadikan anchor jadi hasilnya lebih terasa. Emosinya lebih stabil, ga gampang meledak, terus udah bisa pelan-pelan memaafkan dan membangun hubungan baik dengan ibunya, waktu itu saya dikabari gitu.”

Dari penuturan Sevta Arisyandi motivasi kesembuhan dari klien, usia, dan kompleksitas problem dari masing-masing klien dapat meningkatkan efektivitas *hypnotherapy* sebagai pengobatan *inner child*.

2. Aspek Cognitive

Dalam Aspek *cognitive* klien juga mengalami pengembangan pola pikir atau sudut pandang dari klien sehingga, klien dapat menemukan makna dari hidupnya. Dalam wawancara MN menuturkan bahwa:¹⁰⁰

“Alhamdulillah udah membaik mbak, karena tenang mungkin ya.. jadi saya ngerasa lebih bisa maafin ibu saya. Saya pikir ya orang tua saya juga masih belajar jadi ibu, dan pola didik

⁹⁹ Sevta Arisyandi, Pendiri Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 04 Maret 2026.

¹⁰⁰ MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 03 Maret 2026.

orang tua zaman dulu kan emang gitu jadi yasudah mau bagaimana lagi. Kalau urusan sengketa tanah itu saya udah pasrah mbak, udah ikhlas, Nerima aja wes hasile gimana terserah Allah. Dari suami juga meminta Saya untuk mengikhlaskan saja.”

Hal ini juga mendapat konfirmasi langsung dari penuturan DY, selaku ibu dari klien MN:¹⁰¹

Saiki wes mending sih mbak, kadang mau datang ke sini, terus nanti ngasih uang ke saya, ngapik-ngapik i lah.

(sekarang sudah membaik mbak, terkadang mau dating ke sini, terus nanti memberi uang dan baik-baikin saya.)

Tetep ke sini, tapi saiki luwih sering karo rutin. Biasane seminggu sekali setiap dino jumat pas anak e libur sekolah.

(Tetap ke sini, tetapi sekarang lebih sering dan rutin. Biasanya satu minggu sekali setiap hari jumat saat anaknya libur sekolah.)

Selaras dengan hal itu, Sevta Arisyandi juga membenarkan ketenangan yang dihasilkan dengan penggunaan zikir dan *anchor* zikir dapat membantu seseorang dalam menangani gejala emosional yang dideritanya. Sevta Arisyandi menuturkan bahwa:

*“Ya, itu mbak saya menggunakan zikir biasanya untuk digunakan sebagai anchor dalam proses induksi. Sama sebelum mulai biasanya saya bacakan doa. Doa yang saya gunakan di *combine* sama teknik NLP WFO, jadi penetapan tujuan atau goals dari terapi kali ini untuk apa.”*

3. Aspek Perubahan Perilaku

Setelah dapat memaafkan dan membersihkan perasaan-perasaan negatif yang ada dalam diri, terbentuklah pola pikir baru yang pada akhirnya membawa kepada perubahan sikap atau perilaku yang lebih positif. Hal ini selaras dengan konsep *tazkiyah an-nafs* karya Imam Al-

¹⁰¹ DY, Ibu dari Klien MN, wawancara pribadi. Pekalongan, 01 Juli 2026.

Ghazali. Hal ini dirasakan langsung oleh MN sebagaimana penuturannya dalam wawancara menyebutkan bahwa:¹⁰²

“Alhamdulillah sekarang sudah engga mbak, waktu itu saya beri pengertian anak Saya ya intinya jangan nakal gitulah. Terus dari suami Saya juga bantu handle ngurus atau negur anak Saya. Kalau ada moment Saya mulai hampir kehilangan kendali Alhamdulillah Saya selalu mengamalkan zikir istighfar dan setelahnya amarah Saya mereda.”

Hal ini juga dikonfirmasi langsung oleh Sevta Arisyandi, beliau menuturkan bahwa:

“Yang pertama kan kita harus tau ya mbak problemnya itu apa, bikin goals terapi dulu terus input anchor pakai zikir yang biasa diamalkan klien atau apa yang kiranya cocok buat klien, dan bantu stabilin kondisi klien dulu. Soalnya waktu kesini pertama kali emosionalnya bener-bener ngga stabil. Terus kedua, saya berikan sugesti fokus buat pembebasan masalah, dari klien itu pengen tenang, bisa ngontrol emosi, ngga marah-marah sama anaknya lagi, dan bisa memaafkan ibunya. Kemudian, pertemuan ketiga itu saya kasih penguatan atau empowerment biar klien bisa punya kendali lebih atas dirinya sendiri mbak.”

¹⁰² MN, Klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, wawancara pribadi, Pekalongan, 03 Maret 2026.

BAB IV

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

Bab ini menyajikan hasil penelitian yang diperoleh melalui serangkaian proses pengumpulan data di lapangan, yakni wawancara mendalam, observasi secara langsung, serta dokumentasi. Fokus utama dalam bab ini adalah untuk memaparkan dan menganalisis bagaimana penerapan *Tazkiyah an-Nafs* dalam praktik *hypnotherapy* sebagai upaya pemulihan *inner child*. Keselarasan data dan teori yang ditemukan peneliti akan digunakan untuk menemukan hasil analisis yang utuh dan mendalam.

A. Analisis Tazkiyah an-Nafs melalui *Hypnotherapy* dalam Menyembuhkan *Inner Child*

Berdasarkan hasil penelitian lapangan di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, proses penyembuhan *inner child* pada klien MN dilakukan melalui integrasi antara metode *hypnotherapy* dengan konsep spiritual Islam, yaitu *Tazkiyah an-Nafs* (penyucian jiwa). Integrasi ini menjembatani aspek psikologis relaksasi kesadaran dengan aspek transpersonal-spiritual. Kondisi ini dimulai sejak tahap *pre-induction*, di mana terapis melakukan asesmen serta identifikasi masalah melalui kegiatan konseling dan muhasabah diri bersama klien. Berdasarkan data lapangan, ditemukan bahwa MN mengalami beban emosi masa lalu akibat perlakuan kasar dari ibu, rasa kehilangan mendalam atas kematian ayah, serta rendahnya harga diri. Beban-bekan traumatis ini merupakan bentuk penyakit hati yang mengendap di alam bawah sadar yang termanifestasi pada bentuk amarah, iri, dan dengki.¹⁰³ Dalam pelaksanaannya, terapi ini menggabungkan teknik *hypnotherapy* dan zikir

¹⁰³ Mutmainah, “Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al- Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyah an-Nafs)”, *Syaikhuna* 12, no. 1 (2020), 46-47.

secara integratif. Integrasi ini didasari oleh fakta bahwa beban emosional serta penyakit hati yang dialami klien telah mengendap jauh di dalam alam bawah sadar. Melalui *hypnotherapy*, alam bawah sadar klien diakses terlebih dahulu, sehingga implementasi zikir sebagai instrumen penyucian jiwa dapat memberikan hasil yang lebih efektif dan optimal.

1. Tahap *Takhalli* (*Tathahhur*) melalui *Induction* dan *Deepening*

Takhalli merupakan langkah awal dalam *Tazkiyah an-Nafs* yang berfokus pada pengosongan diri (*tathahhur*) dari segala noda, penyakit hati, emosi negatif, serta beban mental yang menghalangi ketenangan jiwa. Dalam konteks penyembuhan *inner child* klien MN, tahapan *takhalli* ini tercermin secara runtut melalui fase *induction* hingga *deepening*. Pada upaya pemenuhan *takhalli* (*tathahhur*), seseorang membutuhkan sarana tazkiyah (amal perbuatan) yang berpengaruh pada jiwa manusia secara langsung dengan menyembuhkannya dari penyakit baik dzahir maupun batin, membebaskannya dari tawanan hawa nafsu, dan merealisasikan akhlak terpuji padanya.¹⁰⁴

Selanjutnya pada tahap *induction* dan *deepening*, penggunaan zikir istighfar yang dilantunkan secara repetitif diiringi stimulus audio gemercik air berfungsi sebagai media katarsis atau proses pelepasan emosi yang tertahan sekaligus penurun gelombang otak menuju kondisi *trance*. Kondisi ini bisa disebut juga dengan upaya relaksasi zikir, klien dilatih untuk menarik dan menghembuskan nafas secara teratur sehingga mendorong saraf parasimpatik untuk mengurangi ketegangan saraf dan menciptakan rasa aman dan nyaman.¹⁰⁵ Secara spiritual, pengulangan istighfar pada fase ini merupakan bentuk *muhasabah* dan upaya mengingat Allah SWT. Proses ini membantu klien melepaskan ketegangan, membersihkan jiwa dari tumpukan emosi negatif (amarah, dengki dan kesedihan), serta mempersiapkan alam bawah sadar klien untuk melakukan pelepasan beban emosional yang lebih mendalam. Individu yang mampu

¹⁰⁴ Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali* (Jakarta: Robbani Press, 1995), 180-185.

¹⁰⁵ Hanina Zulfa, dkk. "Relaksasi Nafas dan Zikir untuk Menurunkan Emosi Negatif". *Jurnal An-Najah* 4, no. 2 (2025), 2.

mengelola emosi negatifnya, cenderung memiliki kemampuan mengontrol perilaku dan perasaan. Secara psikologis, kondisi ini masuk ke dalam proses *mindfulness*. Dalam proses *mindfulness* tidak diajarkan untuk menolak emosi negatif dan mengubahnya menjadi emosi positif, melainkan kita diajarkan untuk menyadari, berkompromi, dan menerima emosi tersebut guna membentuk kesadaran diri (*muhasabah*) dan menjadi individu yang lebih baik lagi.¹⁰⁶

2. Tahap Tahalli (*Tahaqquq*) melalui *Sugestion*

Setelah jiwa dikosongkan dan ditenangkan melalui proses *takhalli*, langkah berikutnya adalah *tahalli* (*tahaqquq*), yaitu menghias atau mengisi kekosongan jiwa dengan sifat-sifat terpuji (*akhlak al-karimah*) seperti, sabar dibuktikan dengan sikap klien dalam mengontrol emosi kepada anak pasca terapi, rida termanifestasi dalam sikap menerima hasil keputusan sengketa tanah dengan lapang dada, memaafkan dan menerima segala masalah hidup yang menimpa dirinya, shidiq ditandai dengan sikap klien yang mau melakukan muhasabah diri dan mengakui segala rasa sakit dalam hatinya selama ini, dan tawakal ditandai dengan usaha klien untuk rutin mengamalkan zikir istighfar untuk mencapai kesadaran diri yang utuh.¹⁰⁷ Tahapan ini terlihat secara jelas pada fase *sugestion* (sugesti). Pada fase ini, terapis memandu MN untuk masuk kembali ke momen masa kecilnya yang menyakitkan. Ekspresi kesedihan, kegelisahan, dan kemarahan klien nampak pada ekspresi wajah yang memerah dan menangis saat berhadapan dengan visualisasi ibunya dan memori kematian ayahnya menunjukkan terjadinya proses rilis emosi. Di sinilah penerapan *tahalli* (*tahaqquq*) berbasis rekonstruksi kognitif-spiritual diberikan. Klien MN diminta untuk memeluk, menguatkan, dan membesarkan hati "MN kecil" (*inner child*), yang merepresentasikan penumbuhan sifat kasih sayang (*rahmah*) terhadap diri sendiri. Terapis kemudian menanamkan afirmasi positif bermuatan teologis, seperti:

¹⁰⁶ Setiyo Purwanto, *Mindfulness Dzikir Nafas* (Yogyakarta: Deepublish, 2022), 3.

¹⁰⁷ Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali* (Jakarta: Robbani Press, 1995), 314.

"Untuk kebaikan hari ini dan masa depan Ya Allah, aku serahkan segala urusanku kepada-Mu. Mulai hari ini aku maafkan diriku sendiri Ya Allah. Aku maafkan orang-orang yang menyakitiku Ya Allah. Aku terima semua takdir yang telah Engkau berikan kepadaku Ya Allah."

Konstruksi sugesti tersebut secara langsung menginternalisasikan nilai-nilai *tahalli* ke dalam lubuk hati klien, yang meliputi perasaan rida dan tawakal (menerima seluruh takdir hidup dan berserah diri kepada Allah SWT) serta sabar dan memaafkan keluarganya. Melalui fase sugesti ini, luka masa lalu klien tidak hanya diredam secara psikologis, tetapi diisi ulang (*re-parenting*) menggunakan nilai-nilai spiritualitas Islam yang menenangkan. Hal ini membuktikan adanya kesesuaian antara apa yang dirasakan klien dengan teori *tazkiyah an-Nafs* Imam Al-Ghazali, pada tahapan *Tahalli (Tahaqquq)* dengan menghiasi atau mengisi kekosongan hati dengan melakukan perbuatan-perbuatan terpuji yang diridhai Allah SWT seperti memunculkan sifat-sifat sabar dibuktikan dengan sikap klien dalam mengontrol emosi kepada anak pasca terapi, rida termanifestasi dalam sikap menerima hasil keputusan sengketa tanah dengan lapang dada dan menerima segala masalah hidup yang menimpa dirinya, shidiq ditandai dengan sikap klien yang mau melakukan muhasabah diri dan mengakui segala rasa sakit dalam hatinya selama ini, dan tawakal ditandai dengan usaha klien untuk rutin mengamalkan zikir istighfar untuk mencapai kesadaran diri yang utuh.¹⁰⁸

3. Tahap Tajalli (Takhalluq) melalui Termination dan Analisa Akhir

Tajalli merupakan puncak dari proses *Tazkiyah an-Nafs*, di mana terjadi manifestasi kebaikan Tuhan dalam hati seorang hamba. Sehingga, perilaku yang muncul dalam kehidupan sehari-hari mencerminkan sifat-sifat mulia (*takhalluq*).¹⁰⁹ Dalam proses *hypnotherapy*, tahapan ini tercermin pada fase *termination* dan *analisa akhir*. Pada tahap *termination*, terapis mengembalikan

¹⁰⁸ Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali, *ihya' Ulumuddin* (Mesir: Perpustakaan Mesir, 489-495 H), 158.

¹⁰⁹ Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali* (Jakarta: Robbani Press, 1995), 413.

kesadaran klien ke masa kini (kondisi terjaga) dengan menanamkan sugesti bahwa setiap tarikan napas membawa ketenangan, kesegaran, dan energi baru. Pemulihan kesadaran ini menandai kesiapan klien untuk menghadapi realitas dengan struktur mental dan spiritual yang baru.

Pada fase *analisa akhir* pascaterapi, kestabilan emosi klien diukur untuk menjaga keberlanjutan kondisi *tajalli* ini dalam kehidupan sehari-hari, terapis memberikan rekomendasi agar MN rutin mengamalkan *anchor* zikir istighfar sebagai bentuk upaya menjaga konsistensi (*istiqamah*) hubungan hamba dengan penciptanya (*muraqabah*). Manifestasi *tajalli* pascaterapi ini membuat klien MN mampu merealisasikan fungsi pemaafan terhadap ibu, memiliki regulasi emosi yang stabil terhadap anak, dan kebesaran hati dalam menerima hasil putusan sengketa tanah dengan kakak, serta tidak lagi terikat oleh belenggu trauma *inner child* yang destruktif, melainkan melangkah maju dengan jiwa yang tenang dan Bahagia (*nafs al-mutmainnah*). Sebagaimana yang dikemukakan Imam Al-Ghazali di dalam buku Hamka, menyebutkan bahwa kebahagiaan sejati akan didapat apabila hati kita dekat dengan Allah SWT, karena hati dijadikan sarana untuk mengingat Allah SWT.¹¹⁰

B. Analisis Perubahan Psikologis Klien yang Mengalami *Inner Child*

Berdasarkan hasil wawancara, klien mengungkapkan adanya deretan pengalaman traumatis yang signifikan selama masa pertumbuhannya, terhitung sejak masa anak-anak hingga remaja akhir. Pengalaman tersebut mencakup kekerasan fisik yang dialami saat klien duduk di bangku sekolah dasar, di mana klien menerima hukuman fisik yang cukup berlebihan menggunakan benda tumpul hingga menimbulkan luka memar. Selain kekerasan fisik, klien juga mengalami pengabaian emosional pada masa remaja. Hal ini tercermin dari reaksi figur ibu yang lebih mengkhawatirkan kerusakan kendaraan dibandingkan keselamatan fisik dan kondisi psikologis klien. Kondisi ini membentuk persepsi dalam diri klien bahwa dirinya tidak lebih berharga daripada barang. Hal ini membuatnya menjadi

¹¹⁰ Hamka, *Tasawuf Modern* (Jakarta: Republika, 2015), 14.

individu yang tidak bergantung pada ibu di usia yang cukup muda, terutama pada persoalan finansial. Dibuktikan dengan upaya klien untuk bekerja sejak masa sekolah agar tidak menjadi beban bagi orang tua, padahal saat itu kondisi ekonomi keluarganya terhitung cukup berada. Hal ini menjadi bukti penguat bahwa perasaan tidak berharga, berperan melindungi diri dengan tidak bergantung meskipun sebenarnya MN masih membutuhkan perlindungan, sebagai tanda adanya kebutuhan dasar yang belum terpenuhi di masa kecil.

Hal ini selaras dengan teori *toxic shame and loneliness* yang diungkapkan oleh John Bradshaw, ia berpendapat bahwa perasaan inti terdalam dari duka adalah rasa malu dan kesepian. Hal ini disebabkan karena *inner child* dalam diri kita merasa dirinya cacat dan tidak sempurna, sehingga ia harus menutupi jati dirinya dengan jati diri palsu yang telah diadopsi dari lingkungan sekitarnya. Kemudian ia mulai mengidentifikasi dirinya dengan jati diri palsu yang telah ia ciptakan, sehingga jati dirinya yang asli terisolasi dan sendirian.¹¹¹

Hubungan klien dengan ibu diwarnai dengan konflik terus-menerus, akibat karakter ibu yang keras kepala dan temperamental. Sementara itu, hubungan dengan kakak laki-laki dipenuhi penilaian negatif karena klien menganggap kakaknya sebagai beban keluarga. Hubungan klien dengan adiknya dirasa cukup baik dan klien merasa lebih bisa terbuka dengan adik dibandingkan ibu atau kakak, walaupun dalam hati kecil klien merasa sedikit iri karena sang ibu selalu membanggakan dan membandingkan pencapaian akademik klien dengan adiknya. Dengan adanya hal-hal tersebut menjadi penyebab klien merasakan perasaan sayang, sedih dan kebencian dalam waktu yang bersamaan. Hal ini disebut *Ambivalence* dan normal terjadi bagi individu yang belum dewasa (*inner child*). *Ambivalence* merupakan gejala emosi dan perbedaan suasana hati dalam waktu yang sama.¹¹² Hal ini dapat

¹¹¹ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 85.

¹¹² John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 176.

berujung pada stres dan rasa tidak nyaman.¹¹³ Pada konsep *Tazkiyah an-Nafs*, rasa kebencian ini digolongkan kepada unsur penyakit hati (amarah) sebagai akibat dari residu emosi yang harus segera dibersihkan agar tidak berdampak buruk bagi individu.

Dalam pandangan tasawuf, menurut Imam Al-Ghazali perasaan yang dialami klien masuk ke dalam kategori penyakit hati berupa hasad atau kedengkian, yang merupakan buah dari rasa iri hati, dan iri hati merupakan buah dari amarah. Imam Al-Ghazali membagi kedengkian menjadi dua jenis, yang pertama adalah ketika seseorang merasa iri dan mengharapkan lenyapnya nikmat yang dimiliki orang lain. Kedua, ketika seseorang hanya menginginkan nikmat yang dimiliki orang lain tanpa berharap nikmat itu hilang pada diri orang lain.¹¹⁴ Dalam kasus ini, klien masuk ke dalam kategori kedua. Ia merasa iri dengan pembelaan dan kasih sayang yang diberikan ibu kepada sang kakak, dan ia merasa lebih berhak karena dirinya tidak pernah menyusahkan keluarga.

Kondisi ini diperparah saat ayah dari klien wafat, sosok ayah yang selalu dipersepsikan sebagai figur pelindung utama. Selalu memberikan rasa aman dan pembelaan terhadap tekanan emosional dari ibu. Kepergian sang ayah menjadi titik balik psikologis yang signifikan, menyebabkan klien merasa kehilangan sistem pendukung utamanya dan merasa sangat kesepian dalam menghadapi dinamika keluarga. Ungkapan bahwa klien merasa tidak memiliki siapa-siapa lagi selain suami dan anaknya menunjukkan adanya keretakan emosional dengan keluarga asal, dan sekarang suami mengambil alih peran ayah sebagai *protector*. Hal ini sejalan dengan *alienation theory*, menyebutkan bahwa *alienation* atau keterasingan merupakan hasil konstruksi dari pengabaian kebutuhan manusia untuk merasa diterima, *alienation* muncul dari situasi yang membuat frustrasi. Akibatnya, perasaan ini akan menyebabkan hilangnya jati diri, ketidakberdayaan,

¹¹³ Bina Gultom, dkk., "Hubungan *Emotional Ambivalence* dengan Tendensi *Cart Abandonment* pada Pengguna *E-Commerce*," *Dharmas Education Journal* 3, no. 2 (2024):440.

¹¹⁴ Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali* (Jakarta: Robbani Press, 1995), 201-204.

ketidakbermaknaan, perilaku abnormal, dan keterasingan.¹¹⁵ Bradshaw menyebutnya dengan istilah *emotional abandonment*, setiap anak dari sistem keluarga disfungsi akan merasakan kekurangan emosional dan penelantaran yang menyebabkan rasa sakit mendalam.¹¹⁶

Pada tahap ini klien mengaku bahwa dirinya merasa sangat lelah. Hal ini mengidentifikasi adanya kebutuhan emosional mendalam yang belum teresolusi dari sosok anak kecil dalam dirinya (*inner child*). Perasaan dominan yang muncul adalah kelelahan psikologis yang disertai dengan kerinduan akan pemuasan kebutuhan dasar berupa penerimaan, perlindungan, dan kasih sayang secara fisik maupun emosional (seperti pelukan dan penghargaan). Berdasarkan pengakuan klien, kondisi emosionalnya semakin memburuk dan mengalami kehilangan kontrol diri saat berada dalam situasi tekanan mental yang tinggi atau kalut. Hal ini terjadi saat klien mengalami konflik interpersonal dengan saudara kandungnya (kakak) terkait masalah hutang-piutang dan sengketa hak atas tanah. Upaya klien untuk mencari keadilan dan penengah melalui sosok ibu justru menghasilkan rasa kecewa yang mendalam. Sang ibu tidak memposisikan diri sebagai penengah yang netral, melainkan melakukan *victim blaming* (menyalahkan korban) dengan dalih ketidaktepatan waktu penagihan. Penolakan dan sikap menyalahkan dari ibu menjadi pemicu (*trigger*) yang membangkitkan kembali memori emosional masa lalu klien. Klien mempersepsikan adanya pola pilih kasih yang konsisten, di mana sang ibu cenderung membela dan memprioritaskan kebutuhan sang kakak dibandingkan dirinya. Sehingga, berdampak pada hubungan ibu dan anak yang semakin renggang. Hal ini dapat sesuai dengan teori *attachment style* yang dikemukakan oleh John Bowlby, ia berpendapat bahwa seorang anak yang terlalu sering ditinggalkan, diabaikan, dikesampingkan akan menekan kebutuhan kasih

¹¹⁵ Harum Kusuma Apriyanti, "Alienation among University of Indonesia's Psychology Students: A Comparative Study amongst First-Year, Second-Year, and Third-Year Students", *Makara Hubs-Asia* 20, no.1 (2016): 38.

¹¹⁶ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 95.

sayang, lalu tumbuh menjadi orang dewasa yang percaya bahwa jarak adalah bentuk perlindungan.¹¹⁷

Kondisi ini berujung pada pelampiasan emosi negatif berupa kekerasan fisik terhadap anak kandungnya, yang dipicu oleh perilaku anak yang tantrum dan klien menganggap hal itu sangat mengganggu. Pada awalnya, klien melakukan mekanisme pembenaran atas tindakannya sebagai bentuk pendisiplinan agar anak tidak berperilaku buruk. Namun, pasca-kejadian atau setelah emosi mereda, klien mengalami distress emosional berupa rasa bersalah yang kemudian diikuti dengan upaya kompensasi materi dengan cara membelikan makanan apapun yang anaknya minta untuk memperbaiki hubungan dengan anak. Proses ini menggambarkan mekanisme *transmisi intergenerasional trauma* yang sejalan dengan penelitian psikologis, bahwa pengalaman traumatis orang tua dapat terekam dalam gaya pengasuhan generasi berikutnya melalui regulasi emosi yang terganggu dan pola relasional yang diwariskan.¹¹⁸

Bradshaw menyebutkan bahwa seseorang dengan ketidakstabilan emosi (*neurotic*) memiliki kecenderungan untuk mengulang. Dalam neurologis dijelaskan bahwa jejak *neuron* yang membesar akibat pengalaman *stress* dapat merubah cara organisme bereaksi terhadap rangsangan saat dewasa. Pengalaman menyakitkan yang berkelanjutan tanpa disadari membentuk informasi baru di otak sehingga ia menjadi semakin siap untuk mengenali rangsangan yang mungkin tidak disadari orang lain. Hal ini menyebabkan ketika orang dewasa dengan *inner child* menghadapi situasi yang mirip dengan peristiwa menyakitkan di masa lalu, akan memicu respon awal sehingga terjadilah pola pengulangan.¹¹⁹ Namun, pada beberapa kasus seseorang yang hari ini menjadi korban dalam kasus kekerasan atau kejahatan memiliki peluang lebih besar menjadi pelaku kekerasan atau hal buruk

¹¹⁷ Evelynqa, *Teori Keterikatan yang Gagal* (Jakarta: Guinevel Editions, 2025),5.

¹¹⁸ Izdihar Sulthonah Fauzi Rahmah, Alfin Miftahul Khairi. "Dampak Trauma Antargenerasi Pada Keluarga Veteran Perang", *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no.2 (2024): 557.

¹¹⁹ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990),76-77.

di kemudian hari. Mereka tidak menyadari kesalahan mereka dan meyakini bahwa kesalahan yang mereka lakukan merupakan kesalahan orang lain (*offender behaviors*).¹²⁰

Setelah menjalani terapi dengan proses peingintegrasian antara nilai-nilai *Tazkiyah an-Nafs* dengan *hypnotherapy*, kondisi klien menunjukkan peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*) yang signifikan terhadap respon tubuhnya. Sebelum proses terapi, ketegangan emosional sering kali ditandai gejala fisik yang tidak disadari secara utuh. Namun, pasca-terapi klien mampu mengenali tanda-tanda stres secara spesifik, seperti sensasi kepala kencang dan dada sesak. Peningkatan kesadaran fisik ini diikuti dengan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik. Klien menyatakan bahwa emosinya kini menjadi lebih terkontrol, di mana ia tidak lagi terjebak dalam ledakan amarah yang impulsif maupun tekanan emosional yang ekstrem. Setiap kali klien merasa gejalanya kambuh dia akan langsung secara sadar mengamalkan zikir istighfar sebagai perantara yang membantu mengontrol emosi. Hal ini dapat dilihat sebagai hasil dari proses penajaman struktur kalbu melalui proses penyucian jiwa sehingga, dapat membuka tabir antara ilmu Allah SWT dan jiwa manusia. Proses ini mengungkap hakikat jiwa manusia, dan menjadi petunjuk perubahan positif dalam diri klien.¹²¹

Pada proses penyucian jiwa (*Tazkiyah an-Nafs*) dalam pengobatan kali ini, penggunaan kalimat *thoyyibah* seperti zikir istighfar menjadi instrumen utama. Secara teknis, praktik ini berfungsi sebagai media penenang hati (zikir) sekaligus alat *cognitive restructuring*. Melalui istighfar, klien berhasil mengalihkan fokus kognitif dari beban amarah menuju penyerahan diri secara total kepada Allah (*tawakkal*). Proses ini terbukti efektif secara fisiologis dalam meredakan ketegangan tubuh yang sebelumnya menjadi kendala utama klien. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Olivia dan Ahmad Rusdi, terapi zikir memberikan efek

¹²⁰ Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 8-10.

¹²¹ Ahmad Bahrul Hikam, *Psikologi Islam: Solusi Al-qur'an atas Problem-problem Psikis* (Yogyakarta: Nusamedia, 2024), 14.

ketenangan dan mengubah keyakinan atau pola pikir negatif menjadi positif.¹²² Zikir dianggap mampu mengubah kecenderungan jiwa dari orientasi atau ekspektasi eksternal (lahir) kepada orientasi internal (batin) dan transenden. Zikir juga mampu mengubah jiwa yang kacau karena memikirkan berbagai macam persoalan dunia menuju penyucian jiwa dan berorientasi pada peningkatan nilai religius dan ketenangan jiwa.¹²³

Dampak paling signifikan dari proses ini adalah munculnya kemampuan klien untuk memaafkan ibu, keikhlasan menerima hasil keputusan sengketa tanah dengan kakak dan pengurangan perilaku *abusive* kepada anak. Dalam kerangka *tazkiyah an-nafs*, munculnya pemaafan merupakan indikator bersihnya hati dari penyakit seperti perasaan *ghadab* (marah) dan dengki. Hal ini disebabkan hati memiliki karakter yang tidak konsisten, sehingga mudah terpapar konflik batin yang pada akhirnya muncul dalam bentuk perilaku negatif, psikis maupun gejala fisiologis.¹²⁴

Dalam tasawuf berpandangan bahwa penyakit hati dapat terjadi sebagai akibat dari keringnya jiwa dari aspek spiritualitas.¹²⁵ Secara psikologis, keberhasilan ini menunjukkan bahwa sugesti positif yang diberikan selama kondisi hipnosis telah menjangkau pikiran bawah sadar, sehingga mengubah persepsi klien terhadap konflik masa lalu dari negatif ke positif. Akibatnya, klien mampu berpikir positif terhadap segala hal yang terjadi dalam hidupnya dan memandang ibunya sebagai manusia biasa yang memiliki keterbatasan dan memahami bahwa karakter ibunya muncul sebagai hasil pola asuh zaman dahulu. Pemahaman ini tercermin dalam ungkapan "*orang tua saya juga masih belajar*". Hal ini membuktikan bahwa

¹²² Olivia Dwi Kumala, dkk. "Terapi Zikir untuk Meningkatkan Ketenangan Hati pada Pengguna NAPZA" *Jurnal Intervensi Psikologi* 11, no.1 (2019), 50.

¹²³ M.A Subandi, *Psikologi Zikir* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 58.

¹²⁴ Muzakkir, *Hidup Sehat dan Bahagia dalam Perspektif Tasawuf* (Jakarta: Prenadamedia Group), 93.

¹²⁵ Muzakkir, *Hidup Sehat dan Bahagia dalam Perspektif Tasawuf*, 13.

berpikir positif mampu menghadirkan kebahagiaan, kesehatan, kesuksesan, dan ketenangan.¹²⁶

Temuan penelitian menunjukkan bahwa bentuk perwujudan ketenangan hati merupakan pintu gerbang bagi perubahan perilaku yang lebih luas. Ketenangan yang didapat melalui intervensi *hypnotherapy* berbasis spiritual membantu klien menurunkan ketegangan emosional, sehingga fungsi kognitifnya dapat bekerja lebih baik dalam menilai masalah secara objektif. Hal ini berkaitan erat dengan resolusi *unfinished business* terhadap masa lalu. Melalui tahap penerimaan atau ridha, klien tidak lagi memposisikan dirinya sebagai korban (*victim mentality*), melainkan mencapai pemahaman dewasa atas pola asuh masa lalu. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan Bradshaw, bahwa ketika kita merangkul perasaan tidak nyaman itu, kita akan menemukan jati diri kita yang sesungguhnya.¹²⁷ Perubahan persepsi ini meluas hingga ke permasalahan eksternal, seperti sengketa tanah, di mana klien menunjukkan sikap *qana'ah* dan *tawakkal*. Dengan melepaskan keterikatan duniawi yang menjadi beban mental, tekanan psikologis klien berkurang secara signifikan dan percaya akan adanya kekuatan yang lebih besar di luar diri manusia yaitu kekuatan Tuhan Yang Maha Esa.¹²⁸ Aspek spiritual qona'ah seperti keridaan kepada takdir dan ketundukan kepada Tuhan terbukti efektif dalam membantu individu menemukan makna hidup dan mengurangi gejala psikologis.¹²⁹ Hal ini menunjukkan adanya persamaan konsep di dalam tasawuf dengan psikologi dalam memandang esensi Tuhan di luar diri pada proses pengobatan *inner child* dan masalah kejiwaan lainnya.

Perubahan perilaku yang paling nyata terlihat pada pola pengasuhan anak. Klien kini mampu melakukan interupsi pola negatif saat amarah akan muncul

¹²⁶ Norman Canfield, *Dahsyatnya Kekuatan Berpikir Positif* (Jakarta: Banana Books, 2016), 1.

¹²⁷ John Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child* (New York: A Bantam Book, 1990), 85.

¹²⁸ Bradshaw, *HOME COMING: Reclaiming and Healing Your Inner Child*, 233.

¹²⁹ M. Zaki Su'aidi, dkk. "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, no.1 (2025), 47-56.

dengan menggunakan istighfar sebagai mekanisme pengelola emosi. Hal ini membuktikan bahwa nilai spiritual dapat berfungsi sebagai alat kontrol diri yang efektif untuk meredakan impuls amarah secara instan. Ketika individu mampu mencapai kecerdasan spiritual, maka akan terjadi peningkatan pada kontrol diri individu yang bersangkutan.¹³⁰ Keputusan klien untuk menghentikan sesi terapi formal dan memilih "berjuang memaafkan secara sadar" menandakan terjadinya fase *mujahadah an-nafs* (perjuangan jiwa) yang termasuk dalam konsep *tazkiyah an-nafs*. Proses penyucian jiwa juga tidak secara otomatis terbentuk sehingga, memerlukan waktu, tenaga, dan usaha untuk bisa mencapai pada tahap penyucian jiwa dan dekat dengan Tuhan. Dalam kasus ini klien telah berhasil mengaktifkan sumber daya internal dirinya, sehingga proses pemaafan tidak lagi bergantung pada proses terapi, melainkan menjadi tindakan nyata yang diinternalisasi dalam kehidupan sehari-hari.¹³¹

Meskipun telah mencapai tahap pemaafan, klien secara sadar tetap menjaga jarak dengan sang ibu, meskipun tidak separah seperti kondisi sebelum terapi. Dalam perspektif psikologi, ini disebut sebagai *healthy distance*, sedangkan dalam *Tazkiyah an-Nafs*, hal ini menunjukkan kerendahan hati dan sikap kehati-hatian dalam proses penyucian jiwa (*wara'*). *Wara'* merupakan bentuk kesadaran dan pengendalian diri yang mendalam.¹³² Hal ini dilakukan klien sebagai upaya untuk menghindari pertengkaran dengan sang ibu. Klien menunjukkan kedewasaan dengan tetap memenuhi kewajiban *birrul walidain* (berbuat baik pada orang tua), seperti memberikan dukungan ekonomi, meskipun tetap menjaga batasan emosional demi stabilitas kesehatan mentalnya, setelah sebelumnya tidak pernah melakukan hal tersebut. Hal ini menandakan adanya upaya perbaikan dalam diri klien terhadap pola interaksi dengan ibu.

¹³⁰ Annisa Fourkhani, dkk. "Hubungan *Spiritual Quotient* dengan Kontrol Diri Narapidana" *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6, no. 2 (2021), 200.

¹³¹ Muhammad Yunan Harahap dan Rustam Ependi, *Tazkiyatun Nafs dalam Membentuk Akhlakul Karimah* (Yogyakarta: PT. Green Pustaka Indonesia, 2023), 16.

¹³² Dihyah, *Wara' dalam Ajaran Islam* (Yogyakarta: Relasi Inti Media, 2024), 3.

Dengan demikian, konsep *tazkiyah an-nafs* dan *hypnotherapy* terbukti efektif dalam proses pengobatan *inner child*. Hanya saja, kompleksitas problem dan motivasi kesembuhan klien akan sangat berpengaruh pada jumlah terapi yang diperlukan dan berpengaruh pada taraf persentase kesembuhan klien. *Tazkiyah an-nafs* dan *hypnotherapy* memiliki titik temu pada tujuan pelaksanaan. *Hypnotherapy*, bertujuan untuk meredam ego (*nafs*) negatif menjadi ego (*nafs*) positif. Sedangkan, *tazkiyah an-nafs* bertujuan mencapai kesucian jiwa dengan membersihkan diri dari segala penyakit hati (sifat tercela) dan menghiasinya dengan sifat terpuji.

Implikasi penggabungan *Tazkiyah an-nafs* dengan *Hypnotherapy* terhadap kesembuhan klien di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan.

TABEL 4.1 HASIL TEMUAN PENELITIAN

PEMBAHASAN	<i>TAZKIYAH AN-NAFS</i>	<i>HYPNOTHERAPY</i>	IMPLIKASI TERHADAP KLIEN
1. Ontologi Apa objeknya	Objek kajiannya terdiri dari <i>qalb</i> , ruh, dan akal.	Objek kajian berfokus pada alam bawah sadar (<i>subconscious mind</i>).	Dapat mengetahui akar masalah yang dialami klien, dan proses pengobatan menjadi lebih efektif.
2. Epistemologi Bagaimana caranya	<i>a. Takhalli (Tathahhur)</i> <i>b. Tahalli (Tahaqquq)</i> <i>c. Tajalli (Takhalluq)</i>	<i>a. Preinduction</i> (pra-induksi) <i>b. Induction</i> (Induksi) <i>c. Deepening</i> <i>d. Suggestion</i> <i>e. Termination</i> <i>f. Analisa akhir</i>	Proses integrasi kedua metode ini berdampak pada kondisi klien yang semakin membaik, menjadi tenang, memiliki kontrol diri yang baik, dan terbebas dari penyakit hati

3.Aksiologi Untuk apa tujuannya	<i>a. Tazkiyah an-nafs</i> bertujuan mencapai kesucian jiwa dengan membersihkan diri dari segala penyakit hati (sifat tercela) dan menghiasinya. dengan sifat terpuji. b. Memandang kedekatan diri dengan Tuhan dan meraih kebahagiaan sejati sebagai tujuan utama.	a. <i>Hypnotherapy</i> bertujuan untuk mengakses alam bawah sadar dalam proses penyembuhan masalah emosi, perilaku, kebiasaan buruk, dan trauma. b. Membantu klien dalam upaya perbaikan diri.	Klien semakin dekat kepada Allah SWT, dan berhasil memperoleh kesembuhan.
---	---	--	--

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.

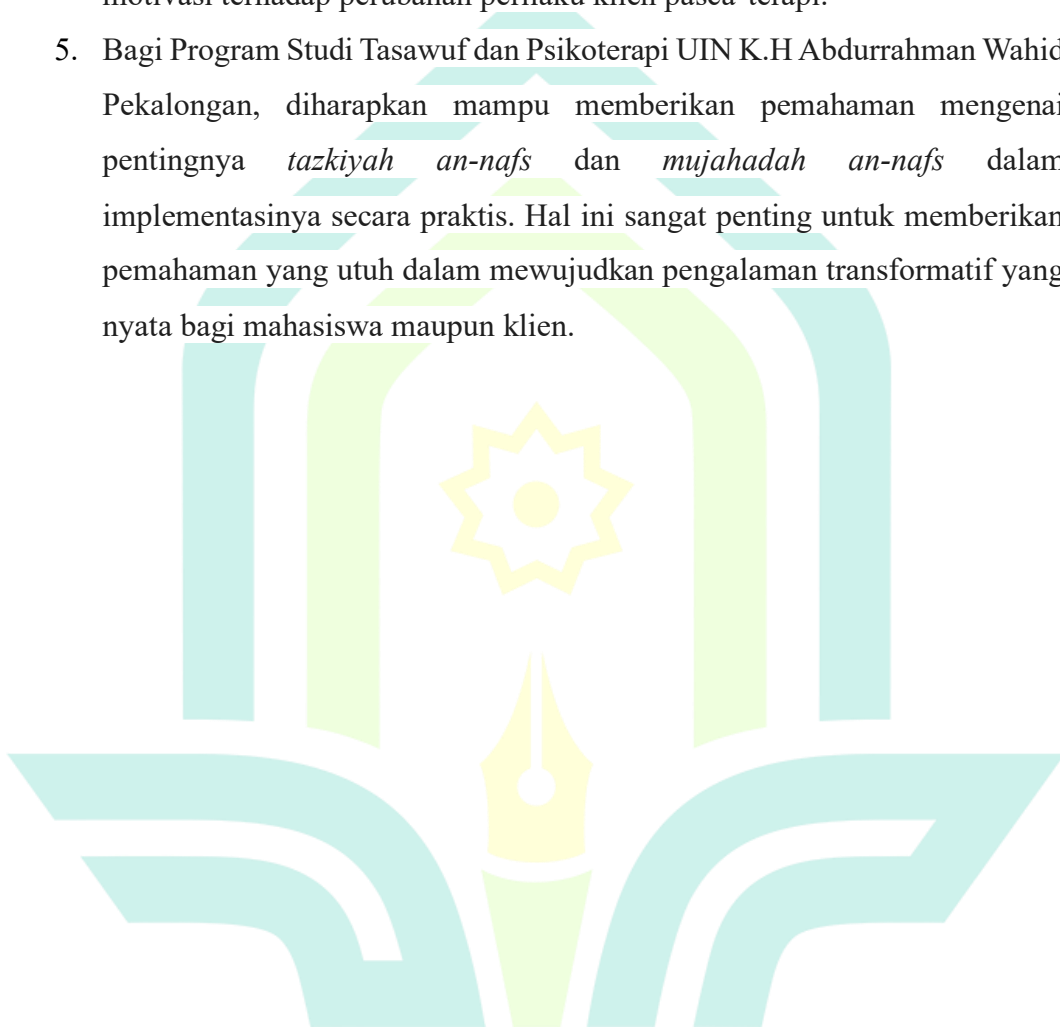
Kondisi setelah terapi, Zikir istighfar efektif menjadi media katarsis dan restrukturisasi kognitif (*cognitive restructuring*) yang meredakan ketegangan fisik serta memicu sikap tawakal. Klien mengalami peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*), regulasi emosi yang stabil, mampu memaafkan masa lalu 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 Hypnocaring*. 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.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Transkrip Wawancara Terapis

TRANSKIP WAWANCARA DENGAN TERAPIS

Judul Skripsi	:	<i>TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN.</i>
Tempat/Tanggal Wawancara	:	Klinik Hypnotherapy Pekalongan / 04 Maret 2026
Nama Narasumber	:	Sevta Arisyandi
Peneliti	:	<i>Apa saja layanan pengobatan yang dibuka di Klinik Hypnotherapy Pekalongan?</i>
Narasumber	:	<i>Layanan yang saya buka di klinik ini meliputi problem mental, problem emosional, problem emosional, psikosomatik illness, dan spiritualistik. Itu sudah meliputi turunan-turunan jenis penyakitnya ya mbak.</i>
Peneliti	:	<i>Ada berapa jumlah klien dengan kasus inner child di klinik ini bapak?</i>
Narasumber	:	<i>Waduh kalau jumlah pastinya berapa Saya lupa mbak, karena hampir rata-rata permasalahan klien yang datang kesini itu akarnya dari inner child. Mungkin kalau dipresentasikan sekitar 50-60% masalah klien di sini bersumber dari inner child yang nantinya berkembang menjadi bentuk lain seperti misalnya phobia, anxiety, bipolar, NPD, dan gangguan-gangguan lain. Jadi, dengan membereskan inner child yang ada di klien biasanya simtom-simtom yang muncul juga akan menghilang.</i>
Peneliti	:	<i>Apa saja ciri-ciri yang ditunjukkan oleh klien yang mengalami inner child?</i>
Narasumber	:	<i>Sebenarnya kan beda-beda ya mba tiap orang, inner child sendiri juga bentuknya banyak. Tapi</i>

		<i>kalau yang paling sering itu biasanya emosinya ngga stabil mbak, terus biasanya punya trauma atau sensitif terhadap sesuatu. Dari hal-hal kayak gini nantinya bisa berdampak juga kepada perilaku dan kehidupannya. Nanti silahkan, mbak observasi langsung saja ke kliennya.</i>
Peneliti	:	<i>Faktor apa saja yang mempengaruhi keefektifan terapi pak?</i>
Narasumber	:	<i>Keefektifan hypno tergantung dari kompleksitas masalahnya dia mbak, motivasi keinginan untuk sembuh, kemudian dia mengamalkan zikir yang sudah saya sarankan untuk self hypno atau tidak, dan usia juga bisa menjadi faktor pendukung, karena semakin dewasa seseorang pengalaman hidup yang dihasilkan semakin banyak itu nantinya ngaruh ke kompleksitas masalah klien.</i>
Peneliti	:	<i>Bagaimana cara Bapak mengimplementasikan nilai-nilai tazkiyatun-nafs dalam proses terapi yang diberikan?</i>
Narasumber	:	<i>Ya, itu mbak saya menggunakan zikir biasanya untuk digunakan sebagai anchor dalam proses induksi. Sama sebelum mulai biasanya saya bacakan doa. Doa yang saya gunakan di combine sama teknik NLP WFO, jadi penetapan tujuan atau goals dari terapi kali ini untuk apa.</i>
Peneliti	:	<i>Apakah bapak pernah mengalami kegagalan dalam melakukan praktik hypnosis kepada orang lain? Seperti apa kegagalan tersebut?</i>
Narasumber	:	<i>Oh.. tentu pernah mbak, biasanya klien yang gagal itu karena dari kliennya sendiri tidak percaya sama terapis, mengalami kecemasan berat atau dari klien itu suda berekspektasi lebih satu kali hypno sembuh gitu. Padahal kan kenyataannya setiap orang itu prosesnya beda-beda mbak tergantung kompleksitas masalahnya.</i>
Peneliti	:	<i>Bagaimana cara bapak mengantisipasi kegagalan dalam proses terapi?</i>
Narasumber	:	<i>Biasanya saya perdalam dalam proses konseling atau wawancara, terus saya perkuat anchornya supaya kalau tiba-tiba klien terbangun di tengah proses terapi misalnya karena kaget, kita jentikkan jari aja udah langsung tidur lagi karena bangunnya masih dalam kondisi trance. Tapi kalau misalnya bangun karena sadar dan</i>

		<i>panic attack itu biasanya saya udah angkat tangan dan harus dibawa ke dokter jiwa dulu buat dapet obat.</i>
Peneliti	:	<i>Adakah ketentuan khusus jumlah terapi dalam setiap orang?</i>
Narasumber	:	<i>Gaada jumlah ketentuan khusus mbak, setiap orang kebutuhannya beda-beda. Ada yang satu kali sudah sembuh, ada yang sampai 8 kali. Biasanya kalau sudah parah saya suruh 8 kali. Lagi-lagi balik ke problem setiap individunya dulu dan kemauan individu untuk sembuh.</i>
Peneliti	:	<i>Apa indikator keberhasilan hypnotherapy ini pak?</i>
Narasumber	:	<i>Gaada indikator khusus dalam pandangan umum mbak, biasanya subjektif. Jadi dari klien ada yang benar-benar mengikuti terapi sampai selesai, ada juga yang hanya satu atau dua kali merasa membaik ya sudah. Jelas hasilnya beda mbak, kalau diikuti sesi terapinya sampai selesai artinya problem tersebut bisa tuntas sampai ke akar-akarnya, jadi kemungkinan buat kambuh lagi kecil. Tapi kalau satu-dua kali ada beberapa kasus yang benar-benar sembuh ada yang akhirnya hanya menjadi sebuah barrier. Jadi selama zikir atau anchornya diamalkan terus ya barriernya kuat tapi kalau engga ya barriernya bakal lemah dan berpeluang untuk kambuh lagi, karena kasusnya kan berarti belum benar-benar selesai.</i>
Peneliti	:	<i>Kalau untuk klien MN sendiri pak kondisinya bagaimana setelah terapi? Berapa kali dia melakukan sesi terapi?</i>
Narasumber	:	<i>Sudah membaik mbak itu, tiga kali. Soalnya dari kliennya sendiri selama setahun benar-benar mengamalkan zikir yang sudah saya jadikan anchor jadi hasilnya lebih terasa. Emosinya lebih stabil, ga gampang meledak, terus udah bisa pelan-pelan memaafkan dan membangun hubungan baik dengan ibunya, waktu itu saya dikabari gitu.</i>
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau pada terapi pertama, kedua, dan ketiga apa yang dilakukan Bapak?</i>
Terapis	:	<i>Yang pertama kan kita harus tau ya mbak problemnya itu apa, bikin goals terapi dulu terus input anchor pakai zikir yang biasa diamalkan klien atau apa yang kiranya cocok buat klien,</i>

	<i>dan bantu stabilin kondisi klien dulu. Soalnya waktu kesini pertama kali emosionalnya bener-bener ngga stabil. Terus kedua, saya berikan sugesti fokus buat pembebasan masalah, dari klien itu pengen tenang, bisa ngontrol emosi, ngga marah-marah sama anaknya lagi, dan bisa memaafkan ibunya. Kemudian, pertemuan ketiga itu saya kasih penguatan atau empowerment biar klien bisa punya kendali lebih atas dirinya sendiri mbak.</i>
--	---



Lampiran 2. Transkrip Wawancara Klien

TRANSKIP WAWANCARA DENGAN KLIEN

TRANSKIP WAWANCARA I DENGAN KLIEN

Judul Skripsi	:	<i>TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN.</i>	
Tempat,tanggal Wawancara	:	Pekalongan, 11 Mei 2025 dan 03 Maret 2026	
Nama Narasumber	:	MN	
Peneliti	:	<i>Apakah Anda mendapatkan diagnose mengalami inner child?</i>	
Narasumber	:	<i>Iya mbak.</i>	
Peneliti	:	<i>Apakah boleh saya mendengar kronologi ceritanya? Peristiwa apa yang memicu Anda pertama kali?</i>	
Narasumber	:	<i>Jujur awalnya saya tidak menyadari mbak kalau hal ini termasuk ke dalam gejala psikologis, karena semuanya bermula dari kasus hutang-piutang yang berbuntut pada sengketa tanah antara saya dan kakak saya. Kemudian, ada suatu saat dimana anak saya mau masuk SMP mbak, dan butuh dana pendidikan lebih, makanya saya tagih utang kakak Saya, tapi dia malah marah. Memaki saya, menganggap Saya pelit dan tidak memahami kondisi saudara. Setelah itu, saya laporlah ke ibu saya dengan maksud hati biar dibantuin ngomong, dan saya pikir orang tua pasti lebih bijak. Tapi malah ibu ikut menyalahkan Saya, disitu saya merasa marah sekali</i>	Pencetus kemarahan klien kepada keluarga. Berdasarkan hasil kutipan ditemukan bahwa klien kecewa karena respon ibu tidak sesuai ekspektasi. Kekecewaan dilampiaskan dengan marah kepada anak.

		<i>terhadap ibu dan kakak saya. saya pendam semua kemarahan saya kepada ibu dan kakak saya, tapi efeknya malah justru saya lampiaskan semua kemarahan kepada anak saya.</i>	
Peneliti	:	<i>Apakah boleh saya mendengar cerita tentang masa kecil anda? Pada tahap perkembangan bayi, balita, anak-anak, remaja, dewasa manakah part dalam hidup Anda yang terasa sangat menyakitkan?</i>	
Narasumber	:	<i>Boleh mbak, yang paling membekas itu dulu ketika masih kecil mungkin sekitar kelas 5 sd saya tu ngerengek ke ibu saya pas masih kerja, terus ibu saya marah karena menganggap saya mengganggu. Kemudian, saya dikejar dan digebukin make gagang sapu mbak sampe patah dan badan saya memar-memar sampe saya ampun-ampun tapi ga berhenti. Terus waktu sma dulu saya pernah dimarahin habis-habisan sama ibu saya mbak, gegara saya kecelakaan dan montornya rusak. Bayangin mbak, saya kecelakaan tapi yang dipentingin sama ibu saya montornya bukan saya. Terus juga selama saya hidup tu kayaknya gapernah ngrepotin deh, saya dari zaman sekolah udah kerja gapernah ngrepotin orang tua kayak mas saya.</i>	<i>Toxic shame (perasaan tidak berharga atau tidak layak dicintai)</i>
Peneliti	:	<i>Kira-kira isi hati anak kecil yang ada di tubuh anda saat ini merasa takut atau ingin dilindungi?</i>	
Narasumber	:	<i>Jujur capek banget mbak, pengen dingertiin, pengen dipeluk, pengen dilindungi.</i>	<i>Perasaan atau keinginan klien untuk dicintai.</i>

Peneliti	:	<i>Mengapa Anda memilih untuk melakukan hypnotherapy sebagai upaya pengobatan?</i>	
Narasumber	:	<i>Waktu itu ketika ada adek saya berkunjung, kebetulan Saya masih marahin anak Saya dan dia misahin kita. Mungkin dia kasihan sama anak Saya. Beberapa kali Saya juga ditegur suami sih mbak buat ga terlalu kasar sama anak. Terus ya akhirnya Saya cerita semuanya ke adek Saya, dan dia menyarankan Saya untuk berobat kemana gitu, biar ga makin parah karena takut anak Saya malah yang jadi korban, dan akhirnya saya dikenalin orang dan diarahin kesini.</i>	Offender behaviour (korban menjadi pelaku).
Peneliti	:	<i>Seberapa ingin Anda sembuh dari gangguan yang diderita? Pilih antara 1-10?</i>	
Narasumber	:	<i>Oh.. ya pengen sembuh banget mbak, pusing kepala saya mbak, penuh pikirane. Kasian anak saya juga. 10</i>	Motivasi kesembuhan klien tinggi.
Peneliti	:	<i>Berapa kali Anda melakukan terapi?</i>	
Narasumber	:	<i>3</i>	
Peneliti	:	<i>Apa yang Anda rasakan sebelum dan sesudah melakukan terapi di Klinik Hypnotherapy Pekalongan?</i>	
Narasumber	:	<i>Bawaannya saya tuh pusing banget mbak, sedih, dan jadi gampang emosi sama orang. Apalagi sama ibu dan kakak saya. Ya Allah bener-bener kesel banget. Mas ku iku lo, wes ditulungi malah mentung.</i>	Distress yang dialami klien.
Peneliti	:	<i>Apakah ada saran yang dianjurkan terapis pada Anda setelah terapi? Apakah Anda melakukan saran tersebut?</i>	

Narasumber	:	<i>Ada mbak, kemarin saya disuruh melakukan terapi mandiri make zikir astaghfirullah kalau saya mbak. Sama disuruh fokus sama kegiatan yang saya suka.</i>	<i>Anchor zikir yang digunakan klien.</i>
Peneliti	:	<i>Apakah Anda mencintai keluarga Anda? Bagaimana sudut pandang Anda tentang ayah, ibu, kakak, adik?</i>	
Narasumber	:	<i>Ya sayang banget lah mbak, tapi kadang sedih kadang juga kesel. Dulu waktu Bapak Saya masih hidup, Saya merasa selalu ada yang belain dan ngelindungin Saya kalau ibu marah. Tapi, setelah bapak meninggal Saya merasa tidak punya siapa-siapa selain suami dan anak Saya mbak, Saya sendirian. Ibuku tu sebenere baik tapi yokui ora kenanan tur atose nemen dadi wong, dadi nek karo aku sering tukaran. Nek masku dek mbiyek pancen senenge ngrepoti wong tuo. (ibu saya itu sebenarnya baik, tapi gampang marah dan sangat keras kepala, jadi saya sering berantem dengan ibu. Kalau kakak laki-laki saya dari dulu memang bisanya Cuma ngrepotin orang tua).</i>	<i>Keinginan untuk dicintai dan dilindungi oleh keluarga.</i>
Peneliti	:	<i>Bagaimana cara keluarga Anda menunjukkan kasih sayang kepada sesama anggota keluarga?</i>	
Narasumber	:	<i>mm... gimana o, gatau mbak. Oh, mungkin itusi mbak ibu saya tu kalau urusan makanan sama fasilitas Pendidikan bener-bener ngasih yang terbaik buat anak.</i>	<i>Love language dalam keluarga.</i>
Peneliti	:	<i>Apakah dulu di rumah ada aturan tidak tertulis di dalam rumah seperti Perempuan harus</i>	

		<i>bisa masak, atau laki-laki gaboleh nangis, harus kuat dan tidak boleh mengekspresikan emosi (marah, sedih, bahagia), dan apakah peraturan tersebut melukai anda?</i>	
Narasumber	:	<i>Yopaling koyo wong wedok ojo keset. Terus nek ndewe nangis kenceng malah bakal makin diajar. Seringe ngunu paling. (jadi perempuan jangan malas, dan jika menangis baik laki-laki atau Perempuan akan semakin dimarahin).</i>	Disfungsional aturan dalam keluarga.
Peneliti	:	<i>Dari beberapa aturan tidak tertulis yang ada apakah berpengaruh pada kepribadian Anda? Silahkan bisa diceritakan mengenai diri Anda, mungkin terkait hal atau situasi yang disukai dan tidak disukai?</i>	
Narasumber	:	<i>Emm.. apayaa.. mungkin itu bikin aku jadi kalo ada apa-apa tu gabisa ngomong atau cerita ke orang lain. Susah buat mengekspresikan diri kecuali kalo lagi marah aja mbak hehe. Saya gengsi kalau mau nangis. Pokoknya orang-orang gaboleh lihat saya sedih atau susah.</i>	Dampak pola asuh kepada kepribadian membuat klien sulit mengekspresikan kesedihan.
Peneliti	:	<i>Apa hal yang biasa anda lakukan untuk membuat perasaan anda terasa lebih baik?</i>	
Narasumber	:	<i>Renang, jalan-jalan, belanja online paling mbak sama nanem-nanem gitu.</i>	
Peneliti	:	<i>Apa part yang Anda syukuri dan berharga dalam hidup Anda? Kenapa hal itu menjadi sangat berarti?</i>	
Narasumber	:	<i>Ketemu sama suami saya yang sekarang.</i>	
Peneliti	:	<i>Apakah dari banyak kejadian atau masalah yang anda alami membuat anda merasa tidak</i>	

		<i>berharga? Apakah anda berkenan untuk menjelaskan apa yang anda rasakan?</i>	
Narasumber	:	<i>Iya mbak, saya ngerasa selalu dibanding-bandingkan sama adek saya, soalnya dia ranking terus. Terus dari dulu Sukanya pilih kasih sama mas saya, kalau dia minta apa-apa selalu diturutin sedangkan saya? Selalu disuruh nabung dulu. Ngerasa sedih juga disalah-salahkan terus, gapernah dihargai, pokoknya ibu saya kalau ngeliat saya itu jeleknya terus. Dikatain atoslah, pelitlah woah macem-macem mbak. Padahal dari dulu itu Saya anak yang nggak pernah ngrepotin kalau dibandingin kakak saya. Pak ngomong sengitke pie o mbak, mung karo wong tuone dewe. Dadi aku ke nek pak diomong sayang yo sayang mbak, tapi juga sengit kadang. (jadi aku kalau mau dibilang sayang ya sayang, tapi terkadang juga membenci)”</i>	<i>Toxic shame dan love hate relationship.</i>
Peneliti	:	<i>Bagaimana cara Anda untuk terlepas dari perasaan negatif tersebut? (jika ada)</i>	
Narasumber	:	<i>Kalau sebelum terapi si yaudah mbak tak pendem bae. Tapi kalau sesudah terapi, biasanya kalau kepala saya udah agak kenceng atau dadanya udah mulai sesek saya banyak-banyakin istighfar. Alhamdulillah mendingan, emosinya jadi lebih kekontrol dan perlahan-lahan saya jadi kayak lebih gampang buat maafin dan memaklumi ibu saya.</i>	<i>Output hypnotherapy (Aspek Emosional).</i>

Peneliti	:	<i>Apakah anda pernah merasa bahwa anda melakukan sesuatu kepada orang lain hal yang anda juga sangat membencinya?</i>	
Narasumber	:	<i>Sebenere kalau secara sadar gapernah mbak, tapi kalau kata adek sama suami saya ya itu, kalau lagi marah ga kekontrol mbak pelampiasane sering ke anakku (kekerasan fisik).</i>	<i>Offender behaviour (korban menjadi pelaku)</i>
Peneliti	:	<i>Kapan pertama kali anda menyadari melakukan hal tersebut dan kepada siapa hal tersebut dilakukan?</i>	
Narasumber	:	<i>Waktu diingetin sama adekku.</i>	
Peneliti	:	<i>Apa yang Anda rasakan dan pikirkan saat melakukan hal tersebut kepada orang lain?</i>	
Narasumber	:	<i>Kalau pas lagi ngelakuin sih biasa aja, malah ngerasane haruse emang gitu ben anakku ora tuman.</i>	<i>Offender behaviour (korban menjadi pelaku)</i>
Peneliti	:	<i>Bagaimana perasaan Anda setelah melakukan hal tersebut kepada orang lain? Apakah anda merasa bersalah atau merasa biasa saja dan justru wajar dia mendapatkan perlakuan seperti itu dari anda?</i>	
Narasumber	:	<i>Kalau emosinya udah reda aku ngerasa bersalah sih mbak sama anakku, terus ya nanti tak baik baik-baikin tak tukokke (belikan) jajan ngunu (gitu).</i>	<i>Offender behaviour (korban menjadi pelaku)</i> <i>Ada perasaan bersalah dan mengobati dengan cara seperti ibu.</i>
Peneliti	:	<i>Apakah anda merasa pernah kehilangan kontrol atas diri anda? Saat situasi seperti apa hal tersebut terjadi?</i>	
Narasumber	:	<i>Iya mbaa, yaitu kalau lagi kalut, banyak pikiran terus anakku rewel.</i>	<i>Lost control</i>

Peneliti	:	<i>Apa yang anda lakukan ketika menghaapi sebuah konflik? Apakah fokus mencari solusi, panik, atau justru menyalahkan orang lain?</i>	
Narasumber	:	<i>Saya biasanya kalau lagi ada masalah diem mbak, tapi semua hal dipikir hehe. Makanya stress kayak kemarin. Biar ngga stress ya paling renang, jalan-jalan sama anak sama suami kulineran terus shopping-shopping gitu.</i>	Korban tidak bisa mengekspresikan apa yang dia rasakan sebagai wujud trauma masa lalu.
Peneliti	:	<i>Bagaimana hubungan Anda dengan ibu dan kakak sekarang?</i>	
Narasumber	:	<i>Alhamdulillah udah membaik mbak, karena tenang mungkin ya.. jadi saya ngerasa lebih bisa maafin ibu saya. saya pikir ya orang tua saya juga masih belajar jadi ibu, dan pola didik orang tua zaman dulu kan emang gitu jadi yasudah mau bagaimana lagi. Kalau urusan sengketa tanah itu saya udah pasrah mbak, udah ikhlas, Nerima aja wes hasile gimana terserah Allah. (menerima saja bagaimanapun hasilnya). Dari suami juga meminta saya untuk mengikhlaskan saja</i>	<i>Output Hypnotherapy (aspek cognitive)</i>
Peneliti	:	<i>Bagaimana perilaku Anda ke anak apakah masih sering hilang kendali?</i>	

Narasumber	:	Alhamdulillah sekarang sudah engga mbak, waktu itu saya beri pengertian anak saya ya intinya jangan nakal gitulah. Terus dari suami saya juga bantu handle ngurus atau negur anak saya. Kalau ada <i>moment</i> saya mulai hampir kehilangan kendali Alhamdulillah saya selalu mengamalkan zikir istighfar dan setelahnya amarah Saya mereda.	<i>Output Hypnotherapy (aspek perilaku)</i>
------------	---	---	---

TRANSKIP WAWANCARA II DENGAN KLIEN

Judul Skripsi	:	<i>TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN.</i>	
Tempat,tanggal Wawancara	:	Pekalongan,10 Maret 2026	
Nama Narasumber	:	MN	
Peneliti	:	<i>Apa hal di dunia ini yang membuatmu merasa sangat tidak terima?</i>	
Narasumber	:	<i>Ini sih mbak, anak Saya dipukulin temennya.</i>	
Peneliti	:	<i>Oh dipukulin gimana itu mbak?</i>	
Narasumber	:	<i>Ya biasa mbak, awale guyon mungkin terus temene ga terima, anak saya dipukulin. Padahal anak Saya itu badane besar dan yang mukulin itu kecil tapi dia dipukulin diem tok.</i>	Merasa tidak menerima atau marah ketika anak menjadi korban bullying atau kekerasan di sekolah.
Peneliti	:	<i>Mohon maaf kak, izin bertanya sebelumnya. Saat kita melakukan sesi terapi yang saya masuk di dalamnya. Kakak sempat menyebutkan bahwa sebelum dengan suami yang sekarang,</i>	

		<i>Anda pernah menikah? Mohon maaf sekali kak, jika berkenan apakah boleh untuk diceritakan?</i>	
Narasumber	:	<i>mmm.. iya mbak boleh. Sebelumnya Saya pernah menikah, tapi udah cerai soalnya ga cocok.</i>	
Peneliti	:	<i>Mohon maaf sebelumnya kak, jika boleh tahu, tidak cocoknya kenapa ya kak?</i>	Perilaku mantan suami mirip dengan perilaku ibu terhadap klien.
Narasumber	:	<i>Karena suami saya dulu itu suka mengungkit-ungkit uang nafkah mba. Menganggap saya sepele, suka membanding-bandingkan dengan adik ipar saya yang saat itu baru nikah belum punya anak dan dia emang kerja. Terus juga sampe jajan cewe di luar mbak. Saya berusaha tahan sampai titik paling ngga kuatnya dia ngungkit biaya persalinan anak kita. itu bikin saya sakit hati yang udah gabisa saya toleransi lagi. Kadang juga kalau lagi marah tu baju saya dikeluarkan-keluarin semua mbak, kayak diusir gitu sama suami saya, soalnya kan dulu saya tinggal di rumah mertua. Intinya pokoknya saya udah gakuat mbak sama sikap mantan suami saya.</i>	
Peneliti	:	<i>Pasti sangat melelahkan ya mbak?</i>	
Narasumber	:	<i>Iya mbak, banget. Saya gakuat.</i>	
Peneliti	:	<i>Kalau boleh tau mbak, suami yang sekarang bagaimana? Apakah sama seperti yang dulu?</i>	
Narasumber	:	<i>Jauh banget mbak, kalau suami yang sekarang itu dia lebih banyak ngalahnya sama saya, sabar, pengertian, penyejuk, support banget. Kalau dulu saya malah disuruh kerja, sekarang malah disuruh berhenti kerja, tapi saya gamau mbak hehe.</i>	Klien menemukan peran ayah dalam diri suami yang sekarang.

		<i>Enak punya duit sendiri, jaga-jaga biar nggak disepelein laki-laki lagi.</i>	
Peneliti	:	<i>Happy banget ya mbak sama yang sekarang?</i>	
Narasumber	:	<i>Alhamdulillah hi rabbil alamiin</i>	
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau, sekarang hubungan dengan ibu bagaimana mbak? masih sering komunikasi?</i>	
Peneliti	:	<i>Alhamdulillah mbak membaik, ibu saya kan sekarang tinggalnya lumayan jauh sama suami barunya dan adek saya. Jadi jarang ketemu, paling ketemu ya sebulan sekali, nilik i sisan mecingi sitik. (menjenguk dan sekalian memberi uang). sekarang saya jadi lebih peduli mungkin mbak sama ibu saya, terutama soal ekonomi. Kalau dulu jujur saya sakit hati banget dan ga peduli sama sekali dengan ibu saya. Tapi yaitu mbak, saya masih belum bisa terlalu sering dekat dengan ibu saya, karena takut saya kepancing emosi lagi. Mungkin masih butuh waktu kali ya mba.</i>	Hubungan klien dengan ibu membaik, namun klien masih memilih menjaga jarak dengan ibu.
Narasumber	:	<i>Dari terapis menyarankan untuk terapi lagi atau sudah cukup mbak?</i>	
Peneliti	:	<i>Sebenarnya dari terapis masih menyarankan satu kali lagi, tapi dari saya ngerasa pengen stop aja dan biarin diri saya berjuang memaafkan secara sadar dan alami. Pelan-pelan saya mulai bisa memahami dan menerima mbak, tapi emang butuh waktu.</i>	Memutuskan untuk berhenti melakukan terapi dan mengamalkan zikir secara mandiri.
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau, kondisi ibu sekarang dengan suami barunya bagaimana mbak?</i>	
Narasumber	:	<i>Alhamdulillah baik sih mbak, untunge suamine yang sekarang tipe sing ngalahan. Soale ibuku atos banget ora gelem ngalah.</i>	

		<i>Mbiyek pas bapakku sek urep yo ngunu mbak, tukaran terus atos nemen. Soale mungkin ngerasa biso lurus duwet dewe. Dadi karo wong lanang rodo nyepelekke. Tapi sekarang engga tah mbak, karena suamine ibuku yang baru itu nafkahn full dan ibuku sekarang udah ngga kerja. (Alhamdulillah baik mba, beruntungnya suami ibu saya yang baru sangat penyabar, karena ibu saya sangat keras kepala tidak mau mengalah. Dulu saat ayah kandung saya masih hidup juga begitu, ribut terus. Keras kepala banget. Mungkin karena merasa bisa mencari uang sendiri jadi sama laki-laki terkesan kurang menghormati. Tapi sekarang engga mba, karena suami baru ibu saya itu memberikan nafkah full dan ibu saya sekarang sudah tidak bekerja).</i>	
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau dulu ayah mbak kerja apa?</i>	
Narasumber	:	<i>Serabutan gitu mbak, kalau ibu saya emang punya bisnis kecil-kecilan gitu yang rame banget. Jadi penghasilannya lebih banyak ibu dibandingin bapak.</i>	Ketimpangan penghasilan ekonomi menjadi faktor utama pertengkaran sang ibu dengan ayah klien.

Lampiran 3. Transkrip Wawancara Subjek Pendukung

TRANSKIP WAWANCARA SUBJEK PENDUKUNG

Judul Skripsi	:	<i>TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN.</i>	
Tempat,tanggal Wawancara	:	Pekalongan, 13 Mei 2026	
Nama Narasumber	:	DY	
Peneliti	:	<i>Izin bertanya bu, kalau boleh tau apakah hal-hal yang kurang nyaman terjadi pada masa kecil ibu?</i>	
Narasumber	:	<i>Masa kecil ibu susah sekali, bapaknya kerja di pabrik. Adeknya banyak, jadi ibu putus sekolah dan di rumah tugase momong adek-adek.</i>	
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau, ibu berapa bersaudara nggih?</i>	
Narasumber	:	<i>Ada 7 bersaudara, ibu anak pertama dan ibu kerjaane momong.</i>	
Peneliti	:	<i>Kalau boleh tau, dulu orang tuanya ibu galak atau tidak bu?</i>	
Narasumber	:	<i>Ya lumrah ya,, sebagai orang tua kalau anak e salah dinasihati. Nggak galak sih, umum lah.</i>	
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau bagaimana hubungan ibu dengan orang tua dan saudara kandung?</i>	
Narasumber	:	<i>Baik-baik saja dan akur sampai sekarang</i>	
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau, bagaimana bayangan ibu mengenai pernikahan?</i>	
Narasumber	:	<i>Duh pernikahan seperti apaya.. aku bingung njawab e.</i>	
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau, apa hal paling berat yang ibu alami dalam hidup ibu? Mungkin yang berkaitan dengan</i>	

		<i>orang tua, saudara, suami atau anak?</i>	
Narasumber	:	<i>Ndak sih, baik-baik aja kok. Tidak ada masalah, umum. Umum kaya orang lain.</i>	

TRANSKIP WAWANCARA II DENGAN SUBJEK PENDUKUNG

Judul Skripsi	:	<i>TAZKIYAH AN-NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN.</i>	
Tempat, tanggal wawancara	:	<i>Pekalongan, 01 Juli 2026</i>	
Narasumber	:	<i>DY</i>	
Peneliti	:	<i>Mohon maaf ibu, jika boleh tau, bagaimana hubungan ibu dengan mbak MN?</i>	
Narasumber	:	<i>Baik-baik saja si, sewajarnya hubungan ibu dan anak.</i>	
Peneliti	:	<i>Jika boleh tau, menurut ibu MN orang yang seperti apa?</i>	
Narasumber	:	<i>Anak saya MN ke wonge atos mba, tapi de'e mandiri. Dek zaman sekolah wes pinter luru duit dewe. Wonge gemi, tapi rodo pelit kadang. (Anak saya MN, itu orangnya keras kepala tetapi, dia mandiri. Dari zaman sekolah sudah pinter mencari uang sendiri. Orangnya pintar mengatur keuangan, tetapi, terkadang agak pelit.)</i>	
Peneliti	:	<i>Sampai sekarang apakah masih seperti itu atau sudah ada perubahan bu?</i>	
Narasumber	:	<i>Saiki wes mending sih mbak, kadang mau datang ke sini, terus nanti ngasih uang ke saya, ngapik-ngapik i lah.</i>	

		<i>(sekarang sudah membaik mbak, terkadang mau dating ke sini, terus nanti memberi uang dan baik-baikin saya.)</i>	
Peneliti	:	<i>Berarti sebelumnya tidak pernah ke sini nggih bu?</i>	
Narasumber	:	<i>Tetep ke sini, tapi saiki luwih sering karo rutin. Biasane seminggu sekali setiap dino jumat pas anak e libur sekolah. (Tetap ke sini, tetapi sekarang lebih sering dan rutin. Biasanya satu minggu sekali setiap hari jumat saat anaknya libur sekolah.)</i>	
Peneliti	:	<i>Apa momen yang paling ibu ingat tentang MN?</i>	
Narasumber	:	<i>Apayaa.. mbiyen pas sek cilik MN ke sering loro-loronan mbak, terus pernah pas mbiyen sampe kejang-kejang, awak e sampe biru. Akune panik sampe ngencot pitik e tonggone nganti penyet. Pokok e mbiyen MN ke sering bola-bali rumah sakit. Makane pas gedi nek dikandani ngeweng aku jengkel. (dulu saat masih kecil MN sering sakit-sakitan mbak, bahkan pernah sampai kejang-kejang dan badannya biru. Saat itu saya panik sampai menginjak ayam tetangga hingga penyet. Pokoknya dulu MN sering bolak-balik rumah sakit. Makanya saat sudah besar kalua dibilangin susah saya marah.)</i>	

Lampiran 4. Laporan Hasil Observasi

LAPORAN HASIL OBSERVASI

Hari/Tanggal Observasi : 11 Mei 2025

Hal yang diobservasi : Proses *Hypnotherapy* MN

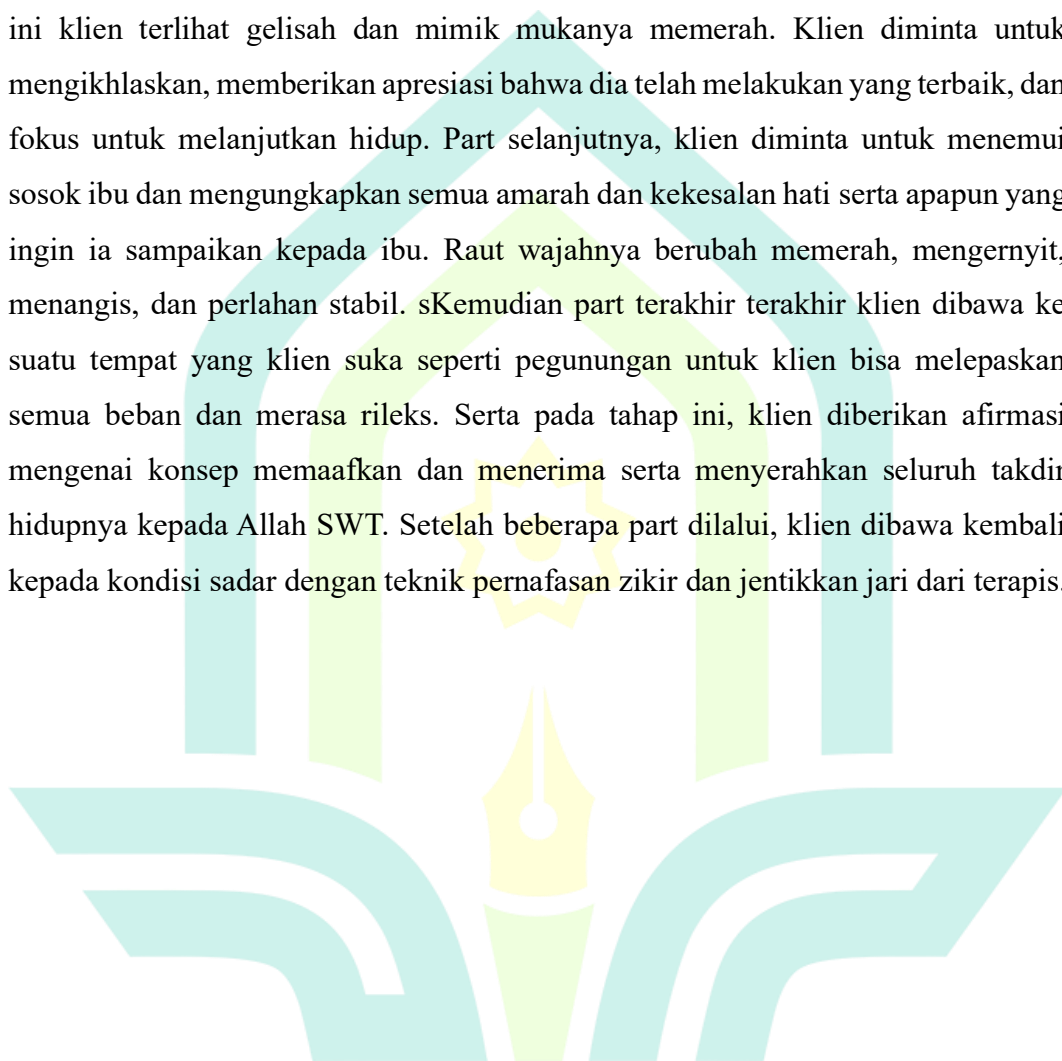
Observasi Tahapan Pelaksanaan *Hypnotherapy*

Klien

Pada saat melakukan observasi di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, MN diterapi dengan menggunakan teknik integrasi antara nilai-nilai spiritual seperti zikir dan doa yang dikombinasikan dengan sugesti. Sebelum memasuki ruang terapi, klien diarahkan untuk mengisi berkas-berkas formulir yang diperlukan klinik. Setelah itu, klien akan diarahkan untuk memasuki ruang praktik. Setelah sampai disana klien dipersilahkan untuk duduk di kursi khusus praktik sembari terapis menyalakan musik relaksasi dan melakukan proses konseling kepada klien dengan membangun hubungan baik dalam komunikasi dan emosional, menanyakan apakah ada pengalaman buruk untuk mengetahui akar permasalahan klien. Setelah mengetahui permasalahan klien, terapis akan menanyakan zikir favorit apa yang biasanya digunakan klien dalam kehidupan sehari-hari.

Sebelum masuk ke dalam tahap induksi, terapis membacakan doa-doa untuk meminta kesembuhan klien kepada Allah SWT. Setelah itu, terapis menyalakan musik dengan suara air mengalir agar klien merasa lebih rileks. Kemudian, klien diminta untuk membacakan zikir dan fokus sembari memejamkan mata. Pembacaan zikir secara berulang, dan suasana ruangan yang dibuat syahdu membuat klien semakin rileks, semakin dalam dan semakin dalam. “sekarang kita akan mulai proses terapinya ya mbak, silahkan pejamkan mata. Lantunkan zikir istighfar dengan menikmati setiap tarikan nafas Anda. Semakin dalam, semakin rileks, semakin nyaman”. Hal tersebut diucapkan oleh terapis secara berulang hingga klien merasa rileks dan terapis menjentikkan jarinya

Setelah masuk ke dalam kondisi trance, klien diminta dan dibawa menuju ke dalam beberapa part dalam hidupnya yang dirasa cukup menyakitkan. Saat masa kecil, ketika konflik dengan ibu, ketika ayah meninggal. Pada part ini ekspresi klien dipenuhi dengan kesedihan. Klien diminta untuk menemui MN kecil untuk memeluk, menguatkan, dan membesarkan hatinya. Kemudian berlanjut ke- fase berikutnya ketika klien menghadapi menghadapi konflik rumah tangga. Pada tahap ini klien terlihat gelisah dan mimik mukanya memerah. Klien diminta untuk mengikhlaskan, memberikan apresiasi bahwa dia telah melakukan yang terbaik, dan fokus untuk melanjutkan hidup. Part selanjutnya, klien diminta untuk menemui sosok ibu dan mengungkapkan semua amarah dan kekesalan hati serta apapun yang ingin ia sampaikan kepada ibu. Raut wajahnya berubah memerah, mengernyit, menangis, dan perlahan stabil. sKemudian part terakhir terakhir klien dibawa ke suatu tempat yang klien suka seperti pegunungan untuk klien bisa melepaskan semua beban dan merasa rileks. Serta pada tahap ini, klien diberikan afirmasi mengenai konsep memaafkan dan menerima serta menyerahkan seluruh takdir hidupnya kepada Allah SWT. Setelah beberapa part dilalui, klien dibawa kembali kepada kondisi sadar dengan teknik pernafasan zikir dan jentikkan jari dari terapis.



Lampiran 5. Dokumentasi

DOKUMENTASI PENELITIAN

Klinik Hypnotherapy Pekalongan

Sertifikat keahlian dan surat perizinan

klinik



Wawancara dengan terapis

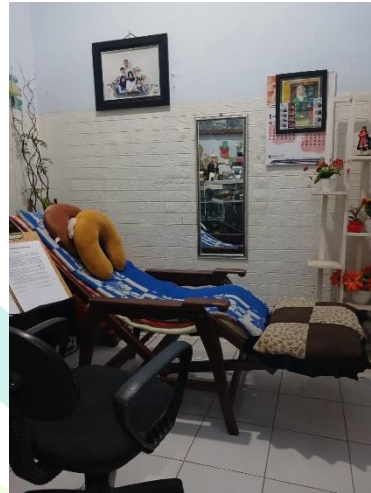
Wawancara dengan klien MN



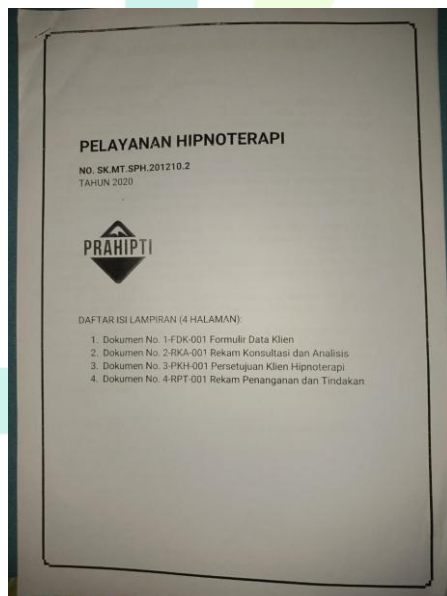
Proses terapi



Ruangan untuk terapi



Dokumen Klinik (Klien MN)



Wawancara dengan DY



Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Penelitian


KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jalan Pahlawan KM. 5 Rowolaku Kajej Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
 www.fuad.uingusdur.ac.id email: fuad@uingusdur.ac.id

Nomor : B-311/Un.27/TU.III.1/TL.00/03/2026 02 Maret 2026
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. Kepala Klinik Hypnotherapy Pekalongan
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Diberitahukan dengan hormat bahwa:

Nama : Siti Rohmalia Agustin
 NIM : 30322008
 Jurusan/Prodi : Tasawuf Dan Psikoterapi
 Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang akan melakukan penelitian di Lembaga/Wilayah yang Bapak/Ibu Pimpin guna menyusun skripsi/tesis dengan judul

"Tazkiyatun Nafs Melalui Hypnotherapy dalam Menyembuhkan Inner Child: Studi Kasus pada Klien Klinik Hypnotherapy Pekalongan."

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon dengan hormat bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dalam wawancara dan pengumpulan data penelitian dimaksud.

Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

a.n.Dekan

Ditandatangani Secara Elektronik Oleh:


Hj. Ida Isnawati, S.E, M.S.I
NIP. 197405102000032002
Kepala Bagian Tata Usaha pada FUAD



Balai
Sertifikasi
Elektronik



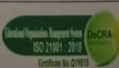
Dokumen ini ditandatangani secara elektronik menggunakan
Sertifikat Elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi
Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN)
sehingga tidak diperlukan tanda tangan dan stempel basah.



JAS-ANZ



Badan Penyelenggara
Penyelenggaraan



OKRA
ISO 27001 : 2018
Certificate No. 017018

Lampiran 7. Surat Keterangan Melakukan Penelitian



**KLINIK
HYPNOTHERAPI PEKALONGAN**
STPT DINKES Kota Pekalongan Nomor : 448/1346/V/2016
YAYASAN INSAN QUANTUM SPIRITUAL
Jl. Darma Bakti Medono Perumahan Griya Permai Blok Kacer No. C.7 Sapuro
Kebulen Pekalongan Barat Kota Pekalongan
E-mail pekalonganhypnotherapy@gmail.com CP: +62-856-4181-2345

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sevta Arisyandi, S. Kep, Ns, CHt, CI, NNLP

Jabatan : Pemilik Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan

Alamat : Jl. Darma Bakti Medono Perumahan Griya Permai Blok Kacer No. C.7
Sapuro Kebulen Pekalongan Barat Kota Pekalongan

Bahwa Mahasiswa Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan:

Nama : Siti Rohmalia Agustin

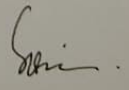
NIM : 30322008

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Benar-benar Mahasiswi tersebut telah melakukan penelitian di Klinik *Hypnotherapy* Pekalongan, pada tanggal 07 Mei 2025 - 03 Maret 2026, guna menyelesaikan tugas skripsi dengan judul, **"TAZKIYATUN NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY PEKALONGAN"**. Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya.

Pekalongan, 07 Mei 2026
Pemilik Klinik,



Sevta Arisyandi S. Kep, Ns, CHt, CI, NNLP
NIP. 19780901200711004

Lampiran 8. Surat Kesediaan Narasumber (Klien MN)

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI NARASUMBER
(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : MN

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 35

Pekerjaan : Wirausaha dan IRT

Status : Klien

Dengan ini menyatakan **bersedia menjadi narasumber** dalam penelitian yang berjudul
**"TAZKIYATUN NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN
INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY
PEKALONGAN "** yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Siti Rohmalia Agustin

NIM : 30322008

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Institusi : UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan

Dengan demikian, saya menyatakan bahwa partisipasi saya dilakukan dengan sadar,
sukarela, dan berdasarkan pemahaman yang cukup mengenai penelitian tersebut.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

11 Mei 2025

Tanda Tangan Narasumber



MN

Tanda Tangan Peneliti



Siti Rohmalia Agustin

*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 Penelitian122

Lampiran 7. Surat Keterangan Melakukan Penelitian123

Lampiran 8. Surat Kesiediaan Narasumber (Klien MN)124



Lampiran 9. Surat Kesediaan Wawancara (Terapis)

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI NARASUMBER
(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sevta Arisyandi, S. Kep, Ns, CHt. CI, NNLP

Jenis Kelamin : Laki-laki

Pekerjaan : Terapis

Status : Terapis

Dengan ini menyatakan **bersedia menjadi narasumber** dalam penelitian yang berjudul
**"TAZKIYATUN NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN
INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY
PEKALONGAN "** yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Siti Rohmalia Agustin

NIM : 30322008

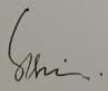
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Institusi : UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan

Dengan demikian, saya menyatakan bahwa partisipasi saya dilakukan dengan sadar,
sukarela, dan berdasarkan pemahaman yang cukup mengenai penelitian tersebut. Pernyataan
ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

07 Mei 2025

Tanda Tangan Narasumber



Sevta Arisyandi, S. Kep, Ns, CHt. CI, NNLP
NIP. 19780901200711004

Tanda Tangan Peneliti



Siti Rohmalia Agustin

Lampiran 10. Surat Kesediaan Wawancara (Subjek Pendukung)

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI NARASUMBER
(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : DY

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 56

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Status : Subjek Pendukung

Dengan ini menyatakan **bersedia menjadi narasumber** dalam penelitian yang berjudul
**"TAZKIYATUN NAFS MELALUI HYPNOTHERAPY DALAM MENYEMBUHKAN
INNER CHILD: STUDI KASUS PADA KLIEN KLINIK HYPNOTHERAPY
PEKALONGAN "** yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Siti Rohmalia Agustin

NIM : 30322008

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Institusi : UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan

Dengan demikian, saya menyatakan bahwa partisipasi saya dilakukan dengan sadar,
sukarela, dan berdasarkan pemahaman yang cukup mengenai penelitian tersebut.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

13 Mei 2026

Tanda Tangan Narasumber



DY

Tanda Tangan Peneliti



Siti Rohmalia Agustin

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)



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
UNIT PERPUSTAKAAN

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kaje Pekalongan, Telp. (0285) 412575 Faks. (0285) 423418
Website : perpustakaan.uingusdur.ac.id Email : perpustakaan@uingusdur.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : SITI ROHMALIA AGUSTIN
NIM : 30322008
Program Studi : TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
E-mail address : siti.rohmalia.agustin@mhs.uingusdur.ac.id
No. Hp : 0882006966081

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☐ Tugas Akhir ☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

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

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data database, mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara fulltext untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Pekalongan, 16 Juli 2026



SITI ROHMALIA AGUSTIN
NIM. 30322008