

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori Terkait Judul

1. *Sufi healing*

a. Pengertian Sufi healing

Penyembuhan sufi atau *sufi healing* adalah sebuah hal baru pada masyarakat modern. Istilah *sufi healing* sendiri terdiri dari dua kata yaitu sufi serta *healing*. Kata sufi merujuk kepada definisi seseorang atau lebih, dari hamba Allah yang sedang berupaya atau sedang mengupayakan orang lain untuk tau bagaimana rasa lezatnya berhubungan langsung kepada Tuhan.¹ Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia sufi memiliki definisi sebagai ahli tasawuf; ahli suluk.² Kemudian, *healing* berasal dari kata *heal* yang memiliki arti penyembuhan. Kata *heal* dalam bahasa Inggris memiliki beberapa pengertian yaitu : pertama, sempurna atau membuat utuh; bebas dari penyakit; memulihkan kesehatan. Kedua, menuju suatu akhir atau konklusi (misalnya konflik-konflik antar perseorangan, kelompok dan sebagainya, yang menyebabkan adanya pemulihan persahabatan akibat konflik tersebut); menenangkan; rekonsiliasi. Ketiga, bebas dari sifat-sifat buruk, membersihkan, memurnikan. Keempat, akibat dari sebuah obat. Kata *heal* ini tidak terbatas hanya kepada sebuah penyakit fisik, tetapi lebih dari itu. Seperti psikis kepada sebuah proses panjang pengalaman untuk menuju kepada kesempurnaan atau setidaknya kembali seperti semula.³

¹ Amin Syukur, Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf, 66.

² KKBI Daring: Pencarian dalam <https://kbbi.kemdikbud.go.id>, Diakses pada 20 Desember 2021

³ Amin Syukur, Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf, 66.

Pengobatan menggunakan model sufi merupakan salah satu dari transformasi tasawuf yang dihasilkan. Para praktisi tasawuf yang telah melakukan kombinasi nilai tasawuf dengan ilmu-ilmu lainnya. Salah satu kombinasi ilmu tasawuf dan psikologi adalah menghadirkan keilmuan baru yang diberi nama *sufi healing*. Penyembuhan penyakit psikis serta fisik dengan memanfaatkan nilai-nilai tasawuf yaitu, tawakal, sabar, zikir, rida, taskiyatun *nafs*, zuhud serta nilai-nilai tasawufnya.⁴

Metode pengobatan atau penyembuhan dari sufi didapatkan pertama kali dari Al-Qur'an serta dari keseharian dan tingkah laku nabi.⁵ Psikoterapi sufi (psikoterapi Islam) merupakan sebuah proses penyembuhan atau pengobatan penyakit atau gangguan mental atau kejiwaan, agama (*spiritual*), moral dan fisik dengan menggunakan bimbingan Al-Qur'an serta As-Sunnah Rasulullah. Dalam hal ini dapat dipahami bahwa terapi sufistik (*sufi healing*) sebagai landasan utamanya menggunakan Al-Qur'an dan As-Sunnah.⁶ Sehingga, oleh kaum sufi diartikan *sufi healing* merupakan pengobatan serta penyembuhan terhadap mental, fisik, kejiwaan, spiritual atau rohani dalam kerangka pemikiran tasawuf.⁷

Penyembuhan yang digariskan oleh para auliya Allah adalah sebuah terapi penyembuhan sufistik (*sufi healing*) pada

⁴ M Agus Wahyudi and Syamsul Bakri, 'Psikoterapi Sufistik Dalam Pengobatan Reiki Pada Masa Pandemi', *Syifa Al-Qulub: Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik*, 6.1 (2021), 66. <<https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/syifa-al-qulub>>.

⁵ Shaykh Ghulam Moinuddin, *Penyembuhan Cara Sufi*, terj. Arif Rakmat (Yogyakarta: Yayasan Bentang Budaya, 2000), 4.

⁶ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling & Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004): 228.

⁷ Gusti Abd. Rahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2012): 5.

pengobatan ini memiliki keyakinan bahwa semua penyakit datang dan sembuh berasal dari Allah. Pada pengobatan sufistik para pelaku akan mengajarkan amalan tertentu sesuai kepada paham tarekat yang pelaku anut. Metode yang biasanya dianjurkan untuk diamalkan kepada para pasien adalah wirid zikir. Zikir bisa dilakukan dengan cara sendirian (*infirodiah*) atau bersama-sama (*ijtimaiah*). Ketika pasien tidak bisa untuk berzikir sendiri maka, terapis akan mengajak untuk berzikir bersama.⁸ Kegiatan ini dilakukan untuk menguatkan ruh, karena pada dasarnya penyakit ada karena ruh yang lemah serta dikalahkan oleh hawa *nafsu* dan kemauan jasad.⁹

Berdasarkan penjelasan diatas maka bisa diambil kesimpulan bahwa *sufi healing* atau terapi sufistik adalah metode baru untuk pengobatan dan penyembuhan yang dilandasi oleh ajaran tasawuf dengan bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah dengan mengabungkan keilmuan tasawuf dengan keilmuan lainnya. Pada *sufi healing* memiliki keyakinan bahwa penyakit datang dan pergi atas izin Allah SWT.

b. Perkembangan Pemikiran *Sufi healing*

Metode penyembuhan para Sufi berasal pertama dari Al-Qur'an dan kedua dari tradisi serta tindakan Nabi Muhammad SAW. Selain itu ada masyarakat yang memiliki kejeniusan kemudian, mengembangkan ilmu kedokteran dalam konteks masyarakat dan budaya Islam. Hakim Ibn Sina, Rhazes dan al Suyuti

⁸ Sri Mulyati and Zahrotun Nihayah, 'Sufi healing in Indonesia and Malaysia: An Update Study of Rehabilitation Methods Practiced by Qadiriyya Naqshbandiyya Sufi Order', *Esoterik: Jurnal Akhlak Dan Tasawuf*, 06.2460-7576 (2020), 344. <<https://doi.org/10.21043/esoterik.v6i1.7085>>.

⁹ Mulyati and Nihayah, *Sufi healing in Indonesia and Malaysia: An Update Study of Rehabilitation Methods Practiced by Qadiriyya Naqshbandiyya Sufi Order*, 345.

merupakan beberapa tokoh medis yang sering dipelajari oleh para sufi. Hal yang perlu dicatat adalah untuk mencapai status sufi dalam *sufi healing* haruslah menemukan seorang guru serta beberapa mengatakan bahwa setidaknya perlu dua belas tahun untuk pelatihan ini.¹⁰

Menjejak perkembangan zaman, seorang ulama yang juga merupakan sufi besar dari Ajmer (India) yaitu Syekh Hakim Mu'inuddin Chisyti merupakan orang pertama yang menyeberluaskan serta mengenalkan *sufi healing* dalam bukunya yang diberi judul "*The Book of Sufi healing*". Istilah *sufi healing* muncul pertama kali karena hal ini. Beliau terkenal karena memiliki keahlian serta bakat untuk mengobati berbagai penyakit yang diderita manusia menggunakan metode dari ajaran Islam murni dimana langsung menghubungkan individu dengan Allah SWT sebagai halnya yang lebih dulu dilakukan oleh para sufi saat zaman Rasulullah saw. Kemudian tokoh kedua yang menghadirkan *sufi healing* dalam ranah keilmuan yang diwujudkan dalam sebuah buku berjudul "*The Art of Sufi healing*" adalah Linda O'riordan. Lalu guru besar dari Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang juga menghadirkan *sufi healing* kedalam bukunya yang berjudul Syukur, "*Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf*" dan *Sufi healing dengan Metode Tasawuf*."¹¹

Sufi healing bagi kaum sufi telah dilaksanakan saat mereka memasuki tahap permulaan (*al-Bidayah*) dimana masuk

¹⁰ Moiruddin Chishti, *The Book of Sufi healing* (New York: Inner Traditions International, 1991): 5.

¹¹ Khairunnisa Fitria Permana, "Intervensi *Sufi healing* Terhadap Kecemasan Pada Penderita Jantung Koroner (Studi Kasus : Rumah *Therapy* Solusi Kesehatan Ala *Thibbun Nabawi* Haurgeulis Indramayu)" (skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020), 30.

kedalam tahap kesufian, yaitu pengosongam jiwa dari hal-hal yang merusak (*tahkhalli*), pengisian jiwa dengan segala sesuatu yang mulia (*tahalli*), menemukan sesuatu yang dicari serta melakukannya dalam keseharian (*tajalli*). Kemudian *mujahadah* serta *riyadhah* dengan jalan *maqamat* serta *ahwal*. Setelah itu, sampailah pada akhir pencarian (*nihayah*). Para sufi memberikan nama *nihayah* sebagai *maqam* terakhir, yakni pencapaian (*wushul*), perbuatan baik (*Ihsan*), atau tidak abadi (*fana*). Individu yang telah sampai kepada tahap inilah dinamakan *ahl al-Irfan*. Tetapi untuk individu yang awam, melakukan *sufi healing* bisa dengan cara lain seperti Zikir, membaca shalawat, salat serta mendengarkan musik.¹²

Pembahasan mengenai kesehatan dalam pandangan sufi di bahas dalam ilmu *sufi healing*. *Sufi healing* adalah istilah yang digunakan kaum sufi dalam kegiatan penyembuhan. Kegiatan penyembuhan ini dilaksanakan oleh para guru sufi untuk siapa saja yang membutuhkan pengobatan atau perawatan karena penyakit. Praktek *sufi healing* ini sudah berkembang sejak jaman Nabi Muhammad Saw. Kaum sufi juga percaya bahwa Nabi Muhammad Saw merupakan mursyid dari seluruh mursyid tarekat. Sehingga bisa dikatakan bahwa *sufi healing* sudah berumur sama dengan perkembangan Islam saat ini.¹³

Sufi healing menurut Amin Syukur adalah sebuah penyembuhan atau pengobatan dimana konsep dasarnya menggunakan ajaran tasawuf dan sufi. Sebagai sebuah proses penyembuhan serta pengobatan *sufi healing* adalah kepingan

¹² Amin Syukur, *Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf*, 67.

¹³ Naan, *Epistemologi Kesehatan Perspektif Sufi (Telaah literatur atas definisi pengobatan cara sufi)*, 36–37.

kecil dari luasnya dunia sufisme. Pada metode pengobatannya *sufi healing* memakai tiga teori besar dalam tasawuf sebagai cara pengobatannya, yaitu : tasawuf *Akhlaqi* yakni berfokus pada tabiat atau tingkah laku (*akhlaq*) sebagai fokus utama, tasawuf *Amali* dalam hal ini yang menjadi fokus utama adalah bagaimana cara individu untuk bisa mendekatkan diri kepada Allah SWT, dan tasawuf *Falsafi* adalah tasawuf yang di dalam ajarannya mengkombinasikan anatara visi intuitif serta visi rasional yang dasar metode dan ajarannya adalah rasa (*dzauq*).¹⁴

Pengobatan dengan metode tasawuf atau lebih sering dikenal dengan *sufi healing* memiliki maksud sebagai cara untuk membunikan konsep tasawuf yang sering dianggap demistifikasi (mistis) untuk bisa digunakan untuk metode penyembuhan atau pengobatan. Salah satu cara yang dilakukan untuk menghilangkan demistifikasi pada *sufi healing* adalah dengan menjalankan langkah dari konsep tasawuf dan memberikan penjelasan dinamika serta konsekuensi logisnya. Dalam hal ini memungkinkan untuk menggunakan konsep lain yang memang terjadi pada sebuah proses *sufi healing*. Tetapi upaya demistifikasi ini juga sebagai bukti bahwa konsep tasawuf memang memiliki sifat mistis (karena pada saat individu menjalani konsep serta dogma akan memiliki dampak kepada pengalaman spiritual individu sendiri), namun pada sisi lainnya nyatanya tasawuf memiliki sifat membumi. *Sufi healing* sendiri memiliki dua makna, dimana yang pertama *sufi healing* sebagai proses. Maknanya, *sufi healing* atau pengobatan menggunakan pendekatan

¹⁴ Amin Syukur, *Sufi healing Terapi Dengan Metode Tasawuf* (Jakarta: Erlangga, 2012): 13–15.

tasawuf memiliki upaya untuk meningkatkan keterampilan individu dalam mengatasi gangguan dengan melakukan proses tertentu dan akan membentuk sikap-sikap sufistik. Kedua, *sufi healing* sebagai modalitas dimana ketika individu sudah bisa membentuk sikap sufistik akan menjadi modalitas untuk bisa menghindari dari gangguan yang dialami sebelumnya.¹⁵

c. Fungsi *Sufi healing*

Fungsi utama dari *sufi healing* yaitu, fungsi *controlling* (pengendalian), fungsi *development* (pengembangan), fungsi *understanding* (pemahaman), fungsi *prediction* (peramalan), serta fungsi *education* (pendidikan).¹⁶

1) Fungsi *Controlling* (pengendalian)

Potensi yang diarahkan adalah untuk membangkitkan aktivitas setiap hamba sehingga dapat terjaga dalam pengawasan dan pengendalian-Nya, dengan demikian akan selalu ada di dalam hal yang baik, benar dan bermanfaat.

2) Fungsi *development* (pengembangan)

Mengembangkan keilmuan Islam, di utamakan kepada manusia dan asal-usulnya, baik yang ada hubungannya dengan masalah ketuhanan untuk sampai kepada keinsanan, bersifat aplikatif, teoritis maupun empiris. Ketika seseorang belajar dan mengamalkan ilmu ini, berarti orang tersebut sedang melakukan kegiatan

¹⁵ Syamsul Bakri and Ahmad Saifuddin, *Sufi healing : Integrasi Tasawuf Dan Psikologi Dalam Penyembuhan Psikis Dan Fisik*, ed. by Risty Mirsawati (Depok: PT RajaGrafindo Persada, 2019), 98–99.

¹⁶ Hayatul Khairul Rahmat, Ela Nurmalasari, and A. Said Hasan Basri, 'Implementasi Konseling Krisis Terintegrasi Sufi healing Untuk Menangani Trauma Anak Usia Dini', in *Prosiding PIT Ke-5 Riset Kebencanaan IABI Universitas Andalas, Padang 2-4 Mei 2018* (Padang, 2018): 676.

untuk mengembangkan eksistensi keinsanannya menuju esensi yang sempurna.

3) Fungsi *understanding* (pemahaman)

Memberikan pemahaman tentang manusia dan masalahnya dalam keseharian atau kehidupan, bagaimana menemukan sebuah solusi dan hal yang belum bisa dipecahkan itu dengan benar, baik dan mulia, terutama kepada gangguan mental, kejiwaan, spiritual, serta moral. Kemudian memberikan pemahaman jika al-Qur'an dan as-Sunnah adalah sebuah sumber yang paling suci dan benar untuk menyelesaikan masalah yang berkaitan terhadap pribadi seseorang terhadap Tuhannya serta hubungan seseorang dengan lingkungan rumah atau keluarga dan lingkungan sosial dia sendiri.

4) Fungsi *prediction* (peramalan)

Sikap peramalan yang seseorang miliki bisa berpotensi untuk menganalisis peristiwa, perkembangan dan kejadian kedepan. Ketika seseorang bisa mengetahui sesuatu yang dapat terjadi, maka seseorang akan bisa mempersiapkan diri untuk mengantisipasi kejadian yang akan terjadi apakah bermanfaat atau tidak. Dengan demikian, hal-hal tersebut dapat mendatangkan hikmah serta kebaikan kepada kehidupan seseorang itu sendiri.

5) Fungsi *education* (pendidikan)

Fungsi pendidikan adalah untuk meningkatkan sumber daya manusia (SDM). Seperti Allah mengutus para nabi memberikan pengetahuan kepada

seluruh umatnya sehingga bisa menjadi umat yang pandai, kritis dan cerdas. Karena dengan adanya potensi tersebut, manusia akan menjadi seorang yang unggul dan menjadi insan kamil (sempurna) di mata Allah.

Selain fungsi utama terdapat juga terapi sufistik (*sufi healing*) secara spesifik seperti :

1) Fungsi *prevention* (pencegahan)

Ketika kita mempelajari, memahami dan melakukan *sufi healing*, maka kita akan terhindar dari hal-hal yang bisa membuat diri kita dalam bahaya secara fisik, spiritual, jiwa, moral dan mental.

2) Fungsi penyembuhan

Sufi healing (terapi sufistik) bisa membantu seseorang untuk melakukan penyembuhan serta pengobatan terhadap penyakit, utamanya gangguan spiritual serta kejiwaan. Dengan melakukan Zikir, karena ketika seseorang berZikir hati serta jiwa manusia akan damai dan terang. Dengan berpuasa hati nurani, jiwa, moral serta pikiran manusia kan menjadi bersih. Dengan melakukan sholat serta membaca shalawat maka bisa menumbuhkan semangat serta etos kerja pada individu tersebut.

3) Fungsi Penyucian dan Pembersihan (*Sterilisasi* atau *reification*)

Sufi healing (terapi sufistik) adalah suatu upaya untuk mesucikan diri dari dosa dan kedurhakaan dengan

penyucian najis (istinja), mandi, wudhu, dan salat taubat.¹⁷

Sufisme memiliki perbedaan dalam pendekatan metodologi dalam pengobatan, perawatan, pencegahan, serta pembinaan mental pengikut sufi. Pendekatan yang digunakan kaum sufi adalah upaya mengosongkan diri dari berbagai perilaku buruk yang ada dalam diri sufi itu sendiri.¹⁸ Pertama adalah pendekatan *takhalliyyah al-nafs* yang merupakan upaya mengurangi sifat tercela yang dapat berpengaruh negatif kepada perkembangan dan pertumbuhan mental spiritual kaum sufi. Pada proses ini kesadaran sangatlah diperlukan, karena perilaku buruk yang ada dalam pribadi sufi terlibat kepada kondisi negatif psikologinya. Kedua, *tahalliyyah al-nafs* merupakan perilaku kaum sufi yang selalu memperbaiki diri dengan kelmanan, amal shaleh, kemuliaan akhlak dan kelmanan. Pada tahap ini seorang sufi akan dikendalikan oleh amal shaleh, kelmanan serta ketaqwaan, dengan demikian ia akan tetap terjaga dari hal-hal buruk yang dapat merugikan dirinya. Ketiga, *tajalliyyah al-nafs*, adalah anugerah psikologis yang dapat hadir dalam diri sufi melalui sebuah maqam sabar, taubat, tawakkal, tawaddhu serta syukur. Secara umum tiga pendekatan tersebut dalam sufisme akan berfungsi kepada proses *curative, preventive, dan constructive*.¹⁹

¹⁷ Gusti Abd. Rahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 51–54.

¹⁸ Khairunnas Rajab, 'Psikologi Agama: Sebuah Model Psikoterapi Islam Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental', in *PROSIDING Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Dan Konsorsium Keilmuan BK Di PTKI Batusangkar, 28 – 29 November 2015*, 2015, 8.

¹⁹ Khairunnas Rajab, *Psikologi Agama: Sebuah Model Psikoterapi Islam dalam Mewujudkan Kesehatan Mental*, 8–9.

Dari penjelasan tersebut bisa disimpulkan maka secara umum *sufi healing* mempunyai beberapa fungsi diantaranya : fungsi pengendalian, fungsi pengembangan, fungsi pemahaman, fungsi peramalan, serta fungsi pendidikan. Namun secara lebih spesifik *sufi healing* mempunyai tiga fungsi yaitu, fungsi *prevention* (pencegahan), fungsi penyembuhan dan fungsi penyucian atau pembersihan.

d. Bentuk-bentuk *sufi healing*

Terdapat empat bentuk *sufi healing* (penyembuhan sufi), yaitu mental, hipnotis, magnetis dan spiritual. Berikut ini adalah proses kerja *sufi healing* dilihat dalam sisi informasi ilmiah serta teknisnya :

1) *Mental healing*

Sarana otak adalah objek utama serta subjek penyembuhan dalam *mental healing*. Dalam konsep *psychoneuroendocrinology* (PNI), dikatakan bahwa *mind* (pikiran), *emotions* (emosi), dan *body* (tubuh), dihubungkan dari suatu jaringan syaraf dan sel yang akan menyusun sistem kelenjar endokrin, susunan syaraf serta sistem kekebalan tubuh. Banyak penelitian yang mengatakan bahwa sikap, emosi, dan pikiran manusia saling berkaitan dengan penyembuhan, kesehatan dan penyakit.

2) *Hypnotic healing*

Hipnotis merupakan sebuah keadaan dengan penuh perhatian (*atentif*) serta fokus di mana manusia sangat memberikan respon kepada sebuah saran. Hipnotis seperti saran dalam berbagai bentuk sudah digunakan sejak lama. Proses-proses yang digunakan dalam hipnoterapi yaitu, *suggestion* (saran-

saran), *placebo effect* (kepercayaan atau keImanan), dan *imaginary* (visualisasi).

3) *Magnetic healing*

Dalam kedokteran secara konstan menggunakan medan-medan elektromagnetik dalam peralatan *diagnostic*. Untuk mengukur medan elektrik dalam jantung manusia menggunakan *elektrokardiogram* (EKG), sementara untuk mengukur aktifitas elektrik otak menggunakan *elektroensepalogram* (EEG). Ketika merasa sakit hebat bisa diperkecil seta dieliminasi melalui penggunaan impuls-implus elektrik yang berfokus kepada jalan syarat yang membawa pesan kesakitan. *Magnetic* yang bersumber pada otak memiliki tempat yang sangat strategis karena berdekatan dengan kelenjar pineal serta kelenjar utama (*pituitary*).

4) *Spiritual healing*

Pengobatan *spiritual* adalah sesuatu yang berdekatan dengan kejiwaan, bersadar kepada pasrahnya diri kepada kekuatan yang lebih tinggi dan mengatasi keterasingkan dengan sang pencipta. Untuk masuk kedalam mekanisme ini membutuhkan empat proses transformasi kesadaran dengan berteladan kepada *uswah* yang terpuji yaitu Nabi Muhammad SAW.²⁰

2. *Terapi Sufi healing*

a. Pengertian Terapi

Terapi memiliki berbagai definisi dalam setiap disiplin keilmuan. Tetapi terapi memiliki tujuan utama untuk membantu pasien bisa menerima

²⁰ Amin Syukur, *Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf*, 89–93.

dirinya sendiri apa adanya, tidak menghabiskan hidupnya untuk berekspektasi bahwa ada sebuah tempat sempurna untuk mereka tinggal dan mencapai kesempurnaan sebagai seorang manusia. Terapi, bisa menganjurkan berbagai perubahan, namun peran terbesar adalah penerimaan, dimana manusia bisa menerima setiap keadaan yang terjadi pada dirinya, membantu pasien untuk mendapatkan separuh besar kesempatan. Pada awalnya pasien harus berusaha bersama terapis, seperti saat mencari penegasan atau persetujuan atau yang biasa di kenal dengan istilah umpan balik. Ini merupakan hal yang wajar dalam proses selama ditahap awal dinamika ilmu terapi dimana pasien adalah seorang anak kecil yang memiliki rasa untuk disayangi yang kebenarannya disetujui oleh terapis atau orang tua.²¹

Terapi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki pengertian usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit; pengobatan penyakit; perawatan penyakit.²² Terapi merupakan usaha atau penyembuhan. *Therapy* (dalam bahasa inggris) memiliki makna penyembuhan dan pengobatan, dalam bahasa Arab Terapi memiliki arti sama dengan, “*al-Istisyfa*” yang berasal dari kata “*syafa-yasfi-syifa*” dengan arti menyembuhkan. Terapi juga bisa diartikan dengan upaya terstruktur serta sudah direncanakan untuk menangani masalah yang sedang dihadapi pasien dengan tujuan untuk memelihara, mengembalikan, serta mengembangkan kondisi pasien sehingga hati dan akalnya dalam kondisi serta posisi yang proporsional. Individu yang memiliki akal dan hati

²¹ Sattu Alang, ‘Manajemen Terapi Islam Dan Prosedur Pelayanannya’, *Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7.1 (2020), 80.

²² KKBI Daring: Pencarian dalam <https://kbbi.kemdikbud.go.id>, Diakses pada 21 Desember 2021

yang proposional inilah yang adalah seorang manusia yang sehat secara akhirat dan duniawi.²³

Omar Alishah di dalam bukunya yang berjudul “Tasawuf Sebagai Terapi” mengusulkan cara Islami dalam penyembuhan atau pengobatan gangguan kejiwaan yang dialami oleh manusia melalui terapi sufi (*sufi healing*). Terapi tawasuf ini tidak bermaksud untuk menggantikan atau mengubah posisi yang biasanya kuasai oleh medis, tetapi dengan metode *sufi healing* ini memiliki karakter serta fungsi untuk melengkapi. Karena *sufi healing* adalah terapi pengobatan yang memiliki sifat alternatif. Tradisi terapi yang ada di dunia sufi sangatlah berbeda dan khas. Terapi ini sudah dipraktikkan selama berabad-abad, tetapi anehnya baru di era sekarang ini memiliki perhatian luas baik pada kalangan medis dan kalangan terapis umum pada khususnya. Omar Alisyah mengatakan bahwa terapi *sufi healing* merupakan cara yang tidak dapat direndahkan seperti itu saja dalam dunia terapi dan penanganan penyakit. Ini merupakan sebuah alternatif yang sangat penting.²⁴

Terapi *sufi healing* adalah salah satu dalam bentuk psikoterapi yang mengandalkan ajaran dari tasawuf. *Sufi healing* memiliki istilah lain yaitu terapi sufistik. Praktek di dalamnya akan melibatkan variasi yang beragam seperti, terapi doa, terapi sholat tahajud, terapi sholat khushyuk, terapi mandi taubat, terapi puasa, dan lain sebagainya. Intisari dari terapi *sufi healing* merupakan penyembuhan yang berjalan dari Bergeraknya fitrah keillahaian manusia yang bermanifestasi dengan ketulusan, cinta, dan kemurnian.²⁵

²³ Alang, Manajemen Terapi Islam dan Prosedur Pelayanannya, 80.

²⁴ Siti Rahmah, ‘Tasawuf Sebuah Terapi’, *Alhiwar Jurnal Ilmu Dan Teknik Dakwah*, 02.04 (2014), 31.

²⁵ Atika Ulfa Adlina and Ummi Nadhifah, ‘Sufi healing Dan Neurosains Spiritual Bagi Pasien Skizofrenia Di Yayasan Jalmah Sehat Desa Bulungkulon, Kudus’, *Esoterik*, 5.1 (2019), 169. <<https://doi.org/10.21043/esoterik.v5i1.5810>>.

b. Metode Terapi *Sufi Healing*

Sufi healing mempunyai berbagai metode yang bisa dilakukan untuk melaksanakan proses penyembuhan atau pengobatan, terkait dengan hal tersebut terdapat beberapa tokoh yang memiliki pendapat tentang metode *sufi healing* (pengobatan sufi), diantaranya yaitu :

1) Amin Syukur mengatakan bahwa metode *sufi healing* diantaranya adalah :

a) Zikir

Kata Zikir berasal dari kata *dzakara, yadzкуру, dzikran*, yang mempunyai arti mengingat. Secara terminology artinya menjadi ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran Allah. Dengan demikian ia dapat menjadi sifat batin yang dapat diungkapkan dengan ucapan *tasbih, tahmid, dan tahlil*.²⁶ Secara literal Zikir berarti mengingat yang adalah *amaliahi* yang berkaitan dengan ibadah ritual lainnya. Zikir juga bisa dikatakan sebagai sebuah perbuatan secara sadar seseorang untuk menjalin hubungan dengan Allah. Zikir secara umum adalah memuji Allah, mengagungkan Allah, mengingat Allah, serta membangun komunikasi untuk dapat mendekatkan diri kepada sang Pencipta.²⁷

Menurut M. Amin Syukur terdapat beberapa bentuk berzikir yaitu, Zikir suara keras (*jaher*), Zikir aktivitas (*fi'ly*), Zikir pernapasan, dan Zikir afirmasi. Zikir pernafasan adalah Zikir yang banyak bermanfaat dalam proses pengobatan

²⁶ Amin Syukur, *Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf*, 67–68.

²⁷ Olivia Dwi Kumala, Yogi Kusprayogi, and Fuad Nashori, 'Efektivitas Pelatihan Zikir Dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada Lansia Penderita Hipertensi', *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4.1 (2017): 58<<https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1260>>.

penyakit fisik. Zikir secara batin maupun lisan memiliki berbagai manfaat besar terhadap kehidupan seseorang, utamanya terhadap kehidupan masyarakat di era saat ini. Karena persoalan yang banyak terjadi saat ini merupakan keberadaan diri.²⁸

b) Do'a

Doa secara bahasa memiliki makna merayu, mengundang, memelas, meminta, dan mengutarakan. Secara terminologi doa dapat diartikan sebagai seseorang yang mendekatkan diri kepada Allah dengan seluruh jiwa serta raga untuk memohon. Pengertian doa secara leksikal merupakan menyerukan, memohon bantuan, dan pertolongan kepada Allah. Sementara ada juga yang mendefinisikan sebagai permohonan, permintaan, seruan, ibadah, serta pertolongan kepada Allah agar terhindar dari bahaya dan bisa bermanfaat. Dari pengertian tersebut dapat dipahami bahwa doa merupakan permohonan dan permintaan kepada Allah dengan menggunakan ucapan lidah atau getaran hati.²⁹

c) Salat

Salat secara harfiah memiliki arti doa. Hal yang di maksud dalam konteks ini salat merupakan doa yang disampaikan dengan tata cara-syarat dan rukun yang khas dengan bentuk bacaan serta gerakan tertentu. Secara bahasa syariah, ini disebut *ash-shalawat al-qa'imah* (salat yang didirikan, untuk menyempurnakan

²⁸ Amin Syukur, Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf, 69–70.

²⁹ Ferudun Özdemiş, *Allah di hatiku = Allah de kalbim*, terj. Tim Zahira (Jakarta : Zahira, 2015), 44-45.

pelaksanaan syarat dan rukunnya.³⁰ Lebih dari itu salat merupakan sebuah bentuk zikir yang memiliki pengaruh positif terhadap cara pencegahan dan penyembuhan dari penyakit yang sering dikaitkan dengan kurang kebahagiaan serta tidak tenangnya seseorang, seperti penyakit jantung, stroke, stress, depresi dan lain sebagainya.³¹

Salat juga merupakan sebuah aktifitas psikis dan fisik. Ketika individu melaksanakan salat berarti ia telah melakukan keseimbangan psikis dan fisik secara bersama-sama. Ketika tubuh manusia bergerak maka otak akan memegang kendali. Ingatan seseorang akan bertuju kepada bacaan dan jenis gerakan. Dalam waktu bersamaan hati juga mengikuti serta membenarkan tindakan tersebut.³²

d) Shalawat

Shalawat secara bahasa berasal dari kata *shalaat*. Jika berbentuk tunggal *shalaat*, sedangkan jika berbentuk jamak akan menjadi *shalawaat*, yang memiliki arti sebagai doa dalam mengingat Allah secara terus-menerus. Secara istilah shalawat merupakan rahmat yang sempurna, kesempurnaan kepada rahmat untuk kekasihnya. Dikatakan sebagai rahmat yang sempurna, karena tidak akan diciptakan shalawat, jika bukan hanya kepada Nabi Muhammad saw. Shalawat merupakan doa yang ditunjukkan kepada Nabi Muhammad

³⁰ Haidar Bagir, *Buat Apa Salat?! Kecuali Jika Anda Hendak Mendapatkan Kebahagiaan Dan Pencerahan Hidup* (Bandung: Mizania, 2007): 23.

³¹ Bagir, *Buat Apa Salat?! Kecuali Jika Anda Hendak Mendapatkan Kebahagiaan dan Pencerahan Hidup*, 61.

³² Amin Syukur, *Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf*, 78.

saw sebagai bentuk kecintaan dan hormat manusia kepadanya sebagai umatnya.³³

e) Musik

Melalui metode mendengarkan serta memainkan alat musik, hal ini akan merangsang otak ke arah positif serta membuat ketenangan pada perasaan. Ketika manusia merasa tenang dan memiliki semangat hidup yang baru serta kuat, bisa membuat kesembuhan penyakit menjadi lebih cepat. Kesehatan psikis maupun fisik saling berkaitan karena, ketika pikiran bahagia akan menciptakan molekul-molekul kebahagiaan dan pikiran yang sehat akan membuat molekul sehat.

Musik pada dasarnya merupakan nada-nada yang indah.

Pada dunia ini tidak ada nada yang lebih indah kecuali, *kalam Allah*. *Kalam Allah* tentu saja memiliki nilai terapis yang lebih tinggi dari pada syair buatan manusia. Jika dihayati akan menjadi obata yang ampuh daripada terapi lainnya.³⁴

2) Menurut Linda O'riordan metode *sufi healing* meliputi :

1) Meditasi dan konsentrasi

Metode ini dilaksanakan untuk menenangkan pikiran, membuat tubuh menjadi santai, serta menuju pemahaman spiritual yang diperoleh dengan melakukan praktek meditasi dan konsentrasi yang bisa dilaksanakan secara sendiri. Hal ini merupakan upaya mengembangkan pola perilaku tak sadar yang akan menghasilkan efek positif serta berpengaruh luas untuk fungsi fisiologis dan juga psikologis.

³³ Abdullah Assegaf and Indriya R. Dani, *Mukjizat Shalawat* (Jakarta: Qultum Media, 2009), 2.

³⁴ Amin Syukur, *Sufi healing Terapi Dalam Literatur Tasawuf*, 83–85.

2) Do'a

Definisi do'a merupakan salah satu bentuk keharusan seseorang terhadap agama. Do'a adalah permohonan yang dipanjatkan kepada Allah. Selanjutnya do'a juga merupakan sebuah amalan yang berbentuk ucapan atau dari hati yang isinya adalah permohonan kepada Allah.

3) Zikir

Zikir memiliki pengertian sebagai ucapan yang diucapkan dengan lidah atau mengingat Allah dalam hati, dengan tujuan untuk mensucikan diri dari sifat tercela, kemudian memuji Allah dengan pujian serta sanjungan dengan sifat-sifat-Nya yang sempurna. Selain itu, Zikir merupakan aktivitas menyebut Allah dengan bacaan SubhanAllah (tasbih), bacaan LailahailAllahu (tahlil), bacaan Alhamdulillah (tahmid), bacaan Quddusun (taqdis), bacaan Allahuakbar (takbir), bacaan HasbiyAllahu (hauqalah), bacaan Bismillahirrahmanirrahim (basmalah), membaca al-Quranul majid serta membaca do'a yang diterima Rasulullah.

4) Keawasan dan kesadaran

Hal-hal ini dapat divisualisasikan dengan praktik konsentrasi dari masa ke masa. Praktek ini akan melibatkan kemampuan manusia agar selalu hati-hati dengan masa saat ini. Pada tasawuf latihan kesadaran dapat menghasilkan restorasi, relaksasi yang dalam, pikiran serta tubuh, dan pemahaman diri.

5) Keseimbangan Resonansi Magnetik

Keseimbangan Resonansi Magnetik merupakan sebuah proses bimbingan yang memanfaatkan koalisi konsep berdasar-energi agar bisa memperkuat medan

elektromagnetik serta agar menarik keadaan ekuilibrium yang paling berguna.

6) Visualisasi

Hal ini menggunakan pikiran agar sengaja tercipta dan memperluas realitas manusia. Visualisasi juga adalah proses mengembangkan kesadaran diri serta terkendali untuk fungsi otomatis tubuh supaya membantu dalam tahap penyembuhan.

Pada ilmu tasawuf, pangkat visualisasi merupakan aspek visual untuk mengenali Allah dalam pengalaman manusia sendiri. Pada meditasi serta doa, manusia bisa memohon pertolongan serta petunjuk untuk melihat, mendengarkan, dan menemui Allah dalam bahasa hati. Saat hal ini terjadi manusia bisa tahu terhadap dirinya sendiri yang sebenarnya.

7) Ekspresi diri kreatif

Pada hal ini diperlihatkan dalam diri manusia adalah sebuah bentuk penyangkalan diri dan menyebabkan penyakit secara psikis dan fisik. Hal ini bisa mencegah sakit yang datang, utamanya pesimisme, depresi, dan kemurungan. Lawan dari depresi adalah ekspresi. Ketika ekspresi hadir, manusia menerima hubungan dengan kreatif, sehingga manusia itu sendiri akan menjadi kendaraan untuk kekuatan kreatif.³⁵

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini bukanlah penelitian yang pertama kali, ada beberapa penelitian terdahulu yang telah di temukan peneliti dan

³⁵ Siti Nur Aini, "Konsep *Sufi healing* Menurut M.Amin Syukur dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam"(skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2015), 25-28.

masih satu tema dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Dalam penelitian terdahulu, penulis akan memaparkan perbedaan serta persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis. Pada penelitian terdahulu penulis juga menemukan relevansi penulisan yang nantinya dapat digunakan sebagai penunjang pustaka kajian teoritik pada penelitian ini. Berdasarkan studi litelatur yang ada setidaknya terdapat 3 penelitian terdahulu yang penulis temukan dalam satu tema dengan penelitian ini yaitu:

Pertama, tesis yang berjudul “*SUFI HEALING DAN NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING (Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang)*” yang di tulis oleh Mamluatur Rahmah seorang mahasiswa program magister ilmu agama Islam pascasarjana Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, yang mengambil konsentrasi di bidang etika tasawuuf pada tahun 2019. Tujuan dari tesis ini adalah untuk mengetahui teknik-teknik NLP yang digunakan sebagai teknik *sufi healing* di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang dan menganalisis penerapan NLP sebagai teknik *sufi healing* di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang. Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode kualitatif dimana peneliti akan berpartisipasi secara langsung untuk turun ke lapangan dan melakukan observasi. Pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah pendekatan linguistik. Hasil dari penelitian ini adalah NLP merupakan teknik dalam metode *sufi healing* yang adalah sebuah fenomena baru untuk pengobatan penyakit. Selain itu NLP juga merupakan teknik *sufi healing* di GRISS 99 yang merupakan perangkat untuk mengomunikasikan nilai sufi yang ada kepada pasien atau klien. Pada penelitian ini juga peneliti menyatakan bahwa NLP memiliki keterkaitan dengan metode *sufi healing*, karena memiliki kesamaan sebagai membersihkan jiwa serta pikiran.³⁶

Dari penelitian yang dilakukan oleh Mamluatur Rahmah tersebut, memiliki perbedaan dengan penelitian

³⁶ Mamluatur Rahmah, *Sufi Healing dan Neuro Linguistic Programming (Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang)*.

yang dilakukan oleh penulis. Pada penelitian lebih fokus kepada NLP yang merupakan bagian dalam teknik *sufi healing* serta keduanya memiliki keterkaitan dan berkesinambungan. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan penulis akan lebih berfokus kepada konsep dari *sufi healing* itu sendiri dan bagaimana penerapan *sufi healing* kepada terapi yang ada di Klinik GRISS 99 Semarang.

Kedua, skripsi yang berjudul “KONSEP *SUFI HEALING* MENURUT M. AMIN SYUKUR DALAM PERSPEKTIF BIMBINGAN KONSELING ISLAM” yang di tulis oleh Siti Nur Aini mahasiswa jurusan bimbingan dan penyuluhan Islam (BPI) fakultas dahwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang pada tahun 2015. Dalam skripsi tersebut peneliti melakukan penelitian terhadap konsep *sufi healing* menurut M. Amin Syukur serta dalam perspektif bimbingan konseling Islam. Penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif kualitatif dimana peneliti mengumpulkan data berupa kata-kata atau gambar dan tidak terdapat penekanan pada angka. Jenis pendekatan yang digunakan peneliti merupakan pendekatan psikoreligius, dimana peneliti ingin mengetahui kondisi psikis terhadap seseorang serta bagaimana spiritualis atau keagamaan seseorang. Hasil dari penelitian ini, pandangan M. Amin Syukur terhadap konsep *sufi healing* merupakan pengobatan psikis serta fisik sebagai sasarannya. Kemudian, beliau juga menjadikan *maqamat*, *ahwal*, dan Zikir sebagai konsep *sufi healing*. Hal tersebut dilakukan untuk mendekatkan diri kepada Allah dan membangun kesadaran spiritual pada diri manusia. Konsep *sufi healing* M. Amin Syukur ini juga sesuai dengan definisi dari bimbingan konseling Islami, yaitu upaya yang dilakukan untuk membantu seseorang atau individu belajar mengembangkan fitrah Iman serta kembali kepada fitrah Iman. Konsep *sufi healing* juga sesuai dengan metode bimbingan konseling Islami yang merupakan metode *al-Hikmah*.³⁷

³⁷ Siti Nur Aini, “Konsep *Sufi healing* Menurut M.Amin Syukur dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam”(skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2015)

Dari penelitian yang dilakukan oleh Siti Nur Aini tersebut, memiliki perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Jika pada penelitian tersebut menggunakan konsep dari pemikiran M. Amin Syukur dan beberapa karya yang telah di buat. Penelitian yang dilakukan oleh penulis menggunakan konsep *sufi healing* menggunakan pemikiran dari Mustamir Pedak serta karya yang telah beliau buat.

Ketiga, artikel yang berjudul “*Sufi healing* dan Neurosains Spiritual bagi Pasien Skizofrenia di Yayasan Jalmah Sehat Desa Bulungkulon, Kudus” yang di tulis oleh Atika Ulfia Adlina dan Ummi Nadhifah dalam Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf volume 05 nomor 01 pada tahun 2019. Pada artikel tersebut membahas terkait *sufi healing* yang telah di terapkan kepada pasien Skizofrenia di Yayasan Jalmah Sehat Bulungkulon, Kudus serta bertujuan memberikan pemahaman kepada para pembaca. Data yang dikumpulkan berupa gambaran terhadap kondisi pasien disana serta praktek pada terapi sufistik yang dilakukan, dikumpulkan melalui wawancara serta observasi terhadap narasumber. Hasil dari artikel ini adalah terapi sufistik disana disesuaikan dengan keadaan pasien skizofrenia. Beberapa terapi yang dilakukan seperti terapi ruqyah untuk pasien yang mengalami halusinasi, terapi sholat, doa, serta wudhu dilakukan kepada pasien yang mengalami kecemasan. Untuk pengobatan harian disana menggunakan terapi sholat berjamaah serta terapi sufistik lainnya. Konsistensi pengobatan serta derajat sakkit menjadi faktor untuk kesembuhan pasien.³⁸

Dari penelitian yang dilakukan oleh Atika Ulfia Adlina bersama Ummi Nadhifah tersebut, memiliki perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Jika pada penelitian tersebut berfokus kepada pasien skizofrenia pada Yayasan Jalmah Sehat Bulungkulon Kudus, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus kepada konsep *sufi healing* yang diterapkan pada Klinik

³⁸ Atika Ulfia Adlina and Ummi Nadhifah, ‘Sufi healing Dan Neurosains Spiritual Bagi Pasien Skizofrenia Di Yayasan Jalmah Sehat Desa Bulungkulon, Kudus’, Esoterik, 5.1 (2019), <<https://doi.org/10.21043/esoterik.v5i1.5810>>.

Griya Sehat Sya'faat 99 Semarang. Terapi yang berada pada GRISS 99 juga berbeda dengan terapi yang telah di teliti oleh Atika Ulfia Adlina bersama Ummi Nadhifah. Karena beberapa terapi yang digunakan pada Klinik GRISS 99 seperti, terapi hijamah atau bekam, terapi ruqyah, terapi akupreuser dan terapi guruh.

C. Kerangka Berpikir

Gambar 2. 1 Gambar Kerangka Berpikir

