

## **PSIKOTERAPI ISLAMI TERHADAP PSIKOPATOLOGI (Perspektif Psikologi Pendidikan Islam)**

**Oleh: Evita Yuliatul Wahidah**  
STIT Muhammadiyah Bojonegoro  
evitayuliatulwahidah.21@gmail.com

### **ABSTRACT:**

In a review of psychology, psychopathology can be started from three assumptions. First, the Freudian assumed that the human soul was basically born in sickness, evil, negative / destructive. To be positive, it need companion ways that are impersonal and directive / directing. Second, as a behaviorist, Skinner assumed that the human soul was born in neutral (not sick and unhealthy), where the environment plays a role in determining the direction of its development. Third, Maslow and Rogers as a humanistic figure assumed that the human soul was born in a state of conscious, free, responsible and guided by positive forces emanating from itself to the expansion of all human potential to its fullest. Whereas in Islamic studies of psychopathology can be divided into two categories, namely the worldly, as has been formulated by contemporary psychology, and the hereafter. This paper attempts to explain kinds of psychotherapy according to the study of Islam and how Islam is doing its part in the psychotherapy world and ukhrowi psychopathology. Discussion of Islam against psychopathology of psychotherapy becomes important. In addition to see the growing of Islamization method, as well as to explore therapist aspects in Islam based on the Qur'an and Hadith. The Islamic Psychotherapy is also to provide an alternative to the criticisms made against modern psychology that break away from the values of divinity. This paper begins his discussion of the notion of Psychopathology, Islamic psychotherapy understanding and the existing concept of the theories.

**Keywords:** *Islamic Psikoterapi, Psikopatologies*

### **PENDAHULUAN**

Berbagai usaha dilakukan oleh para ahli psikologi dalam memecahkan persoalan-persoalan yang berkenaan dengan kejiwaan seseorang. Para ahli, baik itu ahli psikologi dan psikiatri, berhasrat untuk membantu mengatasi problem kejiwaan yang sampai saat ini semakin berkembang. Hasrat tersebut dibuktikan dengan pengembangan macam-macam teknik psikoterapi (Ancok & Suroso, 2008: 90). Psikoterapi adalah

proses reduksi yang bertujuan membantu seseorang yang mengalami gangguan kejiwaan, terutama dengan intervensi psikologis yang merupakan kebalikan dari pengobatan fisik, seperti yang menggunakan obat-obatan (Bruno, 1989: 243).

Ada tiga golongan utama dalam psikoterapi, yaitu psikoanalisis yang berasumsi bahwa ada kehidupan mental yang tidak disadari. Golongan ini dikembangkan oleh Freud. Metode terapi yang dikembangkan oleh golongan pertama ini adalah asosiasi bebas dan interpretasi mimpi. Golongan yang kedua adalah behavioristik, yang berasumsi bahwa banyak perilaku maladaptif yang disebabkan karena salah belajar. Golongan ini mengembangkan metode terapi *counter-conditioning* dan *desensitization therapy* (terapi desensitisasi), yang akan dijelaskan dan ditunjukkan dalam penerapan teori Malik B. Badri. Sedangkan, golongan yang ketiga adalah humanistik, yang berasumsi bahwa manusia memiliki kesadaran dan kemauan. Golongan ini mengembangkan logo terapi, psikologi humanistik dan *rational-emotive therapy* sebagai metode terapinya (Bruno, 1989: 243).

Perkembangan kemajuan zaman, globalisasi dan modernisasi banyak menimbulkan perubahan dalam berbagai segi kehidupan. Yang merambah pada perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sehingga menimbulkan perubahan-perubahan di dalam berbagai aspek kehidupan. Termasuk dalam dunia psikologi pada spesifikasi psikoterapi. Psikoterapi yang berkembang saat ini menjadi empat jenis, yaitu: 1) Terapi psikofarmaka, yaitu terapi fisik biologis dengan obat-obatan anti-depresan yang berpengaruh terhadap perkembangan jiwa pasien yang terkena

depresi; 2) Terapi psikologis, disebut psikoterapi biasa, yaitu terapi terhadap gangguan-gangguan kejiwaan dengan asas-asas dan pendekatan psikologi barat; 3) Terapi psikososial, yaitu terapi dengan asas-asas psikologi untuk pasien-pasien yang mengalami gangguan maladaptasi atau malasuai terutama secara sosial; dan 4) Terapi psiko-spiritual atau disebut psikoreligius (Hawari, 1997: 26).

*Religio psychotherapy* cenderung disebut sebagai psikoterapi religius yaitu penyembuhan penyakit melalui hidup kejiwaan yang didasari pada nilai keagamaan, tetapi tidak bermaksud mengubah keimanan dan kepercayaan pasien melainkan membangkitkan kekuatan batin pasien untuk membantu proses penyembuhan bersama-sama terapi lainnya (Arifin, 2009: 244).

Dari keempat pendekatan ini tampak bahwa psikoterapi religius merupakan bagian dari pendekatan holistik dalam psikoterapi yang berkembang saat ini. Jika di barat dalam lingkungan kristiani berkembang *pastoral counseling*, yang merupakan bagian dari psikoterapi religius, maka dalam kalangan Islam berkembang psikoterapi Islam yang juga merupakan bagian integral dari psikoterapi religius. Dengan demikian, kedudukan psikoterapi Islam adalah bagian dari jenis psikoterapi religius.

Berangkat dari usaha tersebut, pembahasan terhadap psikoterapi dalam Islam menjadi penting dilakukan. Selain untuk melihat metode Islamisasi ilmu yang berkembang, juga untuk menggali aspek-aspek terapis dalam Islam yang berdasar pada al Qur'an dan Hadits. Psikoterapi Islami juga untuk memberikan alternatif bagi kritik yang dilakukan terhadap psikologi modern yang melepaskan diri dari nilai-nilai ketuhanan.

Tulisan ini memulai pembahasan dari pengertian Psikopatologi, pengertian dan konsep psikoterapi islami dari teori-teori yang telah ada.

## **PEMBAHASAN**

### **A. Tinjauan Tentang Psikopatologi sebagai Obyek Psikoterapi Islami**

Patologi (*pathology*) adalah pengetahuan tentang penyakit atau gangguan. Sedang psikopatologi (*psychopathology*) adalah cabang psikologi yang berkepentingan untuk menyelidiki penyakit atau gangguan mental dan gejala-gejala abnormal lainnya (Chaplin, 1999: 405). Psikopatologi atau sakit mental adalah sakit yang tampak dalam bentuk perilaku dan fungsi kejiwaan yang tidak stabil. Istilah psikopatologi mengacu pada sebuah sindroma yang luas, yang meliputi ketidaknormalan kondisi indra, kognisi, dan emosi. Asumsi yang berlaku pada bidang ini adalah bahwa sindrom psikopatologis atau sebuah gejala tidak semata-mata berupa respon yang dapat diprediksi terhadap gejala tekanan kejiwaan yang khusus, seperti kematian orang yang dicintai, tetapi lebih berupa manifestasi psikologis atau disfungsi biologis seseorang (Mujib & Mudzakir, 2001: 164).

Dalam tinjauan psikologi, psikopatologi dapat bertolak dari tiga asumsi yang masing-masing memiliki aplikasi psikologis yang berbeda. Asumsi pertama dikembangkan oleh aliran psikoanalisa yang ditokohi oleh Sigmund Freud. Menurut Freud, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam keadaan sakit, jahat, buruk, bersifat negatif atau merusak. Agar manusia berkembang dengan positif, diperlukan cara-cara pendamping yang bersifat impersonal dan direktif atau mengarahkan. Asumsi kedua

dikembangkan aliran behavioristik oleh BF. Skinner. Menurut aliran ini, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam kondisi netral (tidak sakit dan tidak sehat) seperti tabularasa (kertas putih), hanya lingkungan yang menentukan arah perkembangan jiwa tersebut. Lingkungan yang baik akan membentuk suasana psikologis yang baik dan harmonis, sebaliknya lingkungan yang buruk akan berimplikasi pada gejala psikologis yang buruk pula. Asumsi ini selain bersifat deterministik dan mekanistik juga memperlakukan manusia seperti makhluk yang tidak memiliki jiwa yang unik. Jiwa manusia dianggap seperti jiwa hewan yang tidak memiliki kecenderungan apa-apa dan dapat diatur seperti mesin atau robot.

Sedangkan asumsi ketiga dikembangkan aliran humanistik yang ditokohi Abraham Maslow dan Carl Rogers. Menurut aliran ini jiwa manusia dilahirkan dalam kondisi sadar, bebas, bertanggung jawab dan dibimbing oleh daya-daya positif yang berasal dari dirinya sendiri ke arah pemekaran seluruh potensi manusia secara penuh. Agar berkembang ke arah positif, manusia tidak memerlukan pengarahannya melainkan membutuhkan suasana dan pendamping personal serta penuh penerimaan dan penghargaan demi berkembangnya potensi positif yang melekat dalam dirinya. Normalitas manusia merupakan *nature* yang alami, fitri, dan dari semula dimiliki manusia, sedang abnormalitas merupakan *nature* yang baru datang setelah terjadi anomali (*inkhiraf*) pada diri manusia (Mujib & Mudzakir, 2001: 165-166). Menurut Atkinson terdapat enam kriteria untuk menentukan kesehatan mental seseorang, yaitu: *pertama*, adanya persepsi yang realistis dan efisien dalam mereaksi atau mengevaluasi apa yang terjadi di dunia sekitarnya; *kedua*, mengenali diri

sendiri, baik berkaitan dengan kesadaran atau motifnya; *ketiga*, kemampuan untuk mengendalikan perilaku secara sadar, seperti menahan perilaku impulsif dan agresif; *keempat*, memiliki harga diri dan dirinya dapat diterima oleh lingkungan sekitarnya; *kelima*, kemampuan untuk membentuk ikatan kasih, seperti tidak menuntut berlebihan pada orang lain dan dapat memuaskan orang lain bukan hanya memuaskan diri sendiri; *keenam*, ada jiwa yang antusias yang mendorong seseorang untuk mencapai produktivitas (Atkinson, Tt.: 404-406).

Asumsi di atas dikenal dengan asumsi yang optimistis dan mengakui kekuatan jiwa manusia, namun sifatnya antroposentris yang hanya memfokuskan pada kekuatan manusia, tanpa mengkaitkan teorinya pada kehendak mutlak Tuhan. Dalam Islam meskipun menggunakan kerangka asumsi yang ketiga dalam membangun teori psikopatologi, namun Islam tidak melepaskan diri dari paradigma teosentris. Hakikat jiwa manusia bukan hanya sehat dan sadar, melainkan juga terbebas dari dosa asal, dosa waris, dan bertanggung jawab atas penebusannya (al-Faruqi, 1988: 68). Sebagai Dzat yang baik dan suci, Tuhan tidak memberikan jiwa manusia kecuali jiwa yang memiliki kecenderungan sehat, baik dan suci. Kesehatan jiwa manusia tidak sekedar alami dan fitri, melainkan telah diatur sedemikian rupa oleh sang Kholiq. Dari kerangka ini, kriteria neurosis dan psikosis dalam psikopatologi Islam bukan hanya disebabkan oleh gangguan saraf atau gangguan kejiwaan alamiah melainkan juga penyelewengan terhadap aturan-aturan Tuhan. Oleh karena itu, teori psikopatologi Islam di samping mendasarkan teorinya pada teori-teori

psikologi barat, juga banyak memfokuskan diri pada perilaku spiritual dan religius.

Psikopatologi dalam kajian Islam dapat dibagi dalam dua kategori. *Pertama*, bersifat duniawi. Macam-macam psikopatologi dalam kategori ini berupa gejala-gejala atau penyakit kejiwaan yang telah dirumuskan dalam wacana psikologi kontemporer. *Kedua*, bersifat *ukhrowi*, berupa penyakit akibat penyimpangan norma-norma atau nilai-nilai moral, spiritual dan agama (Mahmud, 1984: 402). Psikopatologi yang bersifat duniawi memiliki banyak kategori. Hal ini disebabkan oleh perspektif masing-masing psikolog yang berbeda. Atkinson menentukan empat perspektif dalam memperhatikan psikopatologi (Atkinson, Tt.: 411-412) .

Pertama dari perspektif biologi, idenya adalah bahwa gangguan fisik seperti gangguan otak dan gangguan sistem saraf otonom menyebabkan gangguan mental seseorang; kedua, dari perspektif psikoanalitik idenya adalah bahwa gangguan mental disebabkan oleh konflik bawah sadar yang biasanya berawal dari masa kanak-kanak awal dan pemakaian mekanisme pertahanan untuk mengatasi kecemasan yang ditimbulkan oleh impuls dan emosi yang direpresi; ketiga, dari perspektif perilaku, perspektif ini memandang gangguan mental dari titik pandang teori belajar dan berpendapat bahwa perilaku abnormal adalah cara yang dipelajari untuk melawan stress. Pendekatan ini mempelajari bagaimana ketakutan akan situasi tertentu menjadi terkondisi dan peran yang dimiliki oleh penguatan dalam kemunculan dan terpeliharanya perilaku yang tidak tepat; keempat, dari perspektif kognitif, idenya adalah bahwa gangguan mental berakar dari gangguan proses kognitif dan dapat dihilangkan

dengan mengubah kondisi yang salah tersebut. Dalam kategori diagnostik utama, psikopatologi secara garis besar dibagi menjadi dua bagian, yaitu neurosis dan psikosis. Neurosis pada mulanya diartikan sebagai “ketidakberesan susunan syaraf”.

Perubahan pengertian ini diakibatkan oleh hasil penelitian bahwa penyebab neurosis bukan hanya ketidakberesan saraf, tetapi juga ketidakberesan sikap, perilaku, atau aspek mental seseorang (Surakhmad, 1980: 19).

## **B. Macam-Macam Psikopatologi Prespektif Psikologi Pendidikan Islam**

Berdasarkan analisis terhadap berbagai macam psikopatologi baik menurut tinjauan psikologi kontemporer maupun tinjauan Islam maka sasaran atau obyek yang menjadi fokus penyembuhan, perawatan atau pengobatan dalam psikoterapi Islam adalah manusia secara utuh, yakni yang berkaitan dengan gangguan pada mental, spiritual, moral dan akhlaq, serta fisik (jasmaniah).

### **a. Mental**

Yaitu yang berhubungan dengan pikiran, akal, ingatan atau proses yang berasosiasi dengan pikiran, akal, ingatan (Chaplin, 1995: 296). Dalam kategori ini adalah kondisi mudah lupa, malas berpikir, tidak mampu berkonsentrasi, picik, tidak dapat mengambil keputusan dengan baik dan benar, bahkan tidak memiliki kemampuan membedakan antara halal dan haram, yang bermanfaat dan *madlarat* serta yang hak dan yang batil.



Sehubungan dengan penyimpangan tersebut, Allah mengingatkan melalui firman-Nya yang termaktub dalam surat al-Baqoroh ayat 42 dan ayat 44. Yang artinya:

*“Dan janganlah kamu campur adukkan yang hak dengan yang batil dan janganlah kamu sembunyikan yang hak itu sedang kamu mengetahui.”* (QS. Al-Baqarah: 42)

*“Mengapa kamu suruh orang lain (mengerjakan) kebaktian, sedang kamu melupakan dirimu sendiri, padahal kamu membaca al Kitab (Taurat)? Maka tidakkah kamu berpikir?”* (QS. Al-Baqarah: 44).

#### b. Spiritual

Spiritual yaitu sesuatu yang berhubungan dengan masalah ruh, semangat atau jiwa, religius, yang berhubungan dengan agama, keimanan, kesalehan dan menyangkut nilai-nilai transcendental (Chaplin, 1995: 480). Masuk dalam kategori ini misalnya shirik, nifak, fasiq, kufur, lemah keyakinan dan tertutup atau terhibabnya alam ruh, alam malakut, dan alam ghoib yang kesemuanya itu akibat dari kedurhakaan dan pengingkaran terhadap Allah. Firman Allah dalam Al-Qur'an – Taubah: 67 yang artinya:

*“Orang-orang munafik laki-laki dan perempuan sebagian dengan sebagian yang lain adalah sama, mereka menyuruh membuat yang mungkar dan melarang berbuat yang makruf dan mereka menggenggamkan tangannya. Mereka telah lupa kepada Allah, maka Allah melupakan mereka. Sesungguhnya orang-orang munafik itulah orang-orang yang fasik”* (QS. At-Taubah: 67).

#### c. Moral dan akhlak

Secara etimologis, kata moral berasal dari bahasa latin *mores*, yaitu jamak dari kata *mos* yang berarti adat kebiasaan (Asmaraman, 1992: 8). Dalam *Kamus Umum Bahasa Indonesia* dicantumkan bahwa moral adalah penentuan baik buruk terhadap perbuatan dan kelakuan (Poerwodarmindo, 1976: 654). Bergen dan Cornalia Evans

menyebutkan bahwa moral merupakan sebuah kata sifat yang artinya berkenaan dengan perbuatan baik atau perbedaan antara baik dan buruk. (Syatori. 1987: 8).

Menurut tinjauan terminologis, moral adalah suatu istilah yang digunakan untuk menentukan batas-batas dari sifat, perangai, kehendak, pendapat, atau perbuatan yang secara layak dapat dikatakan, salah, baik, atau buruk (Nata, 1996: 90). Sumber lain menyebutkan bahwa moral adalah nilai-nilai dan norma yang menjadi pegangan bagi seseorang atau suatu kelompok dalam mengatur tingkah lakunya (Syatori, 1987: 1).

Berdasarkan pernyataan di atas, dapat dipahami bahwa moral adalah istilah yang digunakan untuk memberikan batasan atas aktivitas manusia dengan nilai baik atau buruk, benar atau salah. Jika dalam kehidupan sehari-hari dikatakan bahwa orang tersebut bermoral maka yang dimaksudkan adalah bahwa orang tersebut tingkah lakunya baik. Tolak ukur yang digunakan untuk menentukan baik atau buruknya moral seseorang adalah norma-norma, adat istiadat, kebiasaan dan lainnya yang tumbuh dan berkembang serta berlangsung di masyarakat.

Sedangkan kata akhlak berasal dari bahasa arab *khuluq* yang jamaknya *akhlaq*. Menurut bahasa, akhlak adalah perangai, tabiat, dan agama (al-Atsir, 1979: 144). Dalam *Kamus Umum Bahasa Indonesia* kata akhlak diartikan sebagai budi pekerti, watak, tabiat (Poerwodarmino, 1976: 25). Berkaitan dengan pengertian *khuluq* yang berarti agama, Al-Fairuzzabadi berkata, “ketahuilah, agama

pada dasarnya memiliki akhlak mulia, kualitas agamanya pun mulia. Agama diletakkan di atas empat landasan akhlak utama, yaitu kesabaran, memelihara diri, keberanian, dan keadilan.” Secara sempit pengertian akhlak kaidah untuk menempuh jalan yang baik; jalan yang sesuai untuk menuju akhlak; pandangan akal tentang kebaikan dan keburukan (Syatori, 1987: 1).

Adapun definisi akhlak menurut ulama akhlak, antara lain dikemukakan oleh: Ibnu Maskawaih (Tt.: 51) menyatakan:

*“Akhlak adalah keadaan jiwa seseorang yang mendorong jiwa manusia untuk berbuat tanpa melalui pertimbangan dan pilihan terlebih dahulu. Keadaan tersebut pada seseorang boleh jadi merupakan tabiat atau bawaan, dan boleh jadi juga merupakan kebiasaan melalui latihan dan perjuangan.”*

Dari definisi di atas jelaslah bahwa keadaan akhlak seseorang ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor yang berasal dari tabiat asli sebagai pembawaan sejak lahir dan faktor dari luar merupakan hasil dari latihan, bimbingan, pendidikan dan pembiasaan. Akhlak dan moral sering digunakan silih berganti, karena di antara keduanya mempunyai persamaan, di samping juga mempunyai perbedaan. Persamaan antara akhlak dan moral adalah: keduanya mengacu pada ajaran atau gambaran tentang perbuatan, tingkah laku, sifat, dan perangai yang baik; akhlak dan moral merupakan prinsip atau aturan hidup manusia untuk mengukur martabat dan harkat kemanusiaannya; akhlak dan moral seseorang atau sekelompok orang tidak semata-mata merupakan faktor keturunan yang bersifat tetap, statis, dan konstan, tetapi merupakan potensi positif yang dimiliki setiap orang, sehingga untuk pengembangan dan aktualisasi

potensi positif diperlukan pendidikan serta dukungan lingkungan, mulai lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat secara terus menerus dengan tingkat konsistensi yang tinggi. Sedangkan perbedaannya, akhlak merupakan istilah yang bersumber dari al-Qur'an -Sunnah. Nilai-nilai yang menentukan baik dan buruk, layak atau tidak layak sebuah perbuatan, kelakuan, sifat dan perangai dalam akhlak bersifat universal dan bersumber dari ajaran Allah swt. Akhlak tolok ukurnya adalah al-Qur'an -Sunnah, dan sedangkan moral tolok ukurnya adalah norma yang hidup dalam masyarakat (Anwar, 2010: 19-210).

Mengenai pembagian akhlak, Muhammad Abdullah Darraj dalam buku *Dustur al-Akhlaq fi al-Qur'an*, membagi akhlaq atas lima bagian:

1. Akhlak pribadi : yang diperintahkan (*awwamir*); yang dilarang (*nawahi*); yang dibolehkan (*mubahat*); akhlak dalam keadaan darurat.
2. Akhlak berkeluarga: kewajiban antara orang tua dan anak; kewajiban suami istri; kewajiban terhadap kerabat.
3. Akhlak bermasyarakat: yang dilarang; yang diperintahkan; kaidah-kaidah adab.
4. Akhlak bernegara: hubungan antara pimpinan dan rakyat; hubungan luar negeri.
5. Akhlak beragama: kewajiban terhadap Allah swt., kewajiban terhadap Rasul (Darraj, Tt.: 689-761).

Berdasarkan sifatnya, akhlak terbagi menjadi dua bagian:

1. *Akhlaq mahmudah* (akhlak terpuji) atau akhlak *karimah* (akhlak yang

mulia) di antaranya adalah : rida kepada Allah swt, beriman kepada Allah swt., malaikat, kitab, rasul, hari kiamat dan takdir; taat beribadah; selalu menepati janji; melaksanakan amanah; berlaku sopan dalam ucapan dan perbuatan; *qana'ah* (rela terhadap pemberian Allah swt.); tawakkal (berserah diri); sabar; syukur; tawadlu'.

2. *Akhlak mazmumah* (akhlak tercela) atau akhlak *sayyiah* (akhlak yang tercela) diantaranya : kufur, syirik, murtad, fasik hasud, kikir, dendam, khianat, memutuskan silaturahmi, putus asa, segalaperbuatan tercela menurut pandangan Islam (al-Hindi, 1981: 21).

Islam memberikan tuntunan akhlak melalui al-Qur'an dan as-Sunnah. Nabi Muhammad saw. adalah pribadi jujur yang membawa pesan-pesan akhlak secara aplikatif dan kongkrit di dalam kehidupan sehari-hari, baik akhlak di hadapan Allah, sesama manusia, maupun dengan lingkungan dan alam sekitar. Akhlak atau tingkah laku merupakan ekspresi dari kondisi mental dan spiritual, yang muncul dan hadir secara spontan dan otomatis, tidak dapat dibuat-buat atau direayasa. Perbuatan dan tingkah laku tersebut kadang-kadang bahkan sering tidak disadari oleh seseorang, bahkan perbuatan dan tingkah lakunya menyimpang dari norma-norma agama yang akhirnya dapat membahayakan dirinya dan orang lain.

Dalam ajaran Islam, sikap dan tingkah laku yang seperti itu merupakan perbuatan tercela yang dimurkai Allah dan Rasul-Nya. Untuk menyembuhkan penyakit-penyakit itulah Rasulullah diutus ke dunia ini, dengan perkataan, perbuatan, sikap dan gerak-gerik serta segala tingkah

lakunya merupakan teladan dan contoh yang baik dan benar bagi manusia.

Dalam al-Qur'ansurat al-Ahzab ayat 21 dan dalam surat al-Qalam ayat 4 Allah swt., berfirman, yang artinya:

*“Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang menghara (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.”<sup>43</sup> Dan “Dan sesungguhnya kamu benar-benar berbudi pekerti yang agung” (QS. Al-Ahzab: 4).*

Ayat-ayat di atas menunjukkan bahwa fungsi dan tujuan kedatangan para Nabi dan Rasul adalah sebagai teladan, pendidik, penyuci dan penyembuh terhadap berbagai penyakit yang terdapat di tengah-tengah umat agar mereka menjadi hamba Allah yang benar-benar memiliki kesehatan dan kemuliaan di hadapan Allah maupun di hadapan makhluk-Nya.

#### d. Fisik (jasmaniah)

Tidak semua gangguan fisik dapat disembuhkan dengan psikoterapi Islam kecuali dengan izin Allah swt. Misalnya anak kecil sakit panas dibawa ke Kiai untuk disuwuk (bahasa Jawa: dibacakan do'a diubun si anak) ditiupkan atau diberi minuman ternyata dengan izin Allah menjadi sembuh. Tetapi ada kalanya sering dilakukan secara kombinasi dengan terapi medis atau melalui ilmu kedokteran pada umumnya.

### **C. Psikoterapi Islami Perspektif Psikologi Pendidikan Islam**

Psikoterapi Islami adalah suatu proses pengobatan dan penyembuhan terhadap gangguan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik dengan melalui bimbingan al-Qur'an-

Sunah dan Nabias Muhammad saw. atau secara empirik adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah swt., malaikat-malaikat-Nya, Nabi dan Rasul-Nya atau ahli waris para Nabi-Nya (adz-Dzaki, 2001: 222). Sedangkan Isep Zainal Arifin mengatakan bahwa psikoterapi Islam adalah proses perawatan dan penyembuhan terhadap gangguan penyakit kejiwaan dan kerohanian melalui intervensi psikis dengan metode dan teknik yang didasarkan kepada al-Qur'an dan Sunnah perawatannya disebut dengan istilah *Istishfa'* (Arifin, 2009: 23).

Kata *therapy*” bermakna pengobatan dan penyembuhan bahasa Arab *therapy* ”katasepadan”*istishfa* dengan yang berasal dari *Shafa – Yashfi -Shifaa-an*, yang artinya menyembuhkan (adz-Dzaki, 2001: 221). Kata *istishfa* digunakan oleh M. Abdul Aziz Al-Khalidiy dalam kitabnya yang berjudul *”al-Istishfa bi al-Qur’an*”. Di dalam al-Qur’an ada beberapa ayat yang memuat kata *Shifa'* diantaranya dalam surat Yunus ayat 57, yang artinya:

*”Wahai manusia sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh untuk penyakit yang ada di dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman (percaya dan yakin) (QS. Yunus: 57).”*

Menurut A.A. Vahab, Psikoterapi Islami merupakan bagian dari psikologi terapan Islami, yang berupaya menggambarkan dan menjelaskan penyebab penyakit mental dan perilaku abnormal individu dan kelompok serta penyembuhannya. Cabang psikologi ini menggambarkan dan menjelaskan penyebab penyakit mental dan perilaku abnormal individu dan kelompok serta menyembuhkannya (Vahab, 1996:

7). A.A. Vahab dan Djamaludin Ancok mendasarkan tujuan psikologi ini pada Q.S. Yunus (10): 57, yang artinya:

*“Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepada mu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang beriman.”*

Selain ayat tersebut, menurut Djamaludin Ancok, aspek terapi terhadap gangguan jiwa juga terdapat di dalam Q.S. al Israa' (17): 82, yang artinya:

*“Dan Kami turunkan dari Al Qurāan suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Qurāan itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”*

Dalam Q.S. Fushilat (41): 44, yang artinya:

*“Dan jikalau Kami jadikan Al Qurāan itu suatu bacaan dalam bahasa selain bahasa Arab tentulah mereka mengatakan: “Mengapa tidak dijelaskan ayat-ayatnya?”. Apakah (patut Al Qurāan) dalam bahasa asing sedang (rasul adalah orang) Arab?. Katakanlah: “Al Qurāan itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang yang beriman. Dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan, sedang Al Qurāan itu suatu kegelapan bagi mereka. Mereka itu adalah (seperti) orang-orang yang dipanggil dari tempat yang jauh”.*

Meskipun jika dilihat dari konteks turunnya ayat tersebut, ayat-ayat tersebut tidak secara langsung berkaitan dengan gangguan jiwa yang telah didefinisikan di atas (al-Suyuthi dan al-Mahally, 1990: 1159; 2072). Akan tetapi, kata *shifâ'* yang berarti penyembuh dan penawar dijadikan sebagai indikator untuk menunjukkan aspek terapi dalam Islam (psikoterapi Islami). Berdasarkan konsep tersebut, maka psikoterapi Islami yang ditawarkan oleh A.A. Vahab dan Djamaluddin Ancok tampak melegitimasi konsep dengan ayat-ayat al Qur'an. Meskipun demikian, konsep yang ditawarkan oleh Djamaluddin Ancok tidak sepenuhnya mengacu pada proses islamisasi ilmu pengetahuannya Ziauddin Sardar,



yang menekankan pada pembentukan pandangan dunia (*world view*) Islam dan paradigma Islam. Akan tetapi, konsep tersebut lebih mengacu pada islamisasi ilmunya al Faruqi, yaitu mensintesis antara Islam dan ilmu pengetahuan modern (Nashori, 1994: X). Djamaluddin Ancok mencoba menggali dari teori-teori yang dibangun oleh Barat kemudian mencari titik temu antara pengetahuan tersebut dengan konsep Islam. Demikian juga yang dilakukan oleh Malik B. Badri.

Malik B. Badri memulai pembahasan psikoterapi Islami dengan kritik terhadap konsep Freud yang menganggap bahwa agama adalah obsesi yang universal atau suatu ilusi, suatu neurosis yang universal, sejenis narkotika yang menghambat penggunaan inteligensi secara bebas dan harus ditinggalkan (Badri, 1986: 195; Sukanto, 1985: 195). Pandangan tersebut berdampak pada model psikoterapi yang serba membebaskan dan secara moral terapis harus menunjukkan sikap netral dan empati (Badri, 1986: 56). Oleh karena itu, Malik B. Badri menganggap bahwa kepercayaan pasien, dalam hal ini Islam merupakan bantuan yang sangat berharga dalam proses penyembuhan terhadap gangguan yang mereka alami. Dia mencoba menerapkan konsep tersebut dalam teknik desensitisasi pada pasien yang mengalami neurosis-obsesi terhadap shalat dan fobia terhadap kematian (Badri, 1986: 56-60). Teknik desensitisasi atau terapi desensitisasi (*desensitization therapy*) adalah terapi psikoterapi untuk melatih pasien belajar menghilangkan respon emosional yang tidak diinginkan terhadap jenis stimuli tertentu. Pertama kali dilakukan oleh Joseph Wolpe terhadap gangguan fobia. Prosesnya melalui pengalaman secara berulang kali menghadapi stimuli tersebut

dalam kehidupan nyata atau melalui proses membayangkan (relaksasi). Relaksasi berfungsi sebagai *counter-conditioning* terhadap kecemasan dan menyebabkan hilangnya sebagian respon ketakutan terhadap stimuli. Kemudian dilanjutkan dengan interaksi atau kontak yang lebih dekat dengan sesuatu yang ditakuti hingga kontak langsung (Badri, 1986: 88-89).

Berdasarkan penerapan teknik tersebut Malik B. Badri menegaskan kritiknya terhadap Freud bahwa pasien yang beragama Islam dan mengalami neurosis-obsesi terhadap shalat tidak berarti harus meninggalkan shalatnya. Hal tersebut dikarenakan shalat merupakan ritual dalam agamanya dan menjadi kepercayaan yang dapat membantu dalam proses penyembuhan pasien. Akan tetapi, bagaimana stimulus yang tidak diinginkan dalam aktivitas shalatnya tersebut hilang dan sesuai dengan yang diajarkan. Oleh karena itu, Badri memberikan penjelasan kepada pasien untuk kembali melakukan shalat sebagaimana yang diajarkan. Begitu juga dengan pasien yang mengalami fobia terhadap kematian, Badri menjelaskan kembali kepada pasien tentang keyakinan kematian.

Berkaitan dengan kepercayaan terhadap ritual dalam Islam (shalat), Djamaluddin Ancok menjelaskan ada empat aspek terapeutik di dalamnya, antara lain: aspek olah raga, aspek meditasi, aspek auto-sugesti, aspek kebersamaan. Aspek olah raga dalam shalat tampak pada aktivitas fisik; kontraksi otot, tekanan dan *massage* pada bagian otot tertentu yang dapat menimbulkan proses relaksasi, sehingga dapat mengurangi kecemasan. Hal ini didukung oleh pendapat Eugene Walker

bahwa olah raga dapat mengurangi kecemasan jiwa (Ancok dan Suroso, 1994: 99).

Aspek kedua adalah aspek meditasi, yang dapat dicapai dengan shalat yang *khushu'*. Asumsinya shalat *khushu'* dapat menghadirkan hati untuk dapat bermunajat (berbincang-bincang) dengan Tuhan, maka membutuhkan konsentrasi. Jika tidak, maka shalat tersebut bukanlah perbincangan dengan Tuhan (al-Ghazali, 1986: 55-56). Oleh karena itu, *kekhusu'an* itulah yang menunjukkan aspek meditasi yang dapat menghilangkan kecemasan karena merangsang sistem syaraf lain yang akan menutup terbawanya rangsangan sakit tersebut ke otak (Ancok dan Suroso, 2008:100).

Aspek selanjutnya adalah aspek auto-sugesti terletak pada sugesti dari do'a-do'a dan pujian-pujian dalam shalat. Pujian-pujian tersebut tentunya memohon sesuatu yang bermakna dan berdampak baik pada diri. Aspek inilah yang memberikan sugesti terhadap diri untuk berbuat baik, sebagaimana teori Hipnosis (Ancok dan Suroso, 2008: 99-100). Teori tersebut dipraktekkan pertama kali oleh Franz Anton Mesmer, yang berpendapat adanya magnet yang tarik-menarik antara subjek dengan tubuhnya (Bruno, 1989: 142), dalam hal ini pujian-pujian dalam shalat dengan dirinya. Menurut Zakiah Daradjat, pada aspek ini memberikan kelegaan bathin yang akan mengembalikan ketenangan dan ketentraman jiwa kepada orang-orang yang melakukannya (Darajat, 1988: 76).

Aspek yang terakhir adalah aspek kebersamaan. Aspek ini didapatkan dalam shalat berjama'ah yang selanjutnya dikembangkan menjadi terapi kelompok. Asumsi yang dibangun adalah suasana

kebersamaan membebaskan orang dari perasaan keterasingan yang menjadi penyebab gangguan jiwa (Ancok dan Suroso, 2008:100). Oleh karena itu, Badri juga menggunakan shalat berjamaah sebagai bagian dari proses terapi desensitisasi bagi pasien yang mengalami neurosis-obsesi terhadap shalat. Neurosis tersebut timbul dari aktivitas ritual dirinya secara individu, shalat sendiri.

Berdasarkan uraian tersebut, aspek-aspek terapi yang diperlukan dalam psikoterapi telah terkandung dalam ajaran-ajaran Islam, salah satunya adalah shalat. Shalat sebagai media yang membantu proses penyembuhan bagi pasien yang mengalami gangguan jiwa, *neurosis*. Meskipun kebutuhan terhadap metode-metode dalam psikoterapi modern tidak dapat dipungkiri untuk menggalinya dalam ajaran Islam yang berdasar pada al Qur'an dan Hadits. Di mana keyakinan bahwa baik dan buruk datangnya dari Allah, akan membebaskan orang dari segala macam ketenangan jiwa, menjadi *point* penting dan membedakannya dengan psikoterapi modern.

#### **D. Tujuan dan Fungsi Psikoterapi Islami**

Tujuan psikoterapi Islami adalah memberikan bantuan kepada setiap individu agar sehat jasmaniah dan rohaniah, atau sehat mental, spiritual dan moral; menggali dan mengembangkan potensi esensial sumber daya Islami; mengantarkan individu kepada perubahan konstruktif dalam kepribadian dan etos kerja; meningkatkan kualitas keimanan, keislaman, keihisanan dan ketauhidan dalam kehidupan sehari-hari; mengantarkan individu mengenal, mencintai dan menemukan esensi diri,

atau jati diri dan cinta pada Dzat yang Maha Suci (Adz-Dzaki, 2001: 264).

Sedangkan fungsi psikoterapi Islami adalah: fungsi pemahaman (*understanding*); fungsi pengendalian (*control*); fungsi peramalan (*prediction*); fungsi pengembangan (*development*); fungsi pendidikan (*education*); fungsi pencegahan (*prevention*); fungsi penyembuhan dan perawatan (*treatment*); fungsi pensucian (*sterilization*); fungsi pembersihan (*purification*) (Adz-Dzaki, 2001: 264). Pertama, Fungsi Pemahaman (*Understanding*), Fungsi ini memberikan pemahaman dan pengertian tentang manusia dan problematikanya dalam hidup dan kehidupan serta bagaimana mencari solusi dari problematika itu secara baik, benar dan mulia. Hal lain yang disampaikan adalah bahwa psikoterapi islam memberikan penjelasan bahwa ajaran Islam (Al-Qur'an dan Hadits) merupakan sumber yang paling lengkap, benar dan suci untuk menyelesaikan masalah hidup. Kedua, Fungsi Pengendalian (*Control*), Fungsi ini memberikan potensi yang dapat mengarahkan aktivitas setiap hamba Allah agar tetap terjaga dalam pengendalian dan pengawasan Allah. Ketiga, Fungsi Peramalan (*Prediction*), Fungsi ini memiliki potensi untuk dapat melakukan analisis ke depan tentang segala peristiwa, kejadian dan perkembangan. Keempat, Fungsi Pengembangan (*Development*), Fungsi ini memiliki potensi untuk mengembangkan ilmu keislaman, khususnya masalah manusia dengan segala seluk beluknya, baik berhubungan dengan problematika ketuhanan maupun problematika kehidupan. Kelima, Fungsi Pendidikan (*Education*), Fungsi ini memiliki potensi untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, misalnya

dari keadaan tidak tahu menjadi tahu, baik buruk maupun baik, atau dari yang sudah baik menjadi lebih baik.

### **E. Model-Model Psikoterapi Islam**

Psikoterapi Islam harus memiliki model-model, dan dengan model itulah fungsi dan tujuan esensi psikoterapi Islam dapat tercapai dengan baik. Psikoterapi Islam mengambil model dan metode psikoterapi tersebut dari sumber ajaran Islam itu sendiri, yaitu: Al-Qur'an dan Hadits. Zahrani mengungkapkan model-model psiko-terapi menurut Al-Qur'an dan Hadits adalah sebagai berikut.

Model Pertama, psikoterapi melalui keimanan dan rasa aman. Kajian sejarah agama-agama di dunia, khususnya kajian sejarah islami, telah banyak mengungkap-kan keberhasilan iman kepada Allah dalam menyembuhkan penyakit kejiwaan, memunculkan perasaan aman, dan menjaga diri dari segala bentuk depresi yang merupakan penyebab utama adanya penyakit kejiwaan. Dalam Al-Qur'an telah digambarkan secara gamblang bagaimana iman kepada Allah bisa mendatangkan rasa aman dan ketenangan dalam diri orang yang beriman, sebagaimana firman Allah SWT, yang artinya:

*“Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka itulah yang mendapat keamanan dan mereka itu adalah orang-orang yang mendapat petunjuk.”* (Q.S. Al-An'aam: 82).

Yang dimaksud dengan keimanan disini adalah keimanan murni tanpa adanya campuran dengan ibadah kepada selain Allah SWT. Itulah keimanan yang men-datangkan ketenangan dan juga petunjuk ke jalan kebenaran dan kebaikan.

Ayat di atas juga memiliki satu makna yang tidak berjauhan dengan firman Allah SWT yang artinya:

*“ (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.”* (Q.S. Ar Ra'd: 28).

Yang dimaksud dengan orang beriman dari ayat di atas adalah orang-orang yang sabar apabila ditimpa musibah dan menganggapnya sebagai suatu takdir dan ketetapan yang telah diputuskan oleh Allah bagi dirinya. Ia akan sadar atas musibah tersebut dan mengharap akan mendapatkan petunjuk dalam hatinya agar ia mendapatkan keyakinan yang kuat.

Model kedua, psikoterapi dengan ibadah. Sesungguhnya menunaikan ibadah yang telah diwajibkan Allah, seperti shalat, zakat, puasa, haji, ataupun ibadah-ibadah sunnat seperti zikir, do'a dan tilawah Al-Qur'an mampu membersihkan jiwa, sebagaimana firman Allah SWT yang artinya:

*“Maka apakah orang-orang yang dibukakan Allah hatinya untuk (menerima) agama Islam lalu ia mendapat cahaya dari Tuhannya (sama dengan orang yang membatu hatinya)? Maka Kecelakaan yang besarlah bagi mereka yang Telah membatu hatinya untuk mengingat Allah. mereka itu dalam kesesatan yang nyata”*(Q.S. Az-Zumar: 22).

Menunaikan ibadah merupakan satu cara untuk menghapuskan dosa dan memperkuat ikatan seorang mukmin kepada Allah SWT yang ditampakkannya dengan selalu melaksanakan segala yang diperintahkan Allah SWT dan menjauhi segala yang dilarang oleh Allah SWT. Dengan ini semua maka akan muncu rasa pengharapan kepada Allah agar Allah dapat mengampuni segala kesalahannya dan semakin mantap untuk menggapai syurga Allah SWT.

Model Ketiga, Psikoterapi dengan kesabaran. Sabar adalah suatu penyebab datangnya keberuntungan sebagaimana yang dijelaskan pada ayat yang artinya:

*"Hai orang-orang yang beriman, Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung"* (QS. Ali Imran: 200).

Sabar dan sikap saling mengingatkan dalam kesabaran adalah dua hal yang masuk dalam cakupan ibadah dan juga cakupan hubungan interaksi manusia dengan sesamanya. Sabar memiliki faedah yang besar dalam mendidik jiwa dan menguatkan kepribadian muslim sehingga menambah kekuatannya untuk memikul beban kehidupan.

## **KESIMPULAN**

Psikoterapi Islami adalah suatu proses pengobatan dan penyembuhan terhadap gangguan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik dengan melalui bimbingan al-Qur'an-Sunah dan Nabias Muhammad saw. atau secara empirik adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah swt., malaikat-malaikat-Nya, Nabi dan Rasul-Nya atau ahli waris para Nabi-Nya. Obyek psikopatologi menurut tinjauan psikologi kontemporer berbeda dengan obyek dalam tinjauan Islam. Psikologi kontemporer selama ini menfokuskan diri pada patologi-patologi yang terkait dengan gangguan mental dan fisik jasmaniah. Adapun yang menjadi fokus penyembuhan, perawatan atau pengobatan dalam psikoterapi Islam adalah manusia secara utuh, yakni yang berkaitan dengan gangguan pada mental, spiritual, moral dan akhlaq, serta fisik (jasmaniah) sekaligus. Tujuan psikoterapi Islami adalah memberikan



bantuan kepada setiap individu agar sehat jasmaniah dan rohaniah, atau sehat mental, spiritual dan moral; menggali dan mengembangkan potensi esensial sumber daya Islami; mengantarkan individu kepada perubahan konstruktif dalam kepribadian dan etos kerja; meningkatkan kualitas keimanan, keislaman, keihisanan dan ketauhidan dalam kehidupan sehari-hari; mengantarkan individu mengenal, mencintai dan menemukan esensi diri, atau jati diri dan cinta pada Dzat yang Maha Suci. Psikoterapi Islam mengambil model dan metode psikoterapi tersebut dari sumber ajaran Islam itu sendiri, yaitu: Al-Qur'an dan Hadits. Yakni psikoterapi melalui keimanan dan rasa aman, psikoterapi dengan ibadah, Psikoterapi dengan kesabaran.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ancok, Djameludin, dan Fuat Nashori Suroso. 2008. *Psikologi Islami; Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Al Ghazali. 1986. *Rahasia-rahasia Shalat* (terj.) Muh. Al Baqir (Bandung: Karisma.
- Arifin, Isep Zainal. 2009. *Bimbingan Penyuluhan Islam, Pengembangan Dakwah Melalui Psikoterapi Islam*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Anwar, Rosihon. 2010. *Akhlaq Tasawuf*, Bandung: CV. Pustaka Setia
- Abdullah, Muhammad Darraj, tt. *al-Akhlaq fi al-Qur'an: Risalah Muqaranah-Nazharyahfi al- li Ak Qur'an*, ttp:Dar al-Buhuts al-Ilmiyyah.
- Asmaran, As. 1992. *Pengantar Studi Akhlaq*, Jakarta: Rajawali Pers, cet. I.
- Atkinson Rita L., dkk., *Pengantar Psikologi*, terj. Widjaja Kusuma, *Introduction to Psychology*", Batam: Interaksara, jilid II.
- Al-Atsir, Ibnu. 1979. *An-Nihayah fi Gharib al-Atsar*, Beirut: al-Maktabah al-Ilmiyyah, jil. II.

- Badri, Malik B. 1986. *Dilema Psikologi Muslim*, Jakarta: Pustaka Firdaus
- Bruno, Frank J. 1989. *Kamus Istilah Kunci Psikologi*, Yogyakarta: Kanisius.
- Chaplin, J.P. 1999. *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono, *Dictionary of Psychology* Jakarta: Rajawali Pers.
- Departemen Agama Republik Indonesia, , 1989. *Al Qur'an dan Terjemahannya*, Semarang: CV Toha Putra
- Hawari, Dadang. 1997. *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* Yogyakarta : PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hamdani, M. Bakran Adz-Dzaky. 2001. *Psikoterapi & Konseling Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Maskawaih, Ibnu tt. *Tahdzib al-Akhlak wa Tath-hir al-A'raq*, Beirut: Maktabah al-Hayah li Ath-Thiba'ah wa an-Nasyr.
- Mahmud, Muhamad. 1984. *'Ilm-Nafs al-Maashir i alfi-IslamDhaw'*, Jeddah:Dar al-Syuruq.
- Muttaqi , al-Hindial. 1981. *Kanz Al-Ummal*, Beirut: arMu'assasah-Risalah
- Mujib, Abdul dan Jusuf Mudzakir. 2001. *Nuansa-nuansa Psikologi Islami*, Jakarta:PT. Raja Grafindo Persada.
- Nashori, Fuat (ed.). 1994. *Membangun Paradigma Psikologi Islam* (Yogyakarta: SIPRESS
- Nata, Abuddin. 1996. *Akhlak Tasawuf*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Poerwadarminta, WJS. 1976. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Raji, Ismail, al-Faruqi, *Tauhid*. 1988. terj. Rahmami Astuti, Bandung: Pustaka.
- Surakhmad, Winarno, Murray Thomas. 1980. *Perkembangan Pribadi dan Keseimbangan Mental*, Bandung: Jemmars.
- Syatori, M. 1987. *Ilmu Akhlak*, Bandung: Lisan.
- Sukanto MM.1985. *Nafsiologi: Suatu Pendekatan Alternatif atas Psikologi* Jakarta: Integrita Press.
- Vahab, A.A. 1996. *An Introduction to Islamic Psychology*, New Delhi: Institute of Objective Studies.
- Zakiah Daradjat. 1988. *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental* Jakarta: CV Haji Masagung.