

**KONSEP PSIKOTERAPI ISLAM MENURUT PEMIKIRAN  
HAJI ABDUL MALIK KARIM AMRULLAH (HAMKA)**

**SKRIPSI**

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



Oleh :

**MAHENDRA GIBRAN**  
**NIM. 2032116016**

**PROGAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2023**

**KONSEP PSIKOTERAPI ISLAM MENURUT PEMIKIRAN  
HAJI ABDUL MALIK KARIM AMRULLAH (HAMKA)**

**SKRIPSI**

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



Oleh :

**MAHENDRA GIBRAN**  
**NIM. 2032116016**

**PROGAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2023**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Mahendra Gibran

NIM : 2032116016

Progam Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“KONSEP PSIKOTERAPI ISLAM MENURUT PEMIKIRAN HAJI ABDUL MALIK KARIM AMRULLAH (HAMKA)”** adalah benar hasil karya sendiri, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, 21 Juli 2023  
Yang Menyatakan,



**Mahendra Gibran**  
**NIM. 2032116016**

## NOTA PEMBIMBING

**Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag.**

Ds. Karangjampo, Kec. Tirto, Kab. Pekalongan

Lamp : 4 (empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdra. Mahendra Gibran

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Progam Studi Tasawuf dan Psikoterapi

di

PEKALONGAN

*Assalamualaikum Wr. Wb.*

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

Nama : **Mahendra Gibran**

NIM : **2032116016**

Jurusan : **Tasawuf Dan Psikoterapi**

Judul : **KONSEP PSIKOTERAPI ISLAM MENURUT PEMIKIRAN HAJI ABDUL MALIK KARIM AMRULLAH (HAMKA)**

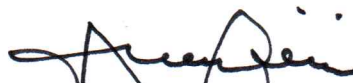
dengan ini mohon agar Skripsi Saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan.

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

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Pekalongan, 21 Juli 2023

Pembimbing,



**Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag.**

**NIP.19740918 200501 1 004**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

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

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

Website: [www.fuad.uingusdur.ac.id](http://www.fuad.uingusdur.ac.id) email: [fuad@uingusdur.ac.id](mailto:fuad@uingusdur.ac.id)

**PENGESAHAN**

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri  
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi Saudara :

Nama : **MAHENDRA GIBRAN**

NIM : **2032116016**

Judul Skripsi : **KONSEP PSIKOTERAPI ISLAM MENURUT  
PEMIKIRAN HAJI ABDUL MALIK KARIM  
AMRULLAH (HAMKA)**

yang telah diujikan pada hari Senin, 24 Juli 2023 dan dinyatakan **LULUS** serta  
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)  
dalam ilmu Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Pengji I

Dr. H. Muhandis Azzuhri, Lc. M.A.  
NIP. 19780105 200312 1 002

Pengji II

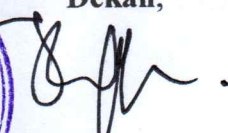
Hj. Qomariyah, S.Sos.I., M.S.I.  
NIP. 19840723 201903 2 003

Pekalongan, 24 Juli 2023

Disahkan Oleh

Dekan,



  
Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag.  
NIP. 19730505 199903 1 002

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

### 1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam system tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi itu sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha	Kh	ka dan ha

د	dal	D	De
ذ	Zal	Z	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	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
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

## 2. Vokal

Vokal tunggal	Vokal rangkap	Vokal panjang
أ = a		أ = ā
إ = i	يا = ai	إي = ī
أ = u	أو = au	أو = ū

## 3. Ta Marbutah

*Ta marbutah* hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh :

مرآة جميلة      ditulis      *mar'atun jamilah*

*Ta Marbutah* mati dilambangkan dengan /h/

Contoh :

فاطمة      ditulis      *fatimah*

## 4. Syaddad (tasyid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberikan tanda *syaddad* tersebut.

Contoh :

ربنا      ditulis      *rabbānā*

البر      ditulis      *al-birr*

## 5. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.



Contoh :

الشمس	ditulis	<i>asy-syamsu</i>
الرجل	ditulis	<i>ar-rajulu</i>
السيدة	ditulis	<i>as-sayyidah</i>

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qamariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh :

القمر	ditulis	<i>al-qamar</i>
البدیع	ditulis	<i>al-badi'</i>
اجلال	ditulis	<i>al-jalāl</i>

## 6. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof /'/.

Contoh :

امرت	ditulis	<i>umirtu</i>
شيء	ditulis	<i>syai'un</i>

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Allah SWT karena atas kehendak-Nyalah saya mampu melalui proses ini.
2. Orangtua saya Bapak Drs. H. Johan Arifin dan Ibu Hj. Mahmudah tercinta yang tanpa lelah mendoakan serta mensupport baik materil maupun nonmateril sehingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini dengan baik.
3. Saudariku dr. Adzkia Silvi Maulida yang telah mendukung, mendoakan, dan mensupport agar selalu semangat pantang menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap keluarga besar dan sahabat-sahabat yang selalu mensupport baik dalam keadaan suka maupun duka dalam pengerjaan skripsi ini.
5. Dosen pembimbingku Bapak Dr. Miftahul Ula, M. Ag. yang dengan penuh sabar selalu membimbing dan membagi ilmunya serta memotivasi dengan sepenuh hati.
6. Dosen waliku Bapak Dr. Amat Zuhri M, Ag yang dengan telaten memberi arahan dari semester awal hingga kini.
7. Dosen-dosen mapel yang pernah memberi ilmu-ilmu di setiap mata pelajaran dari semester awal.
8. Staf-staf FUAD yang sudah membantu kelancaran administrasi.
9. Teman-teman Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2016 yang telah kebersamai.
10. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebut satu persatu.

## MOTTO

الصُّدُورِ فِي لِمَا وَشِفَاءَ رَبِّكُمْ مِّنْ مَّوْعِظَةٍ جَاءَتْكُمْ قَدْ النَّاسُ يَايَّهَا  
لِلْمُؤْمِنِينَ وَرَحْمَةً وَهُدًى

*“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman (percaya dan yakin)”. (Q.S Yunus [10] : 57).*



## ABSTRAK

Gibran, Mahendra. 2023 : *Konsep Psikoterapi Islam Menurut Pemikiran Haji Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka)*. Skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi. Universitas Islam Negeri Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing Dr. Miftahul Ula, M. Ag.

**Kata kunci :** *Pemikiran, Psikoterapi Islam, Hamka.*

Pentingnya tentang kebutuhan psikoterapi Islam sekaligus penyebab timbulnya usaha berupa pengenalan psikoterapi Islam adalah banyaknya orang yang tidak mampu menjalani hidup secara wajar, sehat dan bahagia. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan tentang konsep psikoterapi Islam menurut Hamka, dan relevansi psikoterapi Islam bagi kesehatan jiwa menurut Hamka. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode pendekatan kajian kepustakaan (*library reasearch*). Sumber data utama penelitian ini adalah buku-buku karya buya Hamka tentang tasawuf seperti Tasawuf Modern dan Renungan Tasawuf. Adapun sumber data sekunder berupa jurnal terakreditasi dan sebagainya. Menurut Hamka konsep psikoterapi Islam dijabarkan dalam suatu bentuk-bentuk terapi tasawuf yang mendasarinya, yakni : Terapi dengan sifat Qana'ah, Zuhud, Sabar, dan Tawakal. Relevansi psikoterapi Islam terhadap kesehatan jiwa menurut Hamka, ada tiga: *pertama*, Psikoterapi Islam Membangun kehidupan rohani di dalam jiwa. *Kedua*, Psikoterapi Islam menumbuhkan kesadaran cinta mendalam kepada Allah dan Agama dalam jiwa seseorang. Dan *ketiga*, Psikoterapi Islam membangun pertahanan jiwa sehat terhadap nafsu syahwat dan kemarahan.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah Robbil Alamin, puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Sholawat serta salam kami sanjungkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, semoga kita termasuk umatnya yang akan mendapat syafa'at beliau.

Dalam penyusunan skripsi yang berjudul ““Konsep Psikoterapi Islam Menurut Pemikiran Haji Abdul Malik Karim Amrullah”,”, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata atau S1 Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan support, semangat, bimbingan dan saran-saran dari beberapa pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Sudah sepantasnya penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Rektor Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag.
2. Bapak Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan atas segala kebijakan dan bimbingannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sekaligus dapat menyelesaikan dalam Ilmu Ushuluddin Adab dan Dakwah.
3. Ibu Cintami Farmawati, M.Psi. , selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang memberikan motivasi dan bimbingan kepada penulis.
4. Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag., selaku Dosen Pembimbing yang selalu bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Para Dosen Pengajar di lingkungan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah

membekali berbagai ilmu, sehingga penulis mampu menyelesaikan program strata satu (S1).

6. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Pekalongan, 21 Juli 2023

Penulis,



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
NOTA PEMBIMBING .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI .....	v
PERSEMBAHAN.....	ix
MOTTO .....	x
ABSTRAK.....	xi
KATA PENGANTAR .....	xii
DAFTAR ISI .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Kegunaan Penelitian .....	9
E. Tinjauan Pustaka.....	10
F. Metode Penelitian .....	18
G. Sistematika Pembahasan .....	23
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Pengertian Psikoterapi Islam .....	24
B. Objek Psikoterapi Islam.....	27
C. Fungsi Psikoterapi Islam .....	30
D. Tujuan Psikoterapi Islam .....	32
E. Metode dan Tahapan Psikoterapi Islam.....	34
F. Macam Penyakit Hati Dalam Lingkup Kajian Psikoterapi Islam...	41
G. Macam-macam Psikoterapi Islam .....	43

### BAB III HAMKA DAN BIOGRAFI INTELEKTUAL

- A. Riwayat Hidup Hamka dan Latar Belakang Pendidikan ..... 48
- B. Pandangan Hamka Tentang Psikoterapi ..... 54
- C. Hamka Tokoh Sufi dan Karya-Karya Hamka ..... 57

### BAB IV KONSEP PSIKOTERAPI ISLAM HAMKA

- A. Konsep Psikoterapi Islam Menurut Hamka..... 59
- B. Relevansi Psikoterapi Islam Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut Hamka..... 67
- C. Analisis Konsep Psikoterapi Islam dan Relevansi Psikoterapi Islam Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut Hamka..... 70

### BAB V PENUTUP

- A. Simpulan..... 74
- B. Saran ..... 76

### DAFTAR PUSTAKA

### LAMPIRAN





# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Abdul Malik Karim Amrullah atau dikenal dengan Hamka adalah tokoh neo-sufisme dalam dunia tasawuf Islam. Terdapat beberapa karya Hamka, dimana pada salah satu karyanya, terdapat tema berkaitan dengan fokus bahasan kesehatan jiwa atau mental dalam hal ini berkaitan nilai religiusitas (ketasawufan) dan psikoterapi.<sup>1</sup> Menelisik tentang penokohan Hamka adalah tokoh tasawuf Indonesia yang merupakan seorang pembaharu Islam dengan paradigma pemikiran modernis, termasuk dalam dunia tasawuf. Hamka pada sisi lainya dilihat ulama reformis yang mempunyai pandangan visi pembaharu. Ia punya sifat kritis pada tasawuf dan corak pandangannya lebih kearah sifat rasional.<sup>2</sup>

Hamka merupakan seorang tokoh yang produktif didalam karya tulisnya dibuktikan dengan banyaknya karya buku yang di tulisnya.<sup>3</sup> Dalam kajian psikologi ia merupakan salah satu tokoh sufi modernis membahas kejiwaan yang mengarah pada psikoterapi dari segi pandangan agama Islam.<sup>4</sup> Kesadaran betapa penting psikoterapi berlandaskan corak islami terkhusus individu beragama islam, dari kebutuhan manusia kepada kehidupan tentram secara lahir batin, tidak mudah untuk digapai, karena

---

<sup>1</sup> Khudori Husnan, "*Telaah Atas Tasawuf Buya Hamka Tentang Kesehatan Jiwa*", Jurnal Kultur, Ekonomi dan Perubahan Sosial. Vol, 1 No, 2. (Juli, 2014). h. 33-34.

<sup>2</sup> Salihin, "*Pemikiran Tasawuf Hamka dan Relevansinya Terhadap Kehidupan Modern*", Jurnal Manthiq Vol. 1, No. 2, November 2016, h. 180.

<sup>3</sup> Salihin, "*Pemikiran Tasawuf...*", h. 180-181..

<sup>4</sup> Khudori Husnan, "*Telaah Atas Tasawuf Buya Hamka...*", h. 33.

masih sulit terhindarkan dari halangan yang ada di dalam atau luar diri.<sup>5</sup> Psikoterapi adalah kearah mengobati ranah internal pikiran, ilmu psikologis digunakan sebagai metode perawatan hingga pengobatan gangguan psikis atau jiwanya. model pengatasan gangguan pada kejiwaan disini melingkupi berbagai teknik.<sup>6</sup>

Psikoterapi tidak sekedar penyembuhan atau pengobatan jiwa, bisa diartikan mempertahankan dan mengembangkan jiwa yang sehat.<sup>7</sup> Diskursus psikoterapi (*Psychoterapi*) dipahami sebagai pengobatan lewat usaha batiniah. Bahkan dengan menggunakan keyakinan agama, atau peyembuhan penyakitnya seperti mental, susah menyesuaikan diri setiap waktu dengan adanya teknik teknik tertentu.<sup>8</sup> Konsep psikoterapi Islam meliputi pengajaran mengatasi penyakit melalui penyembuhan, pengobatan dari petunjuk sumber utama yakni Al-Qur'an, dan Thibbun Nabawi (sunnah). Ini dipahami empirik nya lewat pengajaran dan petunjuk Allah, hingga para ahli waris utusan-Nya.<sup>9</sup> Sesuai surat Yunus ayat 57, pada dasarnya manusia diberi petunjuk serta rahmat, juga pelajaran dari Allah dan suatu penyembuh penyakit didalam dada terutama bagi orang-orang yang beriman.<sup>10</sup>

---

<sup>5</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami*, Cet Ke-1 (Jakarta: Bulan Bintang, 2002), h. 25.

<sup>6</sup> Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*, (Malang: UIN-Malang Press, 2009), h. 191.

<sup>7</sup> Imam Malik, *pengantar psikologi umum*, Cet. Ke-1 (Yogyakarta: Kalimedia, 2016), h. 266.

<sup>8</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Al-Manar, 2004), h. 228.

<sup>9</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling...*, h. 228.

<sup>10</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan...*, h. 227.

Hal ini diinterpretasikan dari al-Qur'an dan Sunnah kedalam ilmu penyakit kejiwaan. Kejiwaan atau gangguanya lewat penerobosan psikis. Istinbath, iqtibas dan istiqro merupakan dasar pembangunan ketegakan metodologinya. Proses istinbath adalah pemikiran Pikoterapi dari Qur'an dan Sunnah sebagai acuan pemahaman nalarnya. Iqtibas adalah pemahaman nalar tapi tidak bertentangan Qur'an dan Sunnah lewat duplikasi hasil pemikiran ijtihad dari ahli ahli psikoterapis. Istiqro adalah hasil riset maupun pengalaman empirik dan spiritual tentang Psikoterapi yang dijadikan pemahaman nalar.<sup>11</sup> Ruang lingkupnya adalah manusia (insan) secara utuh. Ini merupakan titik terfokus dari pengobatan atau penyembuhan dan perawatan.<sup>12</sup>

Mental, spiritual, moral (akhlak), Fisik (jasmaniah) terkait meliputi ini. Pertama, mental yakni fikiran, akal, ingatan dihubungkan dengan itu. Kedua, spiritual yakni yang seperti nilai transedental, persoalan kerohanian atau ruh, religiusitas dalam semangat hatinya, contohnya kesalehan, keimanan intinya hubungannya dengan itu. Ketiga, moral (akhlak), yakni punya refleksi momentum perbuatannya sendiri tidak ada pemikiran karna sudah melekat dialam bawah sadar hatinya. Keempat, fisik (jasmaniah) seperti lewat dokter lebih tepatnya biasa disebut gabungan dengan terapi medikal.<sup>13</sup> Dalam dunia psikoterapi Islam juga terdapat Teknik dan metode sebagai landasan utama penerapannya.

---

<sup>11</sup> Isep Zainal Arifin, "Dasar-Dasar Psikoterapi Islam", Jurnal Irsyad Vol. 1, No. 1, Desember 2008. h. 19.

<sup>12</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan...*, h. 237-251.

<sup>13</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan...*, h. 237-251.

Teknik dan metode dalam psikoterapi Islam berhubungan erat dengan perkembangan dunia Islam hingga dunia kontemporer. Mulai era munculnya berbagai tokoh Islam di dunia cendekiawan medis. Dunia filsuf terfokus mursyid, dibahaslah banyak istilah mulai seluk beluk jiwa kemudian rohaniah hingga semendalam mungkin. Berbagai metode yang digunakan adalah Tasawuf dan jalan Tarekat, salah satunya itu untuk membahas kejiwaan manusia.<sup>14</sup> Ditilik metodologi yang melalui jalan istinbath, iqtibas, istiqro dijabarkan metode atau teknik seperti Tashowuf - Thoriqot, Dzikir, Shalat, Puasa, Do'a, dan Ilmu Hikmah (Tidak dinisbathkan pada praktek perdukunan).<sup>15</sup>

Psikoterapi Islam bila dihubungkan salah satu sumbernya yakni Al-Qur'an, mengemukakan adanya unsur yang dinamakan jiwa (nafs) dalam diri manusia. Al A'raff ayat 205 terdapat kata *Nafs* dari bahasa arab. Merujuk kata "nafs" adalah kebanyakan dijelaskan disisi paling dalam eksistensi manusia diciptakan. Senada pendapat ahli dan lebih sedikit di ranah jasmaninya, intinya yang dibahas itu sifat aspek rohaniahnya.<sup>16</sup> Ditilik tentang pembahasan psikoterapi Islam bersumber al-Qur'an, sangat kental pesan – pesan ilmu pengetahuan kejiwaan. Yang sangat mendasar adalah keilmuan ini memandu kepada manusia lewat iman dan taqwa dalam diri menegakan perasaan ketuhanan secara menyeluruh.<sup>17</sup>

---

<sup>14</sup> Isep Zainal Arifin, *Dasar-Dasar Psikoterapi...*, h. 16.

<sup>15</sup> Isep Zainal Arifin, *Dasar-Dasar Psikoterapi...*, h. 19.

<sup>16</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan...*, h. 226-227.

<sup>17</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikologi Kenabian: Menghidupkan Potensi dan Kepribadian Kenabian Dalam Diri* (Yogyakarta: Fajar Media Press, 2010), h. 226-227.

Dalam QS. Asy- Syams ayat 7-10, bisa diambil simpulan bahwa Allah telah mengilhamkan jiwa manusia kepada kefasikan dan ketakwaan. Dan beruntunglah manusia yang berusaha menyucikannya.<sup>18</sup> Pentingnya tentang kebutuhan psikoterapi Islam dapat ditilik dari berbagai persoalan seiring perkembangan zaman. Dahulu tumpuan utama tempat orang mengadu dan meminta nasihat adalah tokoh agama/alim ulama. Apabila terjadi masalah yang sulit diatasi baik masalah pribadi, keluarga dan masyarakat lingkungan, orang pergi memohon petunjuk/nasihat kepada ulama kepercayaanya. Kemudian ilmu pengetahuan dan teknologi berkembang pesat, sehingga masalah masalah baru timbul, sehingga kebutuhan akan pengetahuan baru pun bermacam-macam terutama dari pengetahuan tokoh agama dan ulama.<sup>19</sup>

Disamping itu nasihat dan petunjuk yang diperlukan manusia didalam zaman kemajuan pun semakin begitu beragam.<sup>20</sup> Diantara penyebab timbulnya usaha berupa pengenalan psikoterapi Islam adalah banyaknya orang yang tidak mampu menjalani hidup secara wajar , sehat dan Bahagia.<sup>21</sup> Ada persoalan tertentu dari cepatnya perkembangan dan perubahan yang terjadi dalam berbagai lingkungan hidup.<sup>22</sup> Perubahan-perubahan tersebut yakni ubahan yang terjadi pada masyarakat dan ubahan yang terjadi pada keberagaman. Ubahan yang terjadi pada masyarakat

---

<sup>18</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling...*, h. 43.

<sup>19</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 9.

<sup>20</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 9.

<sup>21</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 11.

<sup>22</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 11.

dapat dilihat setelah masyarakat menjadi maju, terjadilah perubahan sikap masyarakat.<sup>23</sup>

Perubahan itu meliputi merubahnya pola perilaku kepada banyak hal maupun situasi. Terutama yang berkaitan dengan tatakrama, kesantunan, akhlaq hingga *life style*. Dibuktikan oleh kurang matang perkembangan ruhani para oknum manusia (contohnya anak-anak, kaum muda atau remaja). Didukung juga dari contoh mudah terpengaruh pergaulan negatif yang membuat senang kemudian diduplikat perilakunya dan akhirnya semakin tergiur.<sup>24</sup> Pengaruh yang dilandasi ketidak kritis, apakah hal tersebut baik atau buruk. Banyak dari penguat ini juga sampai bahkan membahayakan diri.<sup>25</sup> Akibat dari seiringnya perubahan-perubahan dari sikap manusia, perasaan cemas dan pikiran galau sering kali mendorong tumbuhnya perbuatan yang kurang baik.

Bahkan mungkin sekali menyebabkan timbulnya gejala gangguan kejiwaan dan psikologi secara perlahan. Kemudian muncul pertanyaan bagaimana mengatasi masalah yang menimpa sebagian anggota masyarakat yang mudah terkena pengaruh buruk itu. Bagaimana pula menjaga generasi muda dan anak – anak agar selamat dari bahaya kegalauan dan kegoncangan. Daripada itu, muculah jawaban yakni berupa pelayanan kejiwaan dan agama.<sup>26</sup> Kebutuhan akan psikoterapi Islam melalui bimbingan agama maupun pelayanan kejiwaan salah satunya

---

<sup>23</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 17.

<sup>24</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 17-18.

<sup>25</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 17-18.

<sup>26</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 19.

adalah sebagai jawaban. Jawaban persoalan perubahan-perubahan sikap manusia dalam proses kemajuan zaman.

Agama sejatinya diciptakan sebagai pedoman, pembimbing, petunjuk pada mahluk-Nya menjalani roda kehidupan. Poin utama yakni hidup tenang, bahagia, dan bahu membahu dengan lainnya. Disini ada manusia disebut utusan sebagai risalah petunjuk serta teladan terbaik yakni para nabi dan rasul. Para utusan ini kemudian menjadi role model dalam agama yang dibawanya, artinya poin utama membimbing insan pada cara yang baik dan bermuamalah atau berpendapat dengan baik. Dipahami bahwa banyak petunjuk dan pedoman hidup dipanggul nabi maupun rasul, dan agama yang di bawanya terkait fungsi kejiwaan ada bahasa arti tersendiri dan penting. Dalam kaitan ini berfungsi sebagai penyembuhan (kuratif), pencegahan (preventif) dan pembinaan (konstruktif).<sup>27</sup>

Dalam karya Hamka “Tasawuf Modern” terdapat bentuk konsep dasar tentang psikoterapi Islam berlandaskan tasawuf. Hamka di bab IV dalam bukunya menyatakan bahwa “Hendaklah dijaga sebab-sebab penyakit, jika jiwa yang utama, tentulah kehendaknya utama pula, mencari ilmu dan hikmah dan segala jalan untuk menjaga kebersihan diri”<sup>28</sup>. Salah satu dokter sahabat Hamka pula pernah menyarankan kepada pasiennya untuk membaca karya Hamka “Tasawuf Modern” guna menentramkan jiwanya dan melekaskan sembahnya.<sup>29</sup>

---

<sup>27</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 19-22.

<sup>28</sup> Hamka, *Tasawuf Modern*, Cet. Ke-XII, (Jakarta: Penerbit Republika, 2020), h. 161.

<sup>29</sup> Hamka, *Tasawuf Modern...*, h. xiii

Studi tentang Hamka telah diulas terutama kaitanya dengan kesehatan mental dan psikologis. Diantaranya oleh Skripsi ditulis oleh Muhammad Sukamdi berjudul “Konsep Taubat Menurut Hamka Dalam Kesehatan Mental”, Tesis ditulis oleh Helmun Jamil berjudul “Nilai-Nilai Psikologis Dalam Al-Fatihah Menurut Hamka (Studi Analisa)”, Jurnal ditulis oleh Khudlori Husnan “Telaah Atas Tasawuf Buya Hamka Tentang Kesehatan Jiwa”. Namun kajian kajian tersebut belum sampai kepada perumusan tentang psikoterapi menurut Hamka.

Berdasar pada latar pemikiran diatas, penulis terdorong mengkaji lebih lanjut untuk mengkaji tentang pemahaman konsep Psikoterapi Islam menurut Hamka. Maka dari itu penulis mendedikasikan dalam penelitian yang berjudul “ Konsep Psikoterapi Islam Menurut Haji Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka)”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan latar belakang sebelumnya, agar punya penggambaran menyeluruh dan arah pembahasan jelas, untuk itu ditegaskan rumusan permasalahanya.

Hal ini didasari rumusan masalah disajikan sebagai rambu rambu yang dapat menuntun melewati tahap peneltian, petunjuk utama sebuah penelitian, maupun pertanyaan yang harus dijawab dalam penelitian.<sup>30</sup>

Pokok permasalahan dari penyelesaian hal diatas dirumuskan :

1. Bagaimana Konsep Psikoterapi Islam menurut Hamka?

---

<sup>30</sup> John W. Creswell, *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif kuantitatif dan Campuran*, Terjemahan Achmad Fawaid dan Rianayati Kusmini, Cet. Ke-1, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Edisi IV, 2016), h. 186.



2. Bagaimana Relevansi Psikoterapi Islam Bagi Kesehatan Jiwa menurut Hamka ?

### C. Tujuan Penelitian

Pada umumnya tujuan penelitian merupakan gagasan inti dari suatu penelitian.<sup>31</sup> Deni Darmawan mengemukakan tujuan utama penelitian yakni tujuan eksploratif (penemuan), tujuan verifikatif (pengujian), tujuan developmental (pengembangan).<sup>32</sup> Merujuk rumusan masalah diatas, maka dapat diperoleh tujuan:

1. Agar mengerti Konsep Psikoterapi Islam menurut Hamka.
2. Agar mengerti Relevansi Psikoterapi Islam Bagi Kesehatan Jiwa menurut Hamka.

### D. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis

Adapun kegunaan secara teoritis penulis mengharapkan dapat menyumbangkan hazanah pengetahuan ilmu maupun menjadi referensi baik kepada mahasiswa jurusan Taswuf dan Psikoterapi, civitas akademik, maupun masyarakat umum. Diharapkan pula penelitian ini sebagai pijakan pada penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan konsep psikoterapi Islam dari pemikiran tokoh tokoh Islam untuk bahan kajian lebih dalam lagi.

---

<sup>31</sup> John W. Creswell, *Research Design: Pendekatan...*, h. 164.

<sup>32</sup> Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Cet. Ke-3 (Bandung: Rosdakarya, 2016), h. 9.

## 2. Secara praktis

Adapun kegunaan ini yakni kehadiran konsep psikoterapi yang digali dari pemikiran Hamka diharapkan pula menjadi sumbangan keilmuan bagi para psikoterapis ataupun konselor dalam mengatasi problematika masyarakat didalam perkembangan zaman khususnya melalui psikoterapi berlandaskan tasawuf Islam.

### E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka membantu peneliti untuk menentukan arah atau topik dan akan memberikan pengetahuan luas bagi peneliti dalam membatasi ruang lingkup penelitiannya.<sup>33</sup>

Tujuan utama adalah memberikan informasi ke pembaca beberapa hasil penelitian lainnya dengan penelitian yang saat itu dilakukan bahwa hal itu berkaitan erat, serta agar terhubungnya lieteraturyang ada dengan penelitiannya. Tinjauan ini mempertegas pentingnya penelitian dari adanya kerangka kerja dan tolak ukur penelitian tersebut.<sup>34</sup>

#### 1. Analisis Teoritis

Pembahasan tentang kajian dalam penelitian ini berawal dari pandangan konsep *Tazkiyatun Nafs* (penyucian jiwa) Imam Al-Ghazali melalui takhalli (usaha disikongkanya diri akhlak tercela), tahalli (mengisi akhlak mulia) dan tajalli (terbuka pembatas diri, menampakan sifat-sifat ketuhanan).<sup>35</sup> Kemudian juga pandangan

<sup>33</sup> John W. Creswell, *Research Design: Pendekatan...*, h. 32.

<sup>34</sup> John W. Creswell, *Research Design: Pendekatan...*, h. 36.

<sup>35</sup> Al-Ghazali. *Ringkasan Ihya Ulumuddin*, Terj. Bahrn Abu Bakar, Cet. Ke-III (Bandung: Penerbit Sinar Baru Algensindo, 2014), h. 50-51.

teoritis Carl Gustav Jung, yang mengemukakan yakni psikoterapi bisa dipakai untuk penyembuhan (kuratif) dan pencegahan (preventif). Kemudian sebagai pemeliharaan (konstruktif) dan mengembangkan kejiwaan sehat. Ilmu pengetahuan ini bantu penderita tuk memahami dengan sendirinya atas diri, tahu bagaimana akar benih psikopatologi dan kesulitan penyesuaian diri, serta dikasihkan perspektif jauh kedepan dalam kehidupan jiwa yang cerah. Kedua, bantu penderita mendiagnosa bentuknya psikopatologi. Ketiga, bantu penderita tentukan langkah praktisnya kemudian terapi pelaksanaannya. Kaitan ini menjelaskan bahwa ada orang tidak sadar mengalami sakit kejiwaan. Orang tersebut bahkan tidak paham dan mengerti bagaimana cara mengatasinya.<sup>36</sup> Psikoterapi Islam merupakan bagian dari salah satu pengembangan dari ilmu psikoterapi secara umum. Beberapa ahli psikoterapi Islam menjelaskan sebagai berikut:

a. Amir An-Najar

Amir An-Najar dalam pemikirannya, untuk menuju jiwa sempurna, pencegahan penghalangnya, maupun menerapi barbagai sakitnya adalah melalui tahapan dalam Maqam (kedudukan spiritual) dan Ahwal (keadaan spiritual). Dijelaskan keadaan-keadaan spiritual (ahwal) yang menempel di dalam hati seorang yang menempuh jalan pengobatan seorang sufi adalah guncangan (tharb), kesedihan (huzn), kesahayaan (basth), dan kesempitan

---

<sup>36</sup> Mubasyir, "Pendekatan Psikoterapi Islam dan Konseling Sufistik Dalam Menangani Masalah Kejiwaan, *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 8, No. 1, Juni 2017, h, 197-198.

(qabdh). Dijelaskan kedudukan spiritual yang merupakan Upaya seorang hamba adalah tobat, wara', zuhud, sabar, syukur, Ikhlas, makrifat dan mahabbah.<sup>37</sup> Amir An-Najar dalam teori pemikirannya menjelaskan bahwa Maqam (kedudukan spiritual) dan Ahwal (keadaan spiritual) adalah pembawa pada kesempurnaan jiwa, hal ini ditujukan pula sebagai sarana pengobatan jiwa ataupun psikoterapi berlandaskan islam.<sup>38</sup>

Amir An-Najar dalam bukunya yang berjudul Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern menjelaskan bahwa ada relevansi antara psikoterapi berlandaskan sufistik yang berkaitan erat dengan ilmu tasawuf dengan psikoterapi modern. Psikoterapi berlandaskan sufistik yang dipelopori oleh sufi-sufi telah menyalip psikolog modern tuk memahami macam-macam penyakit kejiwaan, sebab sampai kerusakanya. Sufi tersebut adalah psikolog dengan memakai teknik metode instropeksi dan perenungan diri semendalam mungkin menjelajahi ruang jiwa.<sup>39</sup> Lebih lanjut lagi psikoterapi yang berlandaskan tasawuf yang digali dari asas keilmuan agama Islam, membawa ketegasan betapa vital moral dan akhlak pada hidup manusia berbasis tasawuf akhlaqi.<sup>40</sup>

---

<sup>37</sup> Amir An-Najar, *Psikoterapi Sufistik Dalam Kehidupan Modern*, Terj. Ija Suntana, Cet. Ke-1 (Jakarta Selatan: Penerbit Hikmah, 2004), h. 42.

<sup>38</sup> Amir An-Najar, *Psikoterapi Sufistik....*, h. 41.

<sup>39</sup> Amir An-Najar, *Psikoterapi Sufistik....*, h. 193.

<sup>40</sup> Khudori Husnan, "*Telaah Atas Tasawuf....*", h. 39.

b. Khairunnas Rajab.

Khairunnas dalam pemikirannya menyatakan bidang kajian interaktif Islam dengan psikologi meliputi konseling, psikoterapi, dan kesehatan mental Islam. Para psikolog beragama muslim telah berupaya mengislamisasikan psikologi guna menjawab problematika psikologi modern merupakan psikologi Islam. Terapi religio Islam, memformulasikan kembali model kepada teknik rekonstrif dimana nilai holistiknya merupakan metodologinya. Islam terkandung bermacam aspek tuk mendukung pendekatan modelnya, yakni iman, ibadah, ihsan, dan tasawuf.<sup>41</sup>

c. Zakiyah Darajat

Zakiyah Darajat dalam buah pemikiran menjelaskan psikoterapi Islami erat kaitanya dengan kesehatan jiwa. Kesehatan jiwa atau mental yakni wujudnya keharmonisasian diantara fungsi jiwa dan sanggup menghadapi problem, dan mampu dalam arti positif merasakan dirinya. Zakiah Daradjat lebih lanjut menjelaskan bahwa kesehatan jiwa terhindar dari gejala-gejala gangguan mental atau jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit mental atau jiwa (*psikosis*). Zakiyah juga menjelaskan psikoterapi adalah pengobatan kejiwaan yang dilakukan oleh seorang ahli psikoterapi yang mengetahui bermacam-macam

---

<sup>41</sup> Khoirunnas Rajab, *Psikoterapi Islam*, Cet. Ke-1 (Jakarta: Amzah, 2019), h. 179-181.

gangguan kejiwaan (neurosis). Psikoterapi yang memanfaatkan ajaran Islam dalam proses psikoterapi disebut psikoterapi Islami.<sup>42</sup>

Gangguan kejiwaan (neurosis) adalah gangguan (penyakit) yang menyerang perasaan seseorang. Misal marah, benci, kecewa, yang tidak mampu diatasi sendiri. Penyakit kejiwaan (psikosis) menyerang pikiran seseorang dan yang bersangkutan tidak menyadari adanya penyakit tersebut pada dirinya.<sup>43</sup> Zakiyah Darajat dalam teorinya menjelaskan untuk mengobati gangguan kejiwaan diperlukan penerapan prinsip-prinsip konsep Islami yakni tawakal, sabar, taubat dan zikrullah. Zakiyah Darajat mendefinisikan Psikoterapi Islami terdiri dari macam penyakit hati (gangguan psikologis), asas filosofis psikoterapi Islami, prinsip-prinsip pelaksanaan psikoterapi Islami dan terdapat metode maupun teknik pelaksanaan psikoterapi Islami. Gangguan psikologis atau penyakit hati serta dijelaskan pintu-pintu bagi syetan untuk menggoda manusia.<sup>44</sup>

## 2. Penelitian Yang Relevan

Bertolak dari penjelasan sebelumnya peneliti memahami melalui observasi belum ditemukan fokus khusus dari penulisan ilmiah seperti artikel, jurnal, skripsi maupun tesis tentang kajian Konsep Psikoterapi Islam Menurut Haji Abdul Malik Karim Amrullah

---

<sup>42</sup> Zakiyah Darajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 5-6.

<sup>43</sup> Zakiyah Darajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 5-7.

<sup>44</sup> Zakiyah Darajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 154-155.

(Hamka). Namun, ditemukan penelitian yang mengkaji pemikiran Beliau, dan terhubung pada tema, diantaranya:

Skripsi yang ditulis oleh Umi Salamah Ansori, Mahasiswi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam 2014, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta berjudul “*KONSEP DAN METODE PSIKOTERAPI PROFETIK (Studi Pemikiran Hamdani Bakran Adz-Dzakiey dalam Buku Konseling dan Psikoterapi Islam)*” menjelaskan psikoterapi profetik ada empat sumber diantaranya A;-Qur’an, Al-Hadist, Empiris (Pengalaman) dan Science (ilmu pengetahuan). Dan terdapat dua metode. Pertama metode pengumpulan bahan berupa metode ilmiah dan profetik. Kedua metode terapannya yakni pengosongan (Takhalli), pengisian (tahalli), dan tersingkapnya penghalang (tajjalli).<sup>45</sup>

Karya akhir skripsi Muhammad Sukamdi, Jurusan BPI 2010, Fakultas Dakwah, UIN Semarang berjudul “*Konsep Taubat Menurut Hamka Dalam Kesehatan Mental (Analisis BKI)*” intinya taubat itu rasa menyesal kemudian setelah itu berbuat baik dan mohon ampun kepada Allah dengan berusaha tidak berbuat dosa semaksimal mungkin. Hamka berpendapat taubat ditinjau dari ini adalah membentuk sehat mental. Menjelaskan taubat pada hakikatnya adalah suatu penyesalan dengan cara berbuat baik dan menjauhi segala dosa serta selalu memohon ampun kepada Allah. Hamka menjelaskan

---

<sup>45</sup> Umi Salamah Ansori, Skripsi: *KONSEP DAN METODE PSIKOTERAPI PROFETIK (Studi Pemikiran Hamdani Bakran Adz-Dzakiey dalam Buku Konseling dan Psikoterapi Islam)*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2014).

konsep tobat pada perspektif kesehatan mental ditilik pada bimbingan dan konseling Islam, ialah tobat diindikasikan bisa menciptakan mental sehat paripurna.<sup>46</sup>

Tesis yang ditulis oleh Helmun Jamil, Mahasiswa Progam Studi Ilmu Agama Islam 2016, Pascasarjana Institut PTIQ Jakarta berjudul “*Nilai-Nilai Psikologis Dalam Al-Fatihah Menurut Hamka (Studi Analisa)*” menjelaskan bahwa Hamka telah menafsirkan dua pendekatan kebutuhan manusia dan mental abnormal. Kemudian ada korelasi konsep kasih sayang (*rahman* dan *rahim*) terhadap hierarki kebutuhan manusia Maslow. Kedua, konsep keabnormalan mental ditafsirkan orang yang menjauhi Allah, kebanyakan dari mereka lama lama mengalami galau, takut, *insecure* intinya pada gangguan mental.<sup>47</sup>

Jurnal penelitian yang ditulis Khudori Husnan, Mahasiswa Pasca Sarjana STF Driyarkara berjudul “*Telaah Atas Tasawuf Buya HAMKA Tentang Kesehatan Jiwa*” menjelaskan terdapat sebuah buku karya fenomenal Hamka yakni Tasawuf Modern, dimana karya tersebut, berkaitan dengan tema dalam hal hubungan nilai religiusitas (ketasawufan) dan psikoterapi difokuskan pada bahasan kesehatan jiwa dari bagian pendahuluan Tasawuf Modern Cet. Ke-XII, bahwa dokter sahabat Hamka, pernah menasihai pasiennya agar membaca ‘Tasawuf

---

<sup>46</sup> Muhammad Sukamdi, Skripsi: *Konsep Taubat Menurut Hamka Dalam Kesehatan Mental (Analisis BKI)*, (Semarang: UIN Walisongo, 2010).

<sup>47</sup> Helmun Jamil, Tesis: *Nilai-Nilai Psikologis Dalam Al-Fatihah Menurut Hamka (Studi Analisa)*, (Jakarta: PTIQ, 2016).



Modern', agar jiwanya lebih tenang dan melepaskan semburatnya". Dalam hal lain bahwa tasawuf modern terdapat pembahasan tentang jiwa dan badan sehat, mencakup memelihara jiwa maupun mengobati jiwa.<sup>48</sup>

### 3. Kerangka Berfikir

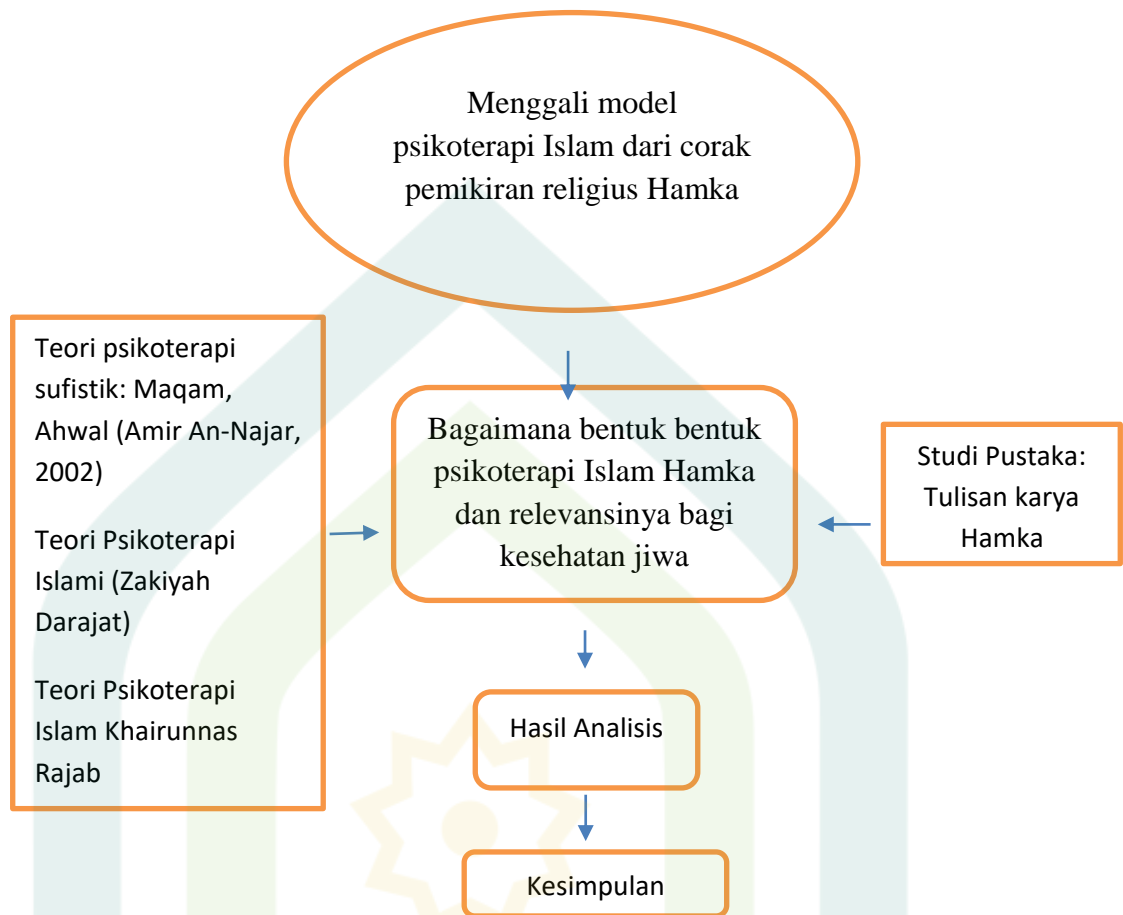
Kerangka berpikir merupakan sintesis dari serangkaian teori yang terluang dalam landasan teori, yang pada dasarnya merupakan gambaran sistematis dari kinerja teori dalam memberikan solusi atau alternatif solusi dari serangkaian masalah yang ditetapkan.<sup>49</sup>

Pada tingkat ini, ditilik beberapa kajian dan analisis teori bisa dibuat kerangka yakni proses penelitian penulis menggali dan memaparkan tentang psikoterapi Islam dalam konsep pemikiran Hamka, dan nanti akan ditemukan keterkaitan dengan kesehatan jiwa dalam perspektif Hamka. Dan merujuk fenomena yang dijelaskan pada latar belakang penelitian, penulis akan memaparkan peran psikoterapi Islam terhadap kesehatan jiwa dalam perspektif Hamka. Oleh karenanya, penulis memvisualisasikan dengan tabel sebagai berikut:

---

<sup>48</sup> Khudori Husnan, *Telaah Atas Tasawuf Buya ...*, h. 34.

<sup>49</sup> Makrum Kholil, *Pedoman Penulisan Skripsi STAIN Pekalongan* (Pekalongan: STAIN Press, 2015), h. 21.



## F. Metode Penelitian

### 1. Jenis Penelitian

Jenis Penelitian digunakan disini adalah kualitatif, dengan metode digunakan dalam studi kualitatif ini adalah kajian pustaka (*library research*) artinya sumber penelitian yang utama adalah telaah buku-buku pustaka, sebagai acuannya. Dijelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah pengumpulan data di suatu latar alamiah, metodenya alamiah pula, dengan maksud menafsirkan fenomena berkontekstual khusus, salah satu metode yang digunakan seperti pengamatan dan pemanfaatan dokumen. Penelitian kualitatif didasarkan pada upaya

membangun pandangan mereka yang diteliti dengan rinci, dibentuk dengan kata-kata maupun gambaran holistic (berfikir secara menyeluruh dengan pertimbangan aspek aspek memungkinkan berpengaruh pada tingkah laku manusia terhadap suatu kejadian<sup>50</sup>

## 2. Wujud dan Sumber Data

Sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata dan tindakan. Kemudian di lain itu ada data dokumen. Jenis data terbagi dalam kata-kata, tindakan, dan sumber data tertulis.<sup>51</sup> Sumber data sebagai tolak acuan yakni:

- a. Sumber data primer, adalah sumber informasi objek penelitiannya langsung. Sumber primer adalah buku *Tasawuf Modern*, Buku Falsafah Hidup, dan buku *Renungan Tasawuf*.
- b. Sumber data skunder, ini berkaitan dengan penelitian ilmiah yang berkaitan seputar pemikiran Hamka tentang psikoterapi Islam maupun tulisan karya penulis lainnya, di antaranya karya Bakran Adz-Dzaky: pertama, *Psikoterapi Islam*, dan kedua, *Psikologi Kenabian*. Amir An-Najar: *Psikoterapi Sufistik*. Dzakiyah Derajat: pertama, *Psikoterapi Islami*, dan kedua, *Ilmu Jiwa Agama*, maupun sumber literatur lain yang relevan.

## 3. Metode Pengumpulan Data

Metode penelitian dari “*library research*” menggunakan model metode pengumpulan melalui dokumentasi data terkait variable: karya

<sup>50</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Cet. Ke-36 (Bandung: Rosdakarya, 2017), h. 5-6.

<sup>51</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi...*, h. 157.

tulis buku, buku, jurnal, catatan, artikel, majalah.<sup>52</sup> Metode tersebut guna mengidentifikasi dengan terarah atau berurutan penemuan dan penganalisisan buku dan sumber tertulis lainnya yang juga dijelaskan sebelumnya dan terkait erat psikoterapi Islam, berupa jurnal ilmiah, skripsi, tesis, ataupun desertasi. Dari model pengkajian dan pembahasan diatas penulis bertujuan memperoleh hasil dari pertanyaan seputar fenomena persoalan telah ditentukan tersebut.

#### 4. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah upayanya melalui jalan bekerja bersama data, mengorganisasikanya, dan memilahnya menjadi satuan agar bisa dikelola. Kemudian mensintesisanya, mencari, menemukan pola, apa saja yang penting dan bisa dipelajari dan memutuskan apa yang dikemukakan peneliti.<sup>53</sup> Data yang dianalisa menguraikan proses pelacakan dan pengaturan dengan sistematis seperti transkrip-transkrip karya tokoh yang diteliti.<sup>54</sup> Teknik yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif dengan menggunakan teknik Deskriptif Kualitatif atau Deskriptif Analisis. Metode ini yakni mencari, mengumpulkan, dan menyusun data secara analitis terstruktur dari pengkajian. Apabila data terkumpul, lakukan olah data subjek terkait masalah yang dibahas. Kemudian data itu digunakan guna

---

<sup>52</sup> Milya Sari dan Asmendri, *Penelitian Kepustakaan* (Padang: Natural Science, 2020), h. 45.

<sup>53</sup> Lexy J Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Cet. Ke-36 (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017), h. 248.

<sup>54</sup> Sylvia Saraswati, *Cara Mudah Menyusun: Proposal, Skripsi, Tesis, Desertasi*. Cet. Ke-IV (Yogyakarta: Arruzz Media, 2011), h. 71.

memaparkan dan menganalisa fikiran Hamka tentang psikoterapi Islam.<sup>55</sup>

Diperlukan dua metode dalam teknik analisis data model ini, yakni pertama, analisa domain dan kedua, analisa Taksonomi. Pertama yakni domain, peneliti berupaya mengantongi gambaran secara umum data guna menjawab fokus penelitian. Tujuan analisa mengantongi gambaran secara umum dan menyeluruh objek penelitian. Teknisnya, membaca naskah data secara umum dan menyeluruh guna mendapat domain ranah apa sajakah didalam data. Kedua yakni taksonomi, upaya peneliti menangkap dan memahami domain tertentu sesuai fokus sarana dan masalah yang diteliti. Domain dibagi kedalam sub-domain setelah peneliti memahami semakin dalam domainnya. Kemudian sub-domain dibuat lagi merinci jadi bagian bagian khusus dan dipilah sampai habis.<sup>56</sup>

Ada tiga alur kegiatan dalam metode ini yang perlu dilakukan saat data terkumpul dan akan menganalisis data. Tiga alur tersebut yakni kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan ataupun verifikasi datanya.<sup>57</sup> Tiga alur tersebut dalam menganalisis data, dijabarkan dalam penjelasan sbb:

- a. Pertama, kondensasi data ialah bentuk analisis dengan mempertajam, memilih, memfokuskan, membuang, dan mengatur

---

<sup>55</sup> Bagung Suyanto dan Sutinah, *Metode Penelitian Sosial: Berbagai Alternatif Pendekatan*, Cet. Ke-IV (Jakarta: Kencana, 2005), h. 56

<sup>56</sup> Matthew B. Miles, dkk., *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook Edition III*, terj. Tjetjep Rohidin Rohidi, (Jakarta: UI – Press, 2014), h. 31-33.

<sup>57</sup> Matthew B. Miles, dkk., *Qualitative Data...*, h. 134.

datanya sampai kesimpulan akhir bisa didapat dan diverifikasikan. Kondensasi mengarah diproses pemilihan, pemfokusan, penyederhanaan, pengabstrakan, dan memtransformasikan data dengan utuh dari sumber data lapangan, wawancara, transkrip, dokumen dan bahan empirik lain. Kondensasi diawal telah ada saat peneliti menetapkan kerangka konseptual yang terjadi, pernyataan penelitiannya apa bisa hipotesis sementara, dan pendekatan mana yang harus digunakan. Sesudah mengumpulkan data adalah tulislah ringkasan, dikodekan, kembangkan tema, buatlah kategori, dan tulis *analytic memo nya*.<sup>58</sup>

- b. Kedua, penyajian data berupa kumpulan informasi terorganisir dan terkompresi dan memungkinkan menarik Tindakan kesimpulan. Melihat tampilan data bantu peneliti paham apa yang saat ini terjadi. Kemudian tau untuk melakukan sesuatu agar dapat menganalisis lanjut sesuai pemahaman tersebut. Langkah seperti teks yang diperluas agar ditemukanya pola penyederhanaan dalam memproses data penelitian. Tampilanya mencakup seperti matriks, grafik, bagan, tujuanya mengumpulkan informasi terorganisir dalam bentuk mudah diakses dan ringkas agar peneliti memperoleh penarikan kesimpulan yang dibenarkan.<sup>59</sup>

---

<sup>58</sup> Matthew B. Miles, dkk., *Qualitative Data...*, h. 131.

<sup>59</sup> Matthew B. Miles, dkk., *Qualitative Data...*, h. 131-132.

- c. Ketiga, penarikan kesimpulan dan verifikasi. Dilakukan dengan mencatat pola, penjelasan masalah, pola sebab akibat, sampai proposisi dari data-data tersebut.<sup>60</sup>

## **G. Sistematika Pembahasan**

BAB I Pendahuluan, melingkupi beberapa hal sebagai berikut, berupa; Latar Belakang Masalah penelitian, Rumusan masalah penelitian, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian, dan Sistematika Pembahasan.

BAB II Landasan Teori, disini menjelaskan tentang gambaran umum psikoterapi Islam: berupa pengertian, objek, tujuan dan fungsi, metode psikoterapi Islam.

BAB III Profil Hamka, meliputi: Hamka dan biografi intelektual: riwayat hidup, latar pendidikan, pandangan Hamka terhadap Psikoterapi, dan karya-karya Hamka

Bab IV Hasil dan Analisis Penelitian, pemaparan terhadap rumusan masalah dan analisis data tentang Psikoterapi Islam menurut Hamka, dan relevansi psikoterapi Islam terhadap kesehatan jiwa menurut Hamka.

Bab V Penutup, dalam hal ini terdapat isi baik berupa kesimpulan maupun serta saran pada skripsi ini.

---

<sup>60</sup> Matthew B. Miles, dkk., *Qualitative Data...*, h. 133.

kejiwaan dan mental sekaligus tata cara membangun solusi persoalan yang dihadapi)<sup>154</sup>

Tawakal adalah suatu bentuk pertahanan diri yang secara tidak langsung manusia bangun. Tawakal adalah suatu perisai pelindung berguna untuk pertahanan, pengendalian hingga mengubah gagal jadi peluang ataupun jadi hikmah hidup. Dibawah kendali kesadaran intuitif bebarengan lathifah rabbaniyah ruhaniyyah, tawakal mengubah tantangan menjadi peluang. Pemahaman ini merujuk keyakinan bahwa Allah merahmati, memberkahi, dan memberi terbaik atas ketaatan, kesalehan, peribadatan yang dilakukan seorang penempuh jalan tawakkal atau al-muttawakil. Kesempatan peluang yang dilahirkan melalui kepribadian mutawakil berupa jaminan harapan dari maslahat positif yang wujud dari simpul kebaikan rahmat Allah.<sup>155</sup>

Kaitan dengan hal diatas akan terbukakan pintu kebaikan yang tak terduga duga dalam segala arah. Individu yang bertawakal juga akan menyadari segenap pikiran dan perasaanya artinya mawas diri. Seyogianya kewujudan dalam arti sempurna tidaklah hanya sekedar harapan, bahkan akan menyingkapkan berbagai rahasia kehidupan yang tak dimiliki manusia lainnya. Manusia yang berusaha tawakal ialah individu dengan kehidupan dari kelapangan atau kemudahan yang muncul melalui pintu menuju Allah. Artinya manusia yang bertawakal

---

<sup>154</sup> Zakiyah Derajat, *Psikoterapi Islami...*, h. 146-147.

<sup>155</sup> Lihat statement khairunnas rajab yang menegaskan pentingnya ketawakalan dalam upaya mengatasi kejiwaan. Khairunnas Rajab, *Psikoterapi Islam...*, h. 234.



akan senantiasa ada dalam pintu menuju Allah, ialah lewat zikir lisan, zikir qalbu, dan zikir pikir.<sup>156</sup>

## **B. Relevansi Psikoterapi Islam Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut Hamka**

### 1. Psikoterapi Islam Membangun kehidupan rohani di dalam jiwa

Hamka menjelaskan relevansinya psikoterapi Islam terhadap kesehatan jiwa pada dasarnya adalah mengembangkan kehidupan kerohanian. Seperti pendapat Hamka yang menjelaskan, Husain Haikal Pasya, intelek Islam Mesir. Dikatakan beliau lama berkutat pada suasana pemikiran dari kebendaan materialistik menggunakan rasio sebeb- bebasnya. Namun pada hari tuanya ia merasakan bahwa hidup atas dasar materialistic kebendaan butuh diseimbangkan dengan kerohanian.<sup>157</sup>

Dari situ beliau mengerjakan rukun haji setelah itu keluarlah bukunya yang terkenal “Fimanzilil Wahyu”, berarti tempat diturunkanya wahyu. Pada bagian akhir karya intelek itu ditulish tentang bagaimana perlunya untuk nilai hidup manusia menyeimbangkan hidup materialistik dengan hidup berohani. Hal ini menunjukan betapa pentingnya membangun kehidupan kerohanian

<sup>156</sup> Lihat statement khairunnas rajab yang menegaskan pentingnya ketawakalan dalam upaya mengatasi kejiwaan. Khairunnas Rajab, *Psikoterapi Islam...*, h. 234.

<sup>157</sup> Hamka, *Perkembangan dan Pemurnian Tasawuf*, Cet. Ke-III (Jakarta: Republika, 2018), h. 7.

sebagai sarana membersihkan jiwa sebagai bagian dari pengobatan jiwa.<sup>158</sup>

2. Psikoterapi Islam menumbuhkan kesadaran cinta mendalam kepada Allah dan Agama dalam jiwa seseorang.

Hamka menjelaskan ada hal lain dalam diri manusia disamping menjalankan yang diperintahkan dan menghentikan atau tidak melakukan larangan dengan tujuan masuk surga dan terhindar neraka. Hal lain dalam diri manusia tersebut merupakan hal yang hanya dimiliki oleh hamba yang muhlis. Hal itu Hamka namakan adalah cinta yang berarti perasaan yang murni sebagai puncak tertinggi pandangan seorang muslim. Cinta ini bermuara pada satu puncak tertinggi yakni Allah. Allah mengutus Muhammad sebagai petunjuk jalan untuk mencintai Allah sehingga akan tercipta harmonisasi antara hamba dan Tuhan yang saling mencintai. Kemudian didalam tumbuhnya cinta ini, akan sirna kepentingan kepentingan yang bersifat egoisme.<sup>159</sup>

Terkuburnya kepentingan sendiri dalam kepentingan yang besar yakni melaksanakan kehendak Allah dengan penuh kasih dan ikhlas. Mencintai Allah berarti pula mencintai utusan Allah seperti nabi dan rasul. Jejak para utusanya tidak akan dapat diikuti apabila tidak disayang. Cinta yang seperti ini adalah cinta dengan landasan

---

<sup>158</sup> Hamka, *Perkembangan dan....*, h. 7.

<sup>159</sup> Hamka, *Renungan Tasawuf*, Cet. Ke-I (Jakarta: Republika, 2017), h. 53-55.

iman. Cinta ini akan tumbuh tidak pada hanya satu prioritas saja namun meliputi cinta seluruh alam dan sesama mahluk.<sup>160</sup>

3. Psikoterapi Islam membangun pertahanan jiwa sehat terhadap nafsu syahwat dan kemarahan.

Membangun batiniah yang sehat utamanya dengan dibelenggunya perasaan dari dalam emosi diri. Hamka menjelaskan hendaklah dibelenggu pengaruh kekuatan syahwat dan kemarahan. Terkadang kahyalan fikiran manusia jauh menerawang dalam dunia kesyahwatan tampak seperti madu manis. Syahwat sejatinya menimbulkan rindu dan candu. Maka apabila candu rindu timbul dalam diri, secara tak langsung akan timbul pula daya-upaya untuk menyembah hal tersebut. Maka itu manusia lalai hingga lupa dan tiada lagi rasa kejanggalaan, maka disitulah manusia itu kehilangan pedoman utamanya.<sup>161</sup>

Orang berakal berusaha tidak membangkitkan angan nafsu yang merusak, dan tidak mendekati sebab kemarahan tiada arti. Namun syahwat dan nafsunya tentram dan terkendali, ia hanya digunakan sebagai pertahanan atas diri bukan untuk menyerang sesuka hati. Karena apabila ia tidak ada dalam diri manusia, niscaya mereka tidak pula selamat hidupnya, kaitan ini Hamka merujuk pada nafsu mutmainnah dalam al-Qur'an. Hamka menguraikan supaya nafsu atau

---

<sup>160</sup> Hamka, *Renungan....*, h. 53-55.

<sup>161</sup> Hamka, *Tasawuf Modern....*, h. 165.

batin terpelihara hendaknya ia berupaya dan berjuang menyingkirkan perangai rendah.<sup>162</sup>

Berupaya membentuk diri dalam keutamaan, agar tidak memandang mudah kejahatan yang kecil. Hamka menuturkan hal paling berbahaya untuk kesehatan rohani adalah memandang mudah kejelekan yang kecil karena itu membuka pintu kejelekan yang besar.<sup>163</sup> Salah satu relevansi yang menjadi hikmah adanya psikoterapi Islam adalah sesuai yang diajarkan imam al Ghazali yakni menjaga syahwat dan marah dimana ia adalah bagian dari menjaga hati.<sup>164</sup>

### **C. Analisis Psikoterapi Islam Menurut Hamka dan Relevansinya Terhadap Kesehatan Jiwa.**

Dalam karyanya Hamka membahas tentang mengobati kesehatan jiwa sebagai psikoterapi Islam terutama menekankan pada penerapan perilaku tasawuf. Hamka menyebut tasawuf merupakan sarana membersihkan jiwa, mendidik, dan mempertinggi derajat budi; menekankan segala kelobaan dan kerakusan dari memerangi syahwat.<sup>165</sup>

Perbedaan utama psikoterapi Islam Hamka dengan Psikoterapi Islam lain bahwa sebagai bentuk terapinya Hamka mengutamakan penanaman sifat-sifat ketasawufan dari empat hal yakni sifat qanaah, sifat zuhud, sifat sabar, dan sifat tawakal disertai dengan laku peribadatan yang diwajibkan sesuai syari'at Islam.

<sup>162</sup> Hamka, *Tasawuf Modern...*, h. 165-166.

<sup>163</sup> Hamka, *Tasawuf Modern...*, h. 165-166.

<sup>164</sup> Al-Ghazali, *Minhajul 'Abidin*, Terj. Cet. Ke-I (Jakarta: Reneturos), h. 160.

<sup>165</sup> Hamka, *Tasawuf Modern...*, h. 8.

Pemikiran Hamka tentang hal tersenut senada dengan yang disebutkan oleh Amir an-Najar.<sup>166</sup> Beliau menjelaskan terapis yang menerapkan pengobatan berlandaskan tasawuf akan membukakan pintu pada sempurnanya jiwa dengan membangunkan ruh iman dalam jiwa yang lemah, mengajak mereka untuk membersihkan niat, memperkuat tekad, dan menatanya kembali kepada-Nya. Hal ini mempertegas bahwa penerapan tasawuf dalam pengobatan kejiwaan merupakan sarana yang juga telah terbukti dalam dunia terapis. Hamka mengisyaratkan dalam mengobati jiwa ada empat aspek terpenting dalam penerapan pengobatan melalui metode tasawuf yakni menanamkan sifat qanaah, zuhud, sabar dan tawakal.

*Pertama*, Qanaah merupakan pintu pembuka dari suatu laku tasawuf dalam jiwa seseorang. Qanaah mengajarkan cara menerima ketentuan dengan Ikhlas disamping apa yang telah dihiatkan. Qanaah memupuk kekhuzdonan kepada Sang Pencipta, disaat seseorang ber ikhtiar dalam menjalani kehidupan. Sifat qanaah ditanamkan pula secara teknis psikoterapi melalui afirmasi positif penguatan kepada yang akan diterapi. *Kedua*, Zuhud merupakan sikap yang berusaha mengosongkan hati dari duniawi dengan kehadiran Allah. Zuhud yang diterapkan Hamka adalah mengosongkan hati dari duniawi namun tidak meninggalkan tanggung jawab keduniawianya. Hal ini ditujukan agar keduniawian tidak

---

<sup>166</sup> Lihat Amir An-Najar, *Psikoterapi Sufistik....*, h. 2.

melekat dihatinya untuk menghindari kekecewaan dalam mengharap dunia selain mengharap ridho Allah.

Dalam pandangan Hamka zuhud berkaitan erat dengan qonaah. Hamka mengisyaratkan bahawa zuhud adalah mendapatkan kejayaan keduniawian untuk mengharap ridho Allah tanpa keduniawian itu melekat dihatinya karena ditakutkan akan mengarahkan pada penyakit kekecewaan atau depresi apabila kejayaan itu dicabut. *Ketiga*, Sabar adalah kunci utama dalam proses terapi seseorang. Hamka mengisyaratkan dibutuhkan *iradhah* (kemauan) yang kuat untuk orang ingin menanamkan kesabaran. Kemauan merupakan motivasi dasar seorang manusia dalam melakukan sesuatu. Didalam kitab suci umat Islam pun dijelaskan bahwa sabar dan solat adalah penolong bagi seorang.

*Keempat*, Tawakal diisyaratkan Hamka sebagai lapisan yang membingkai ketiga aspek sebelumnya. Hamka menerangkan bahwa menerapkan perilaku tawakal kedalam diri memunculkan ketenangan diri yang bermuara pada kebahagiaan batin. Secara sistematis Ketika bertawakal menyerahkan segala sesuatu kepada Allah dengan Ikhlas maka secara psikologis hati menjadi tenang dan secara bertahap waktu demi waktu akan memunculkan perasaan bahagia karena hati telah terkoneksi dengan Allah Sang Pencipta. Hamka mengisyaratkan terdapat tiga hal khusus terkait relevansi psikoterapi Islam terhadap Kesehatan jiwa.

*Satu*, Psikoterapi Islam Membangun kehidupan rohani di dalam jiwa. Rohani seseorang yang telah dibangun melalui fondasi pemahaman agama

yang kuat akan memunculkan *self defence* (pertahanan diri) yang tinggi pula. Hal ini sebagai bagian dari perawatan hati agar terhindar dari kekotoran jiwa yang berpotensi menyebabkan penyakit kejiwaan, sekaligus sarana pembantu dalam upaya pembersihan jiwa. *Dua*, Psikoterapi Islam menumbuhkan kesadaran cinta mendalam kepada Allah dan Agama dalam jiwa seseorang. Perasaan cinta adalah modal besar dalam pembentukan motivasi seseorang melakukan sesuatu selain kemauan.

Sesuatu yang didasari dengan perasaan cinta akan dimulai dengan rasa kebahagiaan. Cinta terhadap Allah akan menimbulkan perasaan Ikhlas dan semangat dalam melakukan apa yang dianjurkan olehnya. Hingga para ahli tasawuf menempatkan cinta (*mahabbah*) sebagai kedudukan yang tinggi dalam proses menuju tingkatan dalam tataran tasawuf. *Tiga*, Psikoterapi Islam membangun pertahanan jiwa sehat terhadap nafsu syahwat dan kemarahan. Nafsu syahwat dan kemarahan perlu dijaga, dikontrol dan dipelihara. Allah menciptakan segala sesuatu pasti ada manfaat dan hikmah dibalikinya. Hamka memosisikan bahwa hal tersebut diperlukan bukan untuk *forward* tetapi untuk *defence* diri. Disini psikoterapi Islam membantu sebagai fungsi pencegahan, kontrol dan perawatanya.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Dari pembahasan yang telah diuraikan oleh penulis sebagaimana dalam bab-bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

##### **1. Konsep Psikoterapi Islam menurut Hamka**

Konsep psikoterapi Islam Hamka mengarah pada psikoterapi berkonsep tasawuf Islam. Pemahaman tasawuf disini Hamka menilik dari para ahli tasawuf dan para ahli filsafat Islam. Tasawuf hamka disebut modern, karna itu bagian dari sebutan pemikiran hamka terhadap pemikiran pembaharuan Hamka terhadap tasawuf. Pada diskursus pengkajian Hamka terhadap kejiwaan, hamka tidak secara langsung menyebut kata psikoterapi. Namun banyak penjelasan-penjelasan Hamka yang mengarah pada psikoterapi khususnya berlandaskan agama Islam. Konsep Psikoterapi Islam Hamka disini merujuk pada bentuk bentuk tasawuf yang mengarah pada ritualisme atau amalan-amalan tasawuf.

Terdapat empat aspek terpenting dalam penerapan pengobatan melalui metode tasawuf yakni dijabarkan dalam suatu bentuk-bentuk terapi tasawuf yang mendasarinya, yakni : Terapi dengan sifat Qana'ah, Terapi dengan sifat Zuhud, Terapi dengan sifat Sabar, dan Terapi dengan sifat Tawakal. *Pertama*, Qonaah merupakan pintu



pembuka dari suatu laku tasawuf dalam jiwa seseorang. *Kedua*, Zuhud merupakan sikap yang berusaha mengosongkan hati dari duniawi dengan kehadiran Allah. *Ketiga*, Sabar adalah kunci utama dalam proses terapi seseorang. Hamka mengisyaratkan dibutuhkan *iradhah* (kemauan) yang kuat untuk orang ingin menanamkan kesabaran. *Keempat*, Tawakal disini Hamka menerangkan bahwa menerapkan perilaku tawakal kedalam diri memunculkan ketenangan diri yang bermuara pada kebahagiaan batin.

## 2. Relevansi psikoterapi Islam terhadap Kesehatan Jiwa menurut Hamka.

Ada tiga: *pertama*, Psikoterapi Islam Membangun kehidupan rohani di dalam jiwa. Hamka menjelaskan relevansinya psikoterapi Islam terhadap kesehatan jiwa pada dasarnya adalah mengembangkan kehidupan kerohanian. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya membangun kehidupan kerohanian sebagai sarana membersihkan jiwa sebagai bagian dari pengobatan jiwa. Rohani seseorang yang telah dibangun melalui fondasi pemahaman agama yang kuat akan memunculkan *self defence* (pertahanan diri) yang tinggi pula.

*Kedua*, Psikoterapi Islam menumbuhkan kesadaran cinta mendalam kepada Allah dan Agama dalam jiwa seseorang Perasaan cinta adalah modal besar dalam pembentukan motivasi seseorang melakukan sesuatu. Hal yang didasari dengan perassan cinta akan dimulai dengan rasa kebahagiaan terlebih bila didahului dengan mencintai Allah. Dan *ketiga*, Psikoterapi Islam membangun pertahanan

jiwa sehat terhadap nafsu syahwat dan kemarahan. Hamka memposisikan bahwa nafsu syahwat dan marah diperlukan itu bukan untuk menyerang tetapi untuk mempertahankan diri disini psikoterapi Islam sangat berperan penting dalam membantu sebagai fungsi pencegahan, kontrol dan perawatanya.

## **B. SARAN**

Penulis menyadari kekurangan hasil penelitian ini, tentang psikoterapi Islam menurut Hamka, tentu masih jauh dari kata sempurna, dan tidak menutup kemungkinan masih banyak kekurangan didalamnya karena akibat dari keterbatasan sumber rujukan dan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Oleh sebab itu, diharapkan peneliti selanjutnya untuk dapat mengkaji ulang hasil penelitian ini secara lebih kritis, sistematis dan komprehensif terkhusus untuk sumbangsuhnya terhadap khazanah ilmu pengetahuan berbasis Islam. Penulis juga berharap kepada segenap peneliti, akademisi, dan mahasiswa untuk selalu memberikan kritik dan saran yang membangun terhadap perkembangan penelitian ke-Islaman.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, Gusti. 2012. *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Yogyakarta: Yogyakarta Press.
- Adz-Dzaky, Hamdani Bakran. 2004. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Al-Manar.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Psikologi Kenabian: Menghidupkan Potensi dan Kepribadian Kenabian Dalam Diri*. Yogyakarta: Fajar Media Press.
- Agama RI, Departemen. 2014 *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Surabaya: Fajar Mulya.
- Al-Ghazali. 2014. *Ringkasan Ihya Ulumuddin*, Terj. Bahrn Abu Bakar, Cet. Ke-III. Bandung: Penerbit Sinar Baru Algensindo.
- \_\_\_\_\_. 2020. *Minhajul 'Abidin*, Terj. Cet. Ke-I. Jakarta: Reneturos.
- Ahyadi, Abdul Aziz. 2011. *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*. Bandung: Sinar Baru Algenindo.
- Amin, Samsul Munir. 2010 *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Ansori, Fuad. 2000. *Aplikasi Psikologi Islam*. Yogyakarta.
- An-Najar, Amir. 2004. *Psikoterapi Sufistik Dalam Kehidupan Modern* Terjemahan oleh Ija Suntana. Cetakan Ke-1. Jakarta Selatan: Penerbit Hikmah.
- Ansori, Umi Salamah. 2014. “*KONSEP DAN METODE PSIKOTERAPI PROF ETIK (Studi Pemikiran Hamdani Bakran Adz-Dzakiey dalam Buku Konseling dan Psikoterapi Islam)*”. Yogyakarta: Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga.
- Arifin, Isep Zainal. 2009. *Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Pengembangan Dakwah Bimbingan Psikoterapi Islam*. Jakarta: Rajawali Press.
- Azra, Azyumardi. 2000. *Menuju Masyarakat Madani*. Bandung: Rosdakarya.
- \_\_\_\_\_,Azyumardi Azra. 2002. *Historiografi Islam Kontemporer*. Jakarta: Gramedia.
- B. Miles, Mattew dkk. 2014. *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook Edition III*, terj. Tjetjep Rohidin Rohidi. Jakarta: UI – Press.

- Creswell, John W. *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif kuantitatif dan Campuran* Terjemahan oleh Achmad Fawaid dan Rianayati Kusmini, Edisi ke IV Cetakan Ke-1. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Derajat, Zakiyah. 2002. *Psikoterapi Islami*, Cet Ke-1. Jakarta: Bulan Bintang.
- Darmawan, Deni. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Cetakan Ke-3. Rosdakarya : Bandung.
- Esposito, John L. 2001. *Ensiklopedi Oxford 2*, Cet. Ke- I. Bandung: Mizan.
- Gunarsa, Singgih D. 2012. *Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung mulia.
- Hamka. 2020. *Tasawuf Modern*, Cet. Ke-XII. Jakarta: Penerbit Republika.
- \_\_\_\_\_. 2004. *Kenang-Kenangan Hidup*, Jilid I, Cet. Ke-XII (Jakarta: Bulan Bintang).
- \_\_\_\_\_. 2015. *Lembaga Hidup*, Cet I. Jakarta: Republika.
- \_\_\_\_\_. 2018. *Perkembangan dan Pemurnian Tasawuf*, Cet. Ke-III. Jakarta: Republika.
- \_\_\_\_\_. 2017 *Renungan Tasawuf*, Cet. Ke-I. Jakarta: Republika.
- \_\_\_\_\_. 1982. *Ayahku*, Cet. IV. Jakarta: Umindu.
- \_\_\_\_\_, Rusydi. 1983 *Pribadi dan Martabat Buya Prof. Dr. Hamka*. Jakarta: Pustaka Panjimas.
- \_\_\_\_\_. 2015. *Falsafah Hidup*, Cet. Ke-1. Jakarta: Republika. Islam, Dewan Redaksi Ensiklopedi. 2001. *Ensiklopedi Islam*, Jilid 2. Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve.
- Islam, Yayasan Nurul. 1979. *Kenang-kenangan 70 Tahun Buya Hamka*. Jakarta: Yayasan Nurul Islam.
- Jamil, Helmun. 2016. Tesis: *Nilai-Nilai Psikologis Dalam Al-Fatihah Menurut Hamka (Studi Analisa)*. Jakarta: PTIQ.
- Kholil, Makrum. 2015. *Pedoman Penulisan Skripsi STAIN Pekalongan*. Pekalongan: STAIN Press.

- Madjid, Nurcholish.1997. *Tradisi Islam: Peran dan Fungsinya dalam Pembangunan di Indonesia*. Jakarta: Paramadina.
- Mohammad, Herry. 2006. *Tokoh-Tokoh Islam yang Berpengaruh Abad 20*, Cet. Ke-I. Jakarta: Gema Insani Press.
- Malik, Imam. 2016. *pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Moleong, Lexy J. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Cet. Ke-36. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Moleong, Lexy J. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Cetakan Ke-36. Rosdakarya: Bandung.
- Mujib, Abdul. 2002. *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Noer, Deliar. 1982. *Gerakan Moderen Islam Indonesia 1900-1942*. Jakarta: LP3ES.Panjimas. 1981. *Perjalanan Terakhir Hamka*. Jakarta: Panji Masyarakat.
- Rahayu, Iin Tri. 2009. *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*. Malang: UIN-Malang Press.
- Salim, Peter. Salim, Yeni. 1991. *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*. Modern English Press. Jakarta.
- Saraswati, Sylvia. 2011. *Cara Mudah Menyusun: Proposal, Skripsi, Tesis, Desertasi*. Cet. Ke-IV. Yogyakarta: Arruzz Media.
- Sari, Milya. Asmendri. 2020. *Penelitian Kepustakaan, Natural Science*. Padang.
- Subandi. 2001. *Membangun Psikoterapi Berwawasan Islam*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Sukamdi, Muhammad. 2010. Skripsi: *Konsep Taubat Menurut Hamka Dalam Kesehatan Mental (Analisis BKI)*. UIN Walisongo. Semarang.
- Suyanto, Bagung dan Sutinah. 2005. *Metode Penelitian Sosial: Berbagai Alternatif Pendekatan*, Cet. Ke-IV. Jakarta: Kencana.
- Yahya Jaya. 1994. *Spiritual Islam Dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Yusuf, Yunan. 2003. *Corak Pemikiran Kalam Tafsir Al-Azhar* (Jakarta: Penamadani).

Arifin, Isep Zainal. 2008. “*Dasar-Dasar Psikoterapi Islam*”. Jurnal Irsyad Vol. 1, No. 1, Desember.

Husnan, Khudori. 2014. “*Telaah Atas Tasawuf Buya Hamka Tentang Kesehatan Jiwa*”. *Jurnal Kultur, Ekonomi dan Perubahan Sosial*. Vol. 1 No. 2.

Musyarif. 2019. “*Buya Hamka: Suatu Analisis Sosial Terhadap Kitab al-Azhar*”

AL-MA' ARIEF: JURNAL PENDIDIKAN SOSIAL DAN BUDAYA, Vol 1 No 1 2019.

Mubasyir. 2017. “*Pendekatan Psikoterapi Islam dan Konseling Sufistik Dalam Menangani Masalah Kejiwaan*”, *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 8, No. 1, Juni

Salihin, 2016. “*Pemikiran Tasawuf Hamka dan Relevansinya Terhadap Kehidupan Modern*”, *Jurnal Manthiq* Vol. 1, No. 2, November



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### IDENTITAS DIRI

Nama : Mahendra Gibran  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Alamat : Batang, Jawa Tengah, Republik Indonesia.

### IDENTITAS ORANG TUA

Nama Ayah : Drs. H. Johan Arifin.  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Nama Ibu : Hj. Mahmudah.  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Alamat : Batang, Jawa Tengah, Indonesia.

### RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Negeri Sukomangli 02 lulus 2008
2. MTs Al-Islam Limpung lulus 2011
3. SMK N Purwokerto lulus 2014
4. STAIN Pekalongan Jurusan Ushuluddin, Adab dan Dakwah Program Studi Akhlak dan Tasawuf angkatan 2016

Batang, 21 Juli 2023

Penulis,