

## BAB I PENDAHULUAN

Al-Qur'an apabila dicermati dengan seksama ternyata semacam autobiografi dari Allah SWT. Dikarenakan di dalamnya termaktub tentang apa, siapa dan bagaimana Allah yang demikian dominan diceritakan sebagai tokoh sentral. Penggambarannya begitu rinci, utuh dan menyeluruh sehingga tidak meragukan lagi bahwasanya Al-Qur'an sebagai penjelmaan Allah SWT di dalam bentuk verbalistik yaitu berdimensi tulisan, ilustrasi dan suara. Al-Qur'an sebagai media komunikasi dan diperuntukkan kepada manusia sebagai pedoman melangkah yang di dalamnya berisikan jaminan-jaminan terhadap pemenuhan kebutuhan komunikasi verbalistik yang bersifat edukatif, persuasif, dan spiritualistik yang mampu menghantarkan manusia menuju kehidupan seimbang dan kepribadian yang paripurna sesuai dengan Al-Qur'an maupun sunah.

Masyarakat modern banyak dijumpai peristiwa-peristiwa yang mampu menggoncang psikis manusia sehingga gangguan kejiwaan muncul diseluruh penjuru dunia. Manusia sebagai makhluk yang memiliki kesadaran tentu akan menyadari adanya problem yang mengganggu aspek kejiwaannya. Oleh karena itu manusia akan berusaha mengatasi problem yang ada dengan berbagai upaya baik itu yang bersifat mistik irrasional sampai yang rasional, secara teori atau konsep dan alamiah. Manusia tempuh demi menggapai kehidupan yang tenang, sehat, baik jasmani maupun rohani. Sehingga terapi qur'ani muncul upaya untuk mencegah sekaligus mengatasi problem kejiwaan yang melanda manusia sepanjang zaman.

Muhammad Utsman Najati salah seorang psikolog Islam timur tengah menawarkan terapi qur'ani sebagai penyembuh gangguan kejiwaan melalui proses belajar yang berpijak pada Al-Qur'an yang tidak lepas dari sebuah strategi yaitu proses belajar dengan metode dan prinsip yang tentunya bersumber pula dari Al-Qur'an karena manusia itu ciptaan Allah dan Al-Qur'an adalah firman yang benar dariNya, manusia dapat mencontoh bagaimana pencipta jiwa itu menjaga

sekaligus mengatasi atau mengobati segala problem kejiwaan manusia ciptaanNya sendiri.

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat dan telah mampu mengantarkan manusia pada peradaban modern, nilai dan orientasi hidup manusia pun mengalami perubahan yang cukup signifikan. Pola hidup yang bersumber dari nilai dan ajaran agama yang mengedepankan persaudaraan, kerjasama, kekeluargaan, dan kegotongroyongan tampaknya kini sudah menipis dan sulit untuk ditemukan di tengah-tengah kehidupan masyarakat modern. Secara tidak sadar pola hidup yang dimaksud tergantikan dengan pola kehidupan baru, yaitu kehidupan modern. Pola hidup yang mementingkan diri dan ambisi pribadi tanpa mempertimbangkan kepentingan orang lain (*egois*), menilai segala sesuatu dari materi (*materialistik*) dan hidup yang mengejar kepuasan dan kesenangan sesaat tanpa mempertimbangkan dampak serta akibatnya telah mewarnai perjalanan hidup manusia saat ini.

Di samping adanya perbedaan harapan dan kebutuhan hidup, manusia modern juga semakin bertambah kompleks. Setiap kebutuhan dan keinginan tersebut menuntut manusia untuk dapat memenuhinya dengan baik, sehingga menjadikannya merasa senang dan puas. Namun disayangkan, dalam kenyataannya ternyata berbeda, karena tidak semua orang bisa memenuhi kebutuhannya dengan baik. Adakalanya berbagai keinginan dan kebutuhan tidak mampu mereka penuhi, baik kebutuhan yang berkaitan dengan jasmani maupun rohani sehingga kemungkinan manusia besar manusia akan mengalami goncangan psikis dan menyebabkan gangguan dalam jiwa manusia.

Manusia yang tidak memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhan baik secara jasmani maupun rohani dengan penuh kesabaran dan ikhlas menjadikan kalut dan kalap, akibatnya muncul sikap membabi buta dalam upaya meraih dan memenuhi kebutuhannya dengan menghalalkan segala cara tanpa mengindahkan norma dan hukum agama yang selama ini dijunjung

tinggi. Kejadian ini membawa dampak psikologis yang sangat membahayakan bagi kelangsungan hidupnya, misalnya hilangnya semangat dan gairah hidup, dilanda krisis makan, stress, depresi atau bahkan keputusan yang akan menyeret pada tindakan bunuh diri. Dampak psikologis itu memunculkan gangguan kejiwaan dengan tingkat berbeda-beda.

Memperoleh kebaikan dan terhindar dari sesuatu yang buruk dan tidak diinginkan adalah dambaan, setiap orang akan berusaha sekuat tenaga untuk dapat memperolehnya. Sedangkan mereka lupa sebagai makhluk yang memiliki keterbatasan, baik dalam ilmu pengetahuan maupun kemampuannya. Keterbatasan itu menyebabkan tidak semua harapan terwujud dengan baik dan memuaskan. Lebih dari itu, manusia juga sering melupakan bahwa di luar dirinya terdapat kekuatan maha besar yang memiliki kemampuan menentukan kebaikan atau keburukan baginya yakni kekuatan yang berasal dari Allah Tuhan semesta alam.

Setiap orang menginginkan kebaikan untuk dirinya dan akan selalu berupaya untuk menghindari keburukan yang menimpa dirinya. Tetapi sayangnya mereka tidak begitu saja memperoleh kebaikan sebagaimana yang diharapkan, melainkan ia harus berhadapan dengan berbagai tantangan dan rintangan dengan berbagai bentuk dan ragamnya. Keadaan yang dimaksud merupakan bentuk cobaan dan ujian dari Allah kepada hamba-hambanya untuk menguji kualitas iman dan takwa serta kualitas sabar yang dimiliki seseorang. Sebagaimana Allah telah berfirman yang artinya

*“Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk syurga, Padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan) sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: "Bilakah datangnya pertolongan Allah?" Ingatlah, Sesungguhnya pertolongan Allah itu amat dekat”.(Q.S al-Baqarah [2] : 214)*

Sesungguhnya cobaan dan ujian Allah SWT tidak akan terlepas dari kehidupan manusia, sebab ujian dan cobaan adalah sunatullah senantiasa menyertai kehidupan manusia. Sungguh seseorang tidak akan senang terus-menerus dan tidak akan pula menderita, mengalami kesedihan dan kesulitan



untuk selamanya. Namun susah dan senang, sedih dan bahagia, lapang dan sempit akan senantiasa mengiringi kehidupan manusia, untuk menghadapi berbagai kemungkinan yang akan terjadi dalam hidupnya itu seseorang benar-benar dituntut berkepribadian yang tangguh hal itu hanya dapat dicapai jika umat manusia sehat secara mental dan spiritual, terbebas dari belenggu kejiwaan yang dewasa ini menghantui kehidupan masyarakat modern.

Cerminan kepribadian yang tangguh tidaklah lain kepribadian yang dimiliki oleh sosok manusia pilihan yaitu Muhammad SAW sebagai suri tauladan manusia. Akhlaq beliau adalah Al-Qur'an, kepribadian rasullah bisa disebut pula dengan kepribadian qur'ani. Dalam Al-Qur'an terdapat tiga pola kepribadian yaitu kepribadian orang-orang mukmin, kepribadian orang-orang kafir, dan kepribadian orang-orang munafiq. Salah satu dari ketiga kepribadian yang ada dalam Al-Qur'an yang dimaksud ada yang menggambarkan ciri-ciri manusia yang berkepribadian tangguh dan sesuai dengan Al-Qur'an yaitu pola kepribadian orang-orang mukmin. Kepribadian qur'ani yaitu kepribadian (*personality*) yang dibentuk dengan susunan sifat-sifat yang sengaja diambil dari Al-Qur'an, sengaja bisa dibayangkan strukturnya terbangun dari elemen-elemen ajaran Al-Qur'an.<sup>1</sup> Manusia adalah makhluk yang berkeyakinan yaitu meyakini adanya benar dan salah. Manusia dibekali Allah beberapa sifat untuk mendekati kekuatan yang paling sempurna, ditandai dengan adanya rasa takut, cinta dan tunduk. Ketiganya bisa disebut dengan perangai dan mungkin merupakan perangai yang paling awal yang ditanamkan dalam jiwa manusia.<sup>2</sup> Adanya sifat yang telah Allah berikan ketika diri manusia bertindak maupun berucap yang bertentangan moral maka hati akan cenderung memberontak, diri manusia akan merasa bersalah yang berlebihan bahkan bisa terjadi ketakutan yang berlebihan yang dapat memicu munculnya gangguan kejiwaan dalam diri manusia.

Jiwa dalam konteks psikologi lebih dihubungkan dengan tingkah laku sehingga yang diselidiki oleh psikologi adalah perbuatan-perbuatan yang

---

<sup>1</sup>Rif'at Syauqi Nawawi, *Kepribadian Qur'ani*, Amzah, Jakarta, 2014, hlm. 49

<sup>2</sup>Rif'at Syauqi Nawawi, *Ibid*, hlm. 34

dipandang sebagai gejala-gejala dari jiwa.<sup>3</sup> Karena psikologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang jiwa dan jiwa sendiri itu tidak tampak, maka yang dapat dilihat adalah tingkah laku atau aktifitas-aktifitas yang merupakan wujud dari gejala jiwa tersebut. Jadi psikologi sebagai ilmu yang mempelajari tentang gejala-gejala kejiwaan yang tercermin dalam bentuk perilaku, baik perilaku yang tampak maupun yang tidak tampak. Adapun firman Allah SWT

*“Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), Maka Allah SWT mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Maka sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, Dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotori jiwanya”.* (Q.S asy-Syam [91] : 7-10)

Ayat di atas menyatakan bahwa dalam penciptaan jiwa itu Allah SWT telah mengilhamkan jalan kefasikan dan ketaqwaan kepadanya. Adanya kefasikan dan ketaqwaan memunculkan sikap, perilaku dan penampilan manusia yang bisa dilihat secara kasat mata. Ketika manusia dengan ketaqwaan diri sangatlah beruntung karena pancaran ketaqwaan ini, menjadikan orang mau menjaga dan membina untuk kesucian jiwanya dan ketika kefasikan mendominasi diri manusia maka rugilah orang yang tidak mau menjaga dan membina jiwanya, membiarkan dan mengotorinya. Jalan untuk menjaga dan membina jiwa banyak tantangan dan godaan, sedangkan jalan untuk mengotorinya mudah dan tanpa perjuangan.

Dinyatakan dalam ayat tersebut bahwa jiwa itu dapat dibersihkan. Pembersihannya melalui proses yang disebut dengan *tazkiyah*. Ayat ini masih dalam penjelasan tentang *al-nafs* yang memiliki potensi untuk berbuat baik dan buruk. Potensi itu dapat dibersihkan dengan proses *tazkiyah*. Maka *al-nafs* yang suci adalah *al-nafs* bersih dari dorongan buruk, baik pada tingkat *lawwamah*, maupun pada tingkat *mutma'innah*.<sup>4</sup>

Pada umumnya perilaku dan sikap manusia itu bervariasi, baik dalam kualitas maupun jenisnya. Sehingga wujud dari perilaku seseorang pun menjadi bervariasi. Ketika sikap, perilaku dan penampilan seseorang itu baik,

---

<sup>3</sup>Noer Rohmah, *Pengantar Psikologi Agama*, Teras, Yogyakarta, 2013, hlm. 306

<sup>4</sup>Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islam*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2004, hlm. 112

maka dapat ditafsirkan bahwa kondisi kejiwaan atau rohaniyah seseorang dalam kondisi sehat atau tidak bermasalah. Namun sebaliknya, jika sikap, perilaku dan penampilan seseorang tidak baik, maka kondisi kejiwaan seseorang dapat dikatakan dalam kondisi yang tidak sehat atau terganggu. Misalnya dilihat dari penampilan dan sikapnya ketika ada seseorang berpakaian sobek-sobek, rambutnya gimbal, badannya kotor, berperilaku aneh dan senyum-senyum sendiri, dirinya tidak merasakan lelah anggota tubuhnya selalu bergerak dan cenderung susah berhenti maka orang yang melihatnya menafsirkan bahwa seseorang tersebut jiwanya tidak sehat atau terganggu.

Mayoritas orang mengalami gangguan jiwa bertingkah laku tampak seperti orang normal, contoh gangguan jiwa yang umum ini meliputi depresi, kecemasan, tekanan batin, gangguan seksual, gangguan ketergantungan zat, alkohol dan rokok. Seseorang dikatakan mengalami ketergantungan terhadap alkohol dan zat ketika penggunaannya telah membahayakan kesehatan fisik, mental, dan sosial seseorang. Depresi merupakan contoh gangguan kejiwaan, karena seseorang yang mengalami depresi jiwanya tergoncang dan tidak bisa berpikir jernih. Orang yang mengalami depresi akan lebih banyak menyendiri dan menghayal yang aneh-aneh sehingga memungkinkan sekali akan berperilaku tidak sesuai dengan norma yang ada. Dalam realitas umat manusia sekarang ini telah menunjukkan banyak problem kemanusiaan. Sebuah untaian sajak yang menggambarkan kesuraman problem yang dihadapi manusia sebagai berikut “... sifat mereka tertukar dari fakir menjadi kafir, shidiq dan amanah menjadi sirna, khasat dengki khianat berbilang-bilang, iman dan taat menjadi luntur, kasih sesama umat menjadi gugur, judi menjadi seri majelis, zina menjadi pekerjaan laris, isteri dan anak menjadi durhaka, melihat moral si Ayah merajalela, alam pun turut sangat murka, menurunkan bala banjir dan gempa, gunung-gunung memuntahkan laharnya, perang terjadi dimana-mana, malapeka diseluruh dunia,..”<sup>5</sup> Di Amerika serikat, pada setiap empat resep kedokteran terdapat, satu diantaranya resep

---

<sup>5</sup>Noer Rohmah, *Ibid*, hlm. 275-276



obat penenang. Setiap 100 orang sakit yang mengunjungi dokter umum, 70 persennya adalah orang-orang yang mengalami gangguan kejiwaan dan syaraf, baik dalam gambaran yang tampak maupun yang tersembunyi.<sup>6</sup> Artinya tingkat stres dan potensi gangguan jiwa pada era modern sangat tinggi, hal ini disebabkan karena masalah-masalah hidup yang semakin kompleks.

Sehat secara mental dan spiritual, terbebas dari penyakit rohani adalah dambaan setiap orang, karena hanya dengan jiwa sehat inilah seseorang akan mampu menjalani kehidupan ini dengan baik. Sedangkan Al-Qur'an diturunkan Allah kepada Nabi Muhammad SAW, untuk segenap umat manusia. Ayat-ayat Al-Qur'an telah mengupas sifat penciptaan manusia, menerangkan tentang jiwa manusia, penyakit jiwa, menerangkan penyebab-penyakit penyimpangan penyakit jiwa serta metode pendidikan dan penyembuhan jiwa. Sehingga Al-Qur'an bisa sebagai petunjuk untuk memahami tabiat manusia sekaligus sebagai pengobat atau terapi jiwa manusia.<sup>7</sup> Terapi qur'ani adalah salah satu sarana dan media yang tepat untuk menciptakan pribadi-pribadi sehat secara mental dan spiritual.

Pendapat Ibn'Qayyim yang dikutip oleh Majdi bahwa Al-Qur'an adalah obat penyembuh total dari berbagai penyakit, baik penyakit hati maupun penyakit fisik. Namun demikian, tidak semua orang diberi keahlian untuk menjadikan Al-Qur'an sebagai media terapi. Seseorang dapat menjadikan Al-Qur'an sebagai terapi alternatif yang handal dan akan menyembuhkan secara total, apabila seseorang meyakini sepenuh hati dan harus memenuhi syarat-syaratnya.<sup>8</sup> Al-Qur'an banyak memuat ayat yang mengupas sifat penciptaan manusia, menjelaskan ihwal jiwa yang berbeda-beda, menerangkan sebab-sebab penyeimbang dan penyakit jiwa, serta metode pembinaan, pendidikan dan penyembuhan jiwa. Sebuah kemungkinan mendapatkan petunjuk yang

---

<sup>6</sup>Adnan Syarif, *Psikologi Qur'ani*, Pustaka Hidayah, Bandung, 2002, hlm. 259

<sup>7</sup>M. Utsman Najati, *Psikologi dalam Al-Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan)*, Pustaka Setia, Bandung, 2005, hlm. 19

<sup>8</sup>Majdi Muhammad Asy-Syahawi, *Ingin Sehat? Berobat dengan Al-Qur'an & Madu*, Gema Insani, Jakarta, 2011, hlm. 20

mendasari keselarasan dan kesempurnaan kepribadian manusia dan terwujudnya manusia kesehatan jiwa manusia. Diantara kebutuhan umat manusia yaitu mempersiapkan jalan untuk membangun suatu psikologis yang hasil dan tingkat kebenarannya sesuai dengan hakikat manusia itu sendiri.

Upaya-upaya dapat dilakukan untuk mengembangkan studi-studi baru tentang psikologi yaitu meletakkan dasar-dasar teori baru tentang kepribadian yang hakikat dan konsep-konsepnya sesuai dengan apa yang termaktub dalam Al-Qur'an dan hadits. Sejauh ini masih banyak teori-teori berkaitan dengan kepribadian yang hakikat dan konsep-konsepnya mengacu pada hasil penelitian maupun penelitian para ilmuwan modern yang cenderung eksakta, hal ini sebetulnya membuat langkah kita terhambat dan seakan-akan terbatas untuk bergerak mengkaji fenomena-fenomena kejiwaan manusia.

Kajian fenomena-fenomena kejiwaan manusia condong bersifat dangkal, karena penelitian-penelitian yang dilakukan oleh psikolog modern mengembalikan fenomena-fenomena kejiwaan pada sisi yang bisa diukur yaitu pada proses fisiologi saja yang berkaitan dengan sistem organ seperti sistem syaraf, sistem otak sistem pencernaan dimana sistem organ yang ada dalam diri manusia dapat dikaji dan dideteksi dengan hasil yang gamblang. bahkan psikolog modern terlupakan untuk mengkaji aspek-aspek perilaku manusia yang penting yaitu aspek keagamaan dan spiritual, nilai-nilai kemanusiaan yang luhur, cinta yang luhur, dimensi spiritual dan yang lain-lain. Jadi mengenal konsep-konsep kejiwaan manusia dengan berangkat mengkaji Al-Qur'an maupun hadits serta pemikiran para filosof muslim dan pemikiran muslim sangatlah penting agar ke depan generasi-generasi yang mengkaji ilmu-ilmu kejiwaan Islam berada dalam pemahaman yang benar-benar bernafaskan Islam.

Berangkat dari uraian latar belakang di atas penulis merasa tertarik meneliti pemikiran seorang tokoh psikologi dalam karya yang akan ditulis dengan judul **“Pemikiran Muhammad Utsman Najati tentang Terapi Qur’ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan”**. Dimana sebuah pemikiran yang menghimpun hakikat dan konsep kejiwaan yang ada dalam



Al-Qur'an dijadikan petunjuk dalam membentuk gambaran jelas tentang kepribadian dan perilaku manusia.

### **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang masalah yang dipaparkan penulis di atas, permasalahannya adalah

1. Bagaimanakah bangunan pemikiran Muhammad Utsman Najati tentang Al-Qur'an?
2. Bagaimanakah upaya Muhammad Utsman Najati dalam menghadirkan Al-Qur'an sebagai terapi penyembuhan gangguan kejiwaan?
3. Bagaimanakah deskripsi implikasi terapi qur'ani dalam penyembuhan gangguan kejiwaan menurut Muhammad Utsman Najati?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penulis kaitannya dengan penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui bangunan pemikiran Muhammad Utsman Najati tentang Al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui metode yang digunakan Muhammad Utsman Najati dalam menghadirkan Al-Qur'an sebagai terapi penyembuhan gangguan kejiwaan.
3. Untuk mendeskripsi implikasi terapi qur'ani dalam penyembuhan gangguan kejiwaan menurut Muhammad Utsman Najati.

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Secara teoritis
  - a. Dapat memberikan sumbangan keilmuan dalam bidang bimbingan penyuluhan dan islam khususnya yang berkaitan dengan terapi qur'ani serta dapat menjadi referensi bagi penulis selanjutnya.
  - b. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menambah wacana keilmuan dan pemahaman yang mendalam tentang terapi qur'ani dalam penyembuhan gangguan kejiwaan.

2. Secara Praktis

- a. Dapat memberikan dan menawarkan langkah alternatif dalam proses pembentukan pribadi muslim yang sehat.
- b. Kehadiran pemikiran Muhammad Utsman Najati tentang terapi qur'ani dalam penyembuhan gangguan kejiwaan ini diharapkan dapat membantu konselor dan juga terapis dalam menangani masalah klien khususnya klien yang mengalami gejala-gejala gangguan kejiwaan.

