

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Penegasan Judul

Untuk mengarahkan dan menghindari kesalahpahaman dalam memahami judul di atas, maka penyusun memandang perlu untuk memberi penegasan atas maksud dari istilah-istilah yang tercantum di dalam judul tersebut. Adapun istilah-istilah yang perlu dipertegas adalah sebagai berikut :

##### 1. Psikoterapi Islam

Istilah *Psikoterapi* berasal dari dua kata yaitu *Psyche* dan *Therapy*. Dalam kamus bahasa Inggris *Psyche* berarti jiwa sedangkan *Therapy* bermakna pengobatan dan penyembuhan.<sup>1</sup>

C.P. Chaplin, menjelaskan pengertian psikoterapi bahwa psikoterapi adalah penyembuhan lewat keyakinan agama.<sup>2</sup> Lewis R. Wolberg. Mo (1997) dalam bukunya yang berjudul *The Technique of Psychotherapy* juga mengatakan bahwa:

*Psikoterapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional di mana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien, yang bertujuan: (1) menghilangkan, mengubah, atau menemukan gejala-gejala yang ada, (2) memperantarai (perbaiki) pola tingkah laku*

---

<sup>1</sup> Wojowarsito dan W. J. S. Poerwadarminta, *Kamus Lengkap Inggris-Indonesia, Indonesia-Inggris*, (Bandung: Hasta, 1982), Cet. ke-1, h. 208

<sup>2</sup> C.P Chaplin, *Kamus Psikologi*, terj. Kartini Kartono, (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 1995), h. 407 dalam Hamdani Bakran, *Psikoterapi & Konseling Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), Cet. Ke-1, h. 222

yang rusak, dan (3) meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif.<sup>3</sup>

*Islam* berasal dari kata *aslama* yang berarti patuh dan menyerahkan diri<sup>4</sup> kepada Allah swt. Sedangkan secara *Ishthilahi*, Sayid Husain Afandi bin Muhammad al-Jisr at-Tharabulisi mendefinisikan *Islam* adalah tunduk dan patuh lahir-batin terhadap hal-hal yang dibawa oleh Rasul saw. dan kedatangannya dengan membawa hal-hal yang diketahui secara pasti, artinya diketahui secara meyakinkan.<sup>5</sup> Dari definisi ini maka makna *Islam* adalah keyakinan atas kebenaran semua tuntunan dan ajaran Nabi Muhammad saw.

Jadi yang dimaksud Psikoterapi *Islam* di dalam penelitian ini adalah pengobatan terhadap gangguan-gangguan kejiwaan melalui penyembuhan lewat keyakinan agama *Islam*, sehingga memunculkan kepribadian yang *Islami*.

## 2. Psikosomatik

Istilah Psikosomatik ini terdiri dari dua kata yaitu *Psyche* yang berarti jiwa, dan *Soma* yang berarti badan. Kartini Kartono menjelaskan bahwa psikosomatik ialah kondisi di mana konflik-konflik psikis atau psikologis dan kecemasan-kecemasan menjadi sebab timbulnya macam-macam penyakit

<sup>3</sup> Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama*, (Bandung: Sinar Bintang, 1991) h. 156-157 dalam Hamdani Bakran, *Psikoterapi & Konseling Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), Cet. Ke-1, h. 222

<sup>4</sup> Ahmad Warson Munawir, *Kamus Arab-Indonesia*, (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997), Cet. Ke-14, h. 654

<sup>5</sup> Sayid Husain Afandi bin Muhammad al-Jisr at-Tharabulisi, *Husumul Hamidiyah*, (Surabaya: Maktabah Hidayah, tth), h. 8

jasmaniah; atau justru membuat semakin parahnya suatu penyakit jasmaniah yang sudah ada.<sup>6</sup>

Psikosomatik yang dimaksud dalam skripsi ini adalah penyakit-penyakit yang timbul akibat gangguan kejiwaan. Penyakit-penyakit Psikomatik yang paling sering muncul adalah *hypertension*, *effort syndrome*, dan *peptic ulcer*,<sup>7</sup> *jantung*, *radang lambung*, *paru-paru*, *penyakit kulit* dan *alergi*, *rematik*, dan *kencing manis*.<sup>8</sup>

Dengan demikian, "Psikoterapi Islam dan Psikomatik" adalah suatu kajian kepustakaan tentang pengobatan terhadap gangguan-gangguan kejiwaan yang telah menjadi sebab timbulnya penyakit-penyakit Psikomatik melalui penyembuhan lewat keyakinan agama Islam, sehingga memunculkan kepribadian yang Islami.

## **B. Latar Belakang Masalah**

Manusia yang hidup pada zaman modern sekarang ini terkondisikan untuk hidup individualistis dan memburu keuntungan komersial serta penuh persaingan. Sebagai akibatnya, banyaklah manusia yang menderita ketegangan urat syaraf dan tekanan batin karena tidak bisa memuaskan berbagai keinginannya yang sewaktu-waktu bisa meledak menjadi gangguan kejiwaan.

Data statistik yang dikemukakan oleh WHO (1990) menyebutkan bahwa setiap saat 1% dari penduduk di dunia berada dalam keadaan membutuhkan

---

<sup>6</sup> Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3 Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, (Jakarta: CV Rajawali, 1986) Cet. Ke-1, Ed. Ke-2, h. 148

<sup>7</sup> Kartini Kartono, *Op. Cit.*, h. 149

<sup>8</sup> R. Paryana Suryadipura, *Mausia dengan Atomnya dalam Keadaan Sehat dan Sakit*, (Jakarta : Bumi Aksara, 1994), Cet. Ke-1, h. 323

pertolongan serta pengobatan untuk suatu gangguan jiwa. Sementara itu 10% dari penduduk memerlukan pertolongan kedokteran jiwa pada suatu waktu dalam hidupnya.<sup>9</sup>

Begitu banyaknya gangguan kejiwaan yang terjadi di masyarakat menurut data statistik di atas, bila tidak segera ditanggulangi, gangguan jiwa tersebut dapat berpengaruh terhadap fisiknya penderitanya. Gangguan kejiwaan yang berpengaruh terhadap fisik di dalam Ilmu Kedokteran disebut penyakit Psikosomatik. Artinya penyakit-penyakit fisik yang timbul dari keluhan jiwa, atau semakin parahnya suatu penyakit akibat adanya tekanan kejiwaan.

Di Indonesia, penyakit-penyakit tersebut selain mendapatkan pengobatan secara medis, kadang mendapatkan pengobatan secara batiniyah. Pengobatan secara batiniyah yang banyak mendapat tempat di hati masyarakat Indonesia adalah pengobatan yang berasal dari para ahli sihir maupun para dukun yang banyak diekspos di berbagai media cetak maupun media televisi. Dalam koran, majalah, maupun di dalam televisi di akhir tahun 2004 ini, banyak dimuat rubrik-rubrik maupun acara-acara televisi yang mengupas masalah perdukunan dan alam gaib yang cenderung menyesatkan umat Islam yang masih awam, karena mampu memukau pembaca atau pemirsanya. Acara-acara tersebut dapat berupa acara spiritual, penglarisan atau pesugihan, gentayangan, dunia lain, pemburu hantu, penyembuhan alternatif, dan lain sebagainya. Hal-hal seperti ini jelas-jelas telah memupuk dan menyuburkan bentuk-bentuk kesyirikan, yang seharusnya kesyirikan itu harus diberantas sampai tuntas.

---

<sup>9</sup> Dadang Hawari, *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*, (Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2001), Ed., Ke-2, h. xi

Dalam hal ini, khususnya masalah penyembuhan, Baginda Nabi Muhammad saw. telah memberikan berbagai petunjuk dan berbagai cara untuk menyembuhkan berbagai penyakit fisik maupun kejiwaan. Sebagaimana sabda Nabi Muhammad saw. yang artinya “*Hendaknya kamu berobat dengan dua macam (obat) penyembuh: yaitu madu dan al-Qur’an.*”<sup>10</sup> Sabdanya lagi yang artinya “*Sebaik-baik obat adalah al-Qur’an.*”<sup>11</sup>

Dari kedua hadits Nabi Muhammad saw. tersebut, para ulama’, seperti Ibnu Qayyim al-Jauziyah, Imam Ghazali, Imam Jalaluddin Abdurrahman as-Suyuthi, Syaikh Muhammad Haqiq an-Nazili, Syaikh al-Bunni, Syaikh Syihabuddin Ahmad bin Abdul Lathief asy-Syaraj al-Yamani, Ibnul Hajji at-Tilmitsani al-Maghribi, dan ulama’-ulama’ yang lainnya telah menulis kitab-kitab yang membahas masalah penyakit dan pengobatannya. Meliputi penyakit fisik maupun penyakit jiwa (ruhani). Para ulama’ tersebut dalam menulis kitab-kitabnya selalu berpedoman kepada al-Qur’an, Hadits, dan Atsar Sahabat Nabi Muhammad saw. Sehingga metode-metode pengobatan yang mereka lakukan tidak bertentangan dengan aturan syar’i.

Para ulama’ salaf maupun khalaf telah banyak yang mempraktikkan teknik-teknik dan metode-metode Psikoterapi Islam dalam pengobatan penyakit-penyakit fisik. Berbagai macam penyakit baik jiwa maupun fisik yang sudah kronis, yang tidak mungkin ditangani lagi oleh ilmu medis modern, seperti kanker rahim, gagal ginjal, kurang subur, kekurangan darah, dan lain sebagainya telah

---

<sup>10</sup> CD-ROM *al-Hadits al-Syarif, Kutub al-Tis’ah, Sunan Ibnu Majah, Kitab ath-Thibb*, Nomor 3443

<sup>11</sup> *Ibid.*, Nomor 3492

banyak yang dapat disembuhkan dengan teknik-teknik dan metode-metode Psikoterapi Islam.

Syaikh Abdullah bin Muhammad as-Sadhan, seringkali mengobati orang sakit dengan Psikoterapi Islam, khususnya menggunakan teknik ruqyah. Beliau berkata: *“Alhamdulillah, banyak penyakit yang sulit diobati, bisa disembuhkan dengan bacaan-bacaan, seperti penyakit kanker, liver, batuk mimisan, dan lain-lain. Kesembuhan dari semua penyakit ini berkat karunia dari Allah.”*<sup>12</sup>

Dengan memperhatikan hasil karya para ulama', fakta aplikasinya, serta memperhatikan fakta masyarakat Indonesia yang notabene beragama Islam tetapi masih mengambil dukun atau tukang sihir sebagai tabibnya, maka penyusun memberanikan diri untuk menulis sebuah karya tulis ilmiah dalam bentuk skripsi yang berjudul “Psikoterapi Islam dan Psikosomatik”.

### **C. Rumusan Masalah**

Dari paparan latar belakang di atas, dapat diambil rumusan masalah yang akan menjadi fokus pembahasan dalam penelitian ini, adalah:

1. Bagaimanakah Psikoterapi Islam mengatasi dan menaggulangi penyakit Psikosomatik?

### **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui dan memahami Psikoterapi Islam dalam mengatasi dan menaggulangi penyakit Psikosomatik.
2. Mengetahui dan memahami tentang penyakit Psikosomatik.

---

<sup>12</sup> Abdullah bin Ali al-Ju'aitsin, *Hiburan Bagi Orang Sakit*, terj. Kathur Suhardi, (Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 2002), Cet. Ke-7, h. 150

Manfaat penelitian ini adalah:

1. Menambah Ilmu pengetahuan dan wawasan penyusun khususnya Psikosomatik dan Psikoterapi Islam.
2. Sebagai sumbangan pemikiran bagi kepustakaan dalam bidang Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

#### E. Tinjauan Pustaka

Dalam penyusunan skripsi ini, penyusun menelusuri beberapa literatur untuk memudahkan penulisan dan memperjelas perbedaan bahasan dan kajian dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Setelah penyusun mencari beberapa literatur yang berkaitan dengan skripsi ini, akhirnya penulis menemukan beberapa literatur dalam bentuk skripsi dan buku ilmiah.

Siti Nurul Indriyati dengan skripsinya yang berjudul “Integrasi Psikoterapi dan Ajaran Islam” (1998) menjelaskan bahwa manusia sebagai makhluk bio-psiko-sosio-religius telah mengalami gangguan kejiwaan akibat pengaruh modernisasi yang menempatkan manusia sebagai pusat segalanya. Manusia mempunyai kebebasan yang luas sehingga menimbulkan berbagai gangguan jiwa. Agama Islam dengan Rukun Islam dan Rukun Imanya merupakan solusi dan sebagai psikoterapi terhadap berbagai gangguan jiwa tersebut. “Psikoterapi dalam pendidikan Islam,” skripsi Manijo (1998). Ia memaparkan psikoterapi sebagai sarana untuk menaggulangi berbagai gangguan kejiwaan akibat hambatan-hambatan hidup. Dalam skripsi ini metode *tauhid*, *takwa*, *inabah*, *sabar*, *taubat* dan *ingat kepada Allah* adalah sebagai metode terapi atas gangguan-gangguan kejiwaan.

“Psikoterapi dan Konseling Islam” karya HM. Hamdani Bakran Adz-Dzaky mendeskripsikan tentang problematika kehidupan manusia dan psikoterapinya menurut al-Qur’an. Beliau menjelaskan berbagai praktik Psikoterapi Islam beserta pengalaman-pengalaman beliau sewaktu memberikan terapi.

“Al-Qur’an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa” karya Dadang Hawari, secara garis besar menjelaskan berbagai permasalahan kehidupan manusia khususnya dari sudut pandang Islam, kedokteran jiwa, dan kesehatan jiwa dengan merujuk pada al-Qur’an dan al-Hadits. Dalam buku ini pula dijelaskan secara global mengenai penyakit fisik akibat dari sakitnya jiwa.

Utsman Najati dengan bukunya yang berjudul “Al-Qur’an dan Ilmu Jiwa” membahas psikoterapi dalam al-Qur’an dengan memperhatikan kondisi jiwa manusia menurut petunjuk al-Qur’an. Penjelasan beliau tentang metode-metode al-Qur’an dalam psikoterapi adalah dengan metode keimanan, ketaqwaan, dan berbagai bentuk ibadah sunnah maupun wajib. “Resep Al-Qur’an Untuk Hidup Sehat” karangan Abdul Mun’im Qundail menyajikan langkah-langkah preventif terhadap penyakit jiwa maupun fisik dengan mengacu pada obat-obat yang disebutkan dalam al-Qur’an dan Hadits Nabi Muhammad saw.

“Islam dan Psikosomatik” karya K. H. S.S. Djam’an menekankan adanya hubungan yang erat antara jiwa dan raga serta menjelaskan tentang proses dan teknik psikoterapi penyakit Psikosomatik. “Agama dan Kesehatan Badan/Jiwa” karangan Prof. Dr. Aulia juga menjelaskan adanya hubungan yang erat antara kesehatan jiwa dengan kesehatan badan. Namun tidak menjelaskan teknik

terapinya secara sistematis. Kedua buku ini memaparkan praktik terapi secara psikologis atas penyakit Psikosomatik di RS. Dr. Cipto Mangunkusumo.

“Manusia dengan atomnya dalam keadaan sehat dan sakit” karangan R. Paryana Suryadipura berisi tentang teori kondisi jiwa beserta organ tubuh manusia yang saling berkaitan yang dapat mengakibatkan manusia menjadi sakit atau sehat. Hal-hal yang berkaitan dengan penyakit Psikosomatik dijelaskan secara singkat dengan melihat dari sudut pandang ilmu kedokteran maupun dari sudut pandang agama. Gerald Corey dalam bukunya “Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi” menjelaskan berbagai konsep-konsep manusia yang ada dalam mazhab psikologi. Proses dan teknik-teknik terapi yang telah dipraktikkan oleh mazhab-mazhab psikologi dalam buku ini dijelaskan secara singkat.

Kitab “Ath-Thibb an-Nabawi” karya Ibnu Qayyim al-Jauziyah dan kitab “Ar-Rahmah fi Thibb wa al-Hikmah” karya Imam Jalaluddin As-Suyuthi menjelaskan berbagai permasalahan tentang berbagai penyakit baik fisik maupun jiwa serta cara-cara pengobatannya secara islami. Kitab “Al-Fawaid fi ash-Shilati wa al-‘Awaid” karya al-Allamah Asy-Syaikh Syihabuddin Ahmad bin Abdul Lathief Asy-Syarajy Al-Yamany, kitab “Khazinatul Asrar” karya Al-Ustadz Sayyid Muhammad Haqy An-Nazili, dan kitab “Al-Aufaq” karya Imam Ghozali menjelaskan berbagai do’a dan amalan sehari-hari yang dapat digunakan untuk menyembuhkan penyakit jiwa maupun fisik.

Dari semua karya tersebut memang ada yang telah membahas masalah penyakit fisik dan jiwa serta pengobatannya secara islami, akan tetapi belum

banyak yang mengkhuskan pada masalah Psikosomatik. Jadi penyusun menganggap penelitian ini perlu dan penting untuk dibahas dan dikaji.

#### F. Kerangka Teori

Penyakit Psikosomatik sudah lama dikenal berabad-abad yang lalu, tetapi tidak menggunakan istilah Psikosomatik. Dalam peradaban Babilonia-Assiria (2.500-500 SM) para dokter herbal telah membuat suatu konsep tentang penyakit yang bersumber dari pikiran. Socrates (496-399 SM) dan Hippocrates (466-375 SM) juga menyatakan bahwa sehat dan sakitnya manusia dipengaruhi oleh mental.

Istilah penyakit Psikosomatik biasanya mengacu pada satu jenis penyakit fisik yang disebabkan (*etiology*) oleh satu faktor kejiwaan tertentu. Penyakit Psikosomatik yang paling banyak terjadi adalah *hypertension*, *effort syndrome*, dan *peptic ulcer*,<sup>13</sup> *jantung*, *radang lambung*, *paru-paru*, *penyakit kulit* dan *alergi*, *rematik*, dan *kencing manis*.<sup>14</sup>

Ivan Pavlov, seorang ahli fisiologi yang pada akhir abad ke sembilanbelas menerbitkan karya penelitiannya yang memperlihatkan bahwa pengeluaran getah lambung bermula dari adanya serangkaian refleks bersyarat. Refleks bersyarat adalah reaksi yang terjadi pada manusia dan hewan yang diperoleh dengan dan terkait pada syarat-syarat tertentu.<sup>15</sup> Refleks bersyarat yang terjadi berulang-ulang akan menimbulkan suatu hubungan yang tetap antara impuls dengan sel-sel saraf pusat (otak). Hubungan ini mengandung arti yang sangat besar sekali dalam

---

<sup>13</sup> Kartini Kartono, *Op. Cit.*, h. 149

<sup>14</sup> R. Paryana Suryadipura, *Op. Cit.*, h. 323

<sup>15</sup> *Ibid.*, h. 280

proses kejiwaan, terutama yang mengenai tumbuhnya penyakit urat saraf (*neurose*) pada khususnya dan penyakit Psikosomatik pada umumnya.<sup>16</sup>

Menurut teori Freud, seseorang ketika beradaptasi dengan dunia luar dapat jatuh sakit apabila tidak bisa menyelesaikan konflik internal dari 3 unsur psikologik, yaitu *Id*, *Ego* dan *Super-Ego*. *Id* adalah bahagian dari nafsu, *Super-Ego* sifatnya sebagai “badan penyensor” dan *Ego* merupakan “badan pelaksana” yang menjalankan kebutuhan *Id* setelah “disensor” oleh *Super-Ego*.

Dr. William Sheldon, seorang ahli ilmu jiwa modern menyusun suatu rumus yang menghubungkan nafsu tertentu dengan menetapkan bentuk fisik dan psikisnya. Menurutnya, setiap individu terdiri dari tiga bagian fisis dan tiga bagian psikologis yang saling berhubungan erat.

Fisik dengan bentuk *endomorphie* akan memiliki psike yang berbentuk *viscerotonia* dengan ciri-ciri gemuk tubuhnya berwatak lemah lembut, suka makan, menyukai hal-hal yang menyenangkan, dan bersikap sosial. Fisik dengan bentuk *mesomorphie* akan memiliki psike yang berbentuk *somatotonia* dengan ciri-ciri tegap dan besar tubuhnya berwatak agresif, ingin berkuasa, kurang mengindahkan perasaan orang lain, dan gemar hal-hal yang berbau perjuangan.

Fisik dengan bentuk *ectomorphie* akan mempunyai psike yang berbentuk *cerebrotonia* dengan ciri-ciri tubuh yang ramping dan otot-otot yang lemah serta berwatak kaku, perasa, tidak suka memerintah, suka mengasingkan diri, penuh dengan pertentangan batin, menyembunyikan perasaannya, tidak butuh kemewahan, dan memiliki birahi yang meluap-luap. Dr. R. Paryana Suryadipura

---

<sup>16</sup> *Ibid.*, h. 282

menambahkan satu bentuk fisik dengan nama *metamorphie*<sup>17</sup> dan psike yang berbentuk *spiritotonia*<sup>18</sup> dengan ciri-ciri berwatak ketuhanan, kebajikan, kesusilaan, sabar, keindahan, dan keadilan. Bentuk-bentuk psike tersebut mempengaruhi fisiknya. Jika ada satu tekanan batin, maka fisiknya akan sakit sesuai dengan bentuk psikanya.

Iman Jalaluddin Abdurrahman as-Suyuthi menjelaskan bahwa manusia terbentuk dari empat unsur, yaitu: air, tanah, api, dan udara. Jika air lebih banyak maka akan menjadi *hafidz al-Qur'an*, *'alim*, *faqih*, atau dermawan. Jika tanah lebih banyak maka akan menjadi penumpah darah, jahat serta gagal dunia, dan akhirat. Jika api lebih banyak maka akan menjadi seorang yang lalim dan aniaya. Dan jika udara lebih banyak maka akan menjadi seorang pendusta.<sup>19</sup>

Beliau juga menjelaskan bahwa dari keempat unsur tersebut, terbentuklah di dalam tubuh manusia empat macam cairan. Empat macam cairan tersebut di atas adalah:

- a. Cairan empedu kuning, yang berasal dari unsur api yang letaknya dalam empedu,
- b. Cairan darah, yang berasal dari udara alami yang letaknya dalam hati,
- c. Cairan kelendir, yang berasal dari air alami yang letaknya dalam paru-paru, dan
- d. Cairan empedu hitam, yang berasal dari tanah alami yang letaknya dalam limpa kecil manusia.

<sup>17</sup> *Ibid.*, h. 251

<sup>18</sup> *Ibid.*

<sup>19</sup> Imam Jalaluddin Abdurrahman as-Suyuthi, *Ar-Rahmah fi Thibb wa al-Hikmah*, (Beirut: Daar al-Kutub al-'Alamiyah, 1411 H/1991 M), Cet. Ke-I, h. 5

Menurut Iman Jalaluddin Abdurrahman as-Suyuthi, baik dan tidaknya tubuh tergantung dari keseimbangan cairan-cairan tersebut. Karena cairan tersebut tidak selamanya sama dan stabil, akan tetapi berubah-ubah sesuai dengan mana yang lebih banyak menguasai tubuh. Cairan-cairan tersebut mempunyai pengaruh terhadap watak manusia. Berdasarkan cairan tersebut, watak manusia dibagi atas lima type:

(1) *Type Shofro'i (choleric)*: Type ini lebih banyak dipengaruhi oleh panas dan kering, dan sedikit lembab dan dingin. Tanda-tanda orang yang bertipe demikian adalah: lincah dalam segala hal, pemberani, perwira, cepat mengerti, badannya kurus, dan sedikit tidur. Jika pengaruh panasnya lebih banyak dari kering, maka warna kulitnya agak kemerah-merahan, dan jika pengaruh kering lebih banyak maka warna kulitnya agak kecoklat-coklatan campur merah, dan jika pengaruhnya sama kuat maka kulitnya berwarna kekuning-kuningan. Wallahu a'lam. (2) *Type Dam'ii (sanguinis)*: Type ini banyak dipengaruhi oleh panas dan lembab, sedangkan dingin dan kering sedikit. Tanda-tanda orang yang bertipe demikian adalah: besar badan, gemuk, banyak darah, baik budi dan akhlaknya, pemahamannya sederhana. Jika pengaruh panasnya lebih kuat daripada lembab maka kulitnya akan berwarna kuning, dan jika lembabnya yang lebih kuat maka kulitnya berwarna putih kemerah-merahan, dan jika sama kuat maka kulitnya akan berwarna coklat. Wallaahu a'lam. (3) *Type Balghomy (plegmatis)*: Pada type ini kelendirlah yang memegang peranan, yaitu lebih banyak dingin dan lembab bila dibandingkan panas dan kering. Orang yang bertipe demikian mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: berbadan gemuk, banyak lemak, banyak lembab, banyak tidur, pemalas, gerak-geriknya lambat, kurang cerdas, sering lupa, sulit memahami sesuatu. Jika pengaruh dingin lebih kuat dari lembab maka kulitnya akan berwarna putih terang, dan jika sama kuat maka warnanya agak kehitam-hitaman seperti timah hitam. Wallaahu a'lam. (4) *Type Sawdaa'ii (melancholic)*: Type ini banyak dipengaruhi oleh empedu hitam di mana sifat dingin dan kering lebih banyak daripada sifat panas dan lembab. Adapun ciri-ciri orang yang memiliki type ini adalah: memiliki tubuh yang langsing agak kurus, warna kulitnya agak pucat, mudah letih, kurang tidur, pesimis, kuat jima' sekalipun hal itu menimbulkan madlarat baginya, jika pengaruh dingin lebih kuat dari kering maka kulitnya berwarna gelap, dan jika keringnya lebih kuat maka warna kulitnya adalah abu-abu, dan jika sama kuat maka warnanya hitam tanah. Wallaahu a'lam. (5) *Type Mu'tadil (pertengahan)*: Pada type ini semua sifat-sifat tersebut di atas sama kuat. Orang yang memiliki type demikian mempunyai ciri-ciri: sangat cerdas dan mudah memahami segala sesuatu, sederhana anggota tubuhnya, sederhana dalam segala tindak tanduknya, berpandangan luas antara lambat dan cepat,

*berani dan pengecut, baik akhlaknya dan gerak-geriknya sederhana. Wallaahu a'lam.*<sup>20</sup>

Selain unsur-unsur lahiriyah seperti yang telah disebutkan di atas, Allah swt. membekali manusia empat unsur ruhani, yaitu ruh (nafs/jiwa), akal, hati, dan nafsu. Ruh adalah urusan Allah swt. manusia tidak perlu mempertanyakan masalah ruh secara mendetail. Sedangkan akal, hati, dan nafsu merupakan unsur-unsur psikologik dalam diri manusia. Akal bekerja untuk memilih mana yang bermanfaat dan mana yang tidak setelah ditanyakan pada hati dan nafsu (hawa). Jika akal lebih memilih nafsu, maka ruhnya atau jiwanya akan rusak. Jika akal lebih memilih hati (hati yang damai, tunduk, patuh, dan pasrah kepada Allah), maka ruh itu akan baik. Sebagaimana dalam firman Allah swt. surat al-Fajr ayat 27-30 yang artinya "*Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku.*"<sup>21</sup>

Akal yang memilih mengikuti nafsu akan mematikan cahaya hati. Maka ruhnya akan menjadi ruh yang kotor sehingga mendapatkan kesengsaraan di dunia dan di akhirat. Firman Allah swt. surat al-Baqarah ayat tujuh yang artinya "*Allah telah mengunci-mati hati dan pendengaran mereka, dan penglihatan mereka ditutup. Dan bagi mereka siksa yang amat berat.*"<sup>22</sup>

Jika akal tidak *istiqomah* atau mencampur-adukkan antara yang haq dengan yang batil, maka hal ini akan menyebabkan sakitnya hati dan akan

<sup>20</sup> Imam Jalaluddin Abdurrahman as-Suyuthi, *Resep-Resep Sepesialis Ketabiban*, (Solo: CV Aneka, 1993), h. 17

<sup>21</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Medinah Munawwarah: Mujamma' Khadim al-Haramain asy-Syarifain al-Malik Fahd li thiba'at al-Mushaf asy-Syarif, 1411 H), h. 1059

<sup>22</sup> *Ibid.*, h. 9

menyebabkan kesengsaraan dengan timbulnya berbagai gangguan pada fisik maupun ruhani. Seperti penyakit urat saraf, asma, jantung, tekanan darah meninggi, maupun terjadinya ketegangan otot-otot pada fisik, yang akhirnya disebut sebagai penyakit Psikosomatik.

Semua penyakit ataupun kesusahan merupakan ujian atau sebagai siksaan pelebur dosa (*kafarah*) manusia khususnya umat Islam, agar menjadi suci dan kembali ke jalan yang lurus. Sebagaimana sabda Nabi Muhammad saw. yang artinya "*Ummatku ini adalah ummat yang dirahmati. Tidak ada siksa baginya di akhirat. Siksa bagi ummatku dirasakan di dunia. Siksanya berupa berbagai fitnah, gempa bumi, dan peperangan.*"<sup>23</sup>

Sabda Rasulullah saw. yang lain yang artinya "*Ketika dosa-dosa seorang hamba itu banyak dan tidak ada padanya amal ibadah untuk melebur dosa-dosanya, maka Allah memberinya bala bencana berupa kesusahan untuk melebur dosa-dosanya.*"<sup>24</sup>

Dari dua hadits di atas, dapat diambil suatu pengertian, bahwa bencana, peperangan, gempa bumi, penyakit, dan berbagai kesusahan adalah disebabkan karena banyaknya dosa dan sedikitnya amal shalih. Dengan banyaknya dosa dan sedikitnya amal yang shalih, menyebabkan Allah menyiksa manusia di dunia, khususnya ummat Islam dengan adanya berbagai macam persoalan yang menyusahkan.

---

<sup>23</sup> CD-ROM *al-Hadits al-Syarif, Kutub al-Tis'ah, Sunan Abu Dawud, al-Fitan wa al-Mulahamah*, Nomor 3730

<sup>24</sup> CD-ROM *al-Hadits al-Syarif, Kutub al-Tis'ah, Musnad Imam Ahmad, Baaqii Musnad al-Anshaar*, Nomor 24077

Allah swt. jika menurunkan suatu penyakit, maka Allah juga menurunkan obatnya. Sabda Nabi Muhammad saw. yang artinya *“Tidaklah Allah menurunkan suatu penyakit kecuali Allah juga menurunkan obatnya.”*<sup>25</sup>

Obat yang diturunkan oleh Allah telah di tuntunkan dan diajarkan oleh utusan-Nya yaitu Baginda Nabi Muhammad saw. sebagaimana firman-Nya dalam surat al-Jumu'ah ayat dua yang artinya *“Dia-lah yang mengutus kepada kaum yang buta huruf seorang Rasul di antara mereka, yang membacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka, mensucikan mereka dan mengajarkan kepada mereka Kitab dan Hikmah (As Sunnah). Dan sesungguhnya mereka sebelumnya benar-benar dalam kesesatan yang nyata.”*<sup>26</sup>

Selain disebabkan oleh banyaknya dosa dan sedikitnya amal shalih, penyakit, kesusahan, dan kesengsaraan itu timbul disebabkan oleh akal yang dikuasai oleh nafsu *Ammarah* dan nafsu *Lawwamah*. Penyakit, kesusahan, dan kesengsaraan itu akan hilang apa bila akal tersebut dikuasai oleh nafsu *Mulhimah*, nafsu *Muthmainnah*, nafsu *Radliyah*, nafsu *Mardliyah*, dan nafsu *Kamilah*. Imam Muhammad Nawawy Ibn Umar Ibn 'Araby Ibn asy-Asyafi'i membagi nafsu menjadi tujuh tingkatan, yaitu:

(1) *Nafsu Ammarah*. Tempatnya ada di dada, rangkaiannya adalah kikir, loba terhadap dunia, dengki, bodoh, sombong, syahwat, dan marah. (2) *Nafsu Lawwwamah*. Tempatnya ada di hati, yaitu di bawah puting payudara kiri kira-kira dua jari. Termasuk nafsu lawwwamah adalah senang mencela, senang menipu, mengagumi diri, menuturkan kejelekan orang lain, pamer, aniaya, dusta dan lalai. (3) *Nafsu Mulhimah*. Tempatnya adalah ruh di bawah puting payudara yang kanan sekira dua jari. Termasuk nafsu mulhimah adalah: sakhwah (derma), menerima apa yang ada, aris, merendahkan diri, taubat, sabar, dan tabah menderita. (4) *Nafsu Muthmainnah*. Tempatnya dekat puting

<sup>25</sup> CD-ROM *al-Hadits al-Syarif, Kutub al-Tis'ah, Shahih al-Bukhari, Kitab ath-Thibb*, Nomor 5246

<sup>26</sup> Departemen Agama RI, *Op. Cit.*, h. 932

payudara kiri kira-kira dua jari ke arah dada. Yang termasuk nafsu muthamainnah adalah pemurah, tawakal, ibadah, syukur, ridlo, dan takut kepada Allah. (5) Nafsu Radhiyah. Tempatnya pada sirrus sir, maksudnya pada kerangka tubuh. Termasuk nafsu radhiyah adalah: sosial, zuhud, perwira, riyadlah (berlatih), dan menepati janji. (6) Nafsu Mardiyah. Tempatnya samar, yaitu di dekat susu kanan sekita dua jari ke arah tengah dada. Yang mengikuti nafsu mardiyah adalah pekerti yang baik, meninggalkan selain Allah, kasih sayang kepada makhluk, berpaling dari dosa makhluk, mencintai hamba Allah, condong kepada hamba Allah untuk mengeluarkan mereka dari kegelapan watak dan nafsu mereka. (7) Nafsu Kamliyah. Tempatnya lebih samar yaitu di tengah dada. Yang mengikuti nafsu kamliyah adalah ilmu yaqin, 'ainul yaqin, dan haqqul yaqin.<sup>27</sup>

Para rasul khususnya Baginda Nabi Muhammad saw. telah menunjukkan jalan keselamatan menuju kebahagiaan yang abadi dengan menggunakan tiga cara. Yaitu membacakan ayat-ayat-Nya, mengajarkan al-Kitab dan Hikmah serta apa-apa yang tidak diketahui manusia dan mensucikan manusia sehingga manusia kembali suci sesuai dengan fitrahnya dan lepas dari kesesatan. Karena manusia telah lepas dari kesesatan sehingga tidak melakukan berbagai dosa dan maksiat lagi, maka Allah tidak akan menurunkan penyakit dan kesusahan kepadanya.

### G. Metode Penelitian

Metode penelitian lazimnya disebut metode ilmiah observasi. Metode ilmiah observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki.<sup>28</sup> Metode yang digunakan dalam pencarian data ialah penelitian kepustakaan (*library research*).

Dalam teknik pengumpulan datanya, penyusun menggunakan dua sumber data, yaitu sumber data utama dan sumber data tambahan. Sumber data utama untuk Psikoterapi Islam dan Psikosomatik adalah buku Psikoterapi dan Konseling

<sup>27</sup> Imam Muhammad Nawawy Ibn Umar Ibn 'Araby Ibn ays-Syafi'I, *Syarah Qothrul Ghoits*, Alih Bahasa: M. Ali Chasan Umar, (Indonesia: Maktabah Dar Ihya' al-Kutub al-'Arabiyah, tth), h. 6

<sup>28</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Yogyakarta : Andi Offset, 1989), h. 136

Islam karangan M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2001), Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi karangan Gerald Corey (1997), *mushaf al-Qur'an al-Karim bi al-Rasm al-'Utsmani* dengan terjemahan Departemen Agama RI, Tafsir Ibn Katsir,<sup>29</sup> *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfadz al-Qur'an al-Karim*,<sup>30</sup> Islam dan Psikosomatik karangan KH. S. S. Djam'an (1975), Agama dan Kesehatan Badan/Jiwa karangan Prof. Dr. Aulia (1980), serta Manusia dengan Atomya dalam keadaan sehat dan sakit karangan R. Paryana Suryadipura (1994), Kitab *ath-Thibb an-Nabawi* karya Ibnu Qayyim al-Jauziyah, dan kitab *ar-Rahmah fi Thibb wa al-Hikmah* karya Imam Jalaluddin as-Suyuthi, dan Kitab *al-Fawaid fi ash-Shilati wa al-'Awa'id* karya al-Allamah asy-Syaikh Syihabuddin Ahmad bin Abdul Lathief asy-Syarajy al-Yamany,

Sumber data tambahan dalam psikoterapi maupun psikosomatik meliputi: Patologi Sosial 3 Gangguan-gangguan Kejiwaan karangan Dr. Kartini Kartono (1986), Tasauf Modern karangan Hamka (1990), Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa karangan Dr. M. 'Utsman Najati (1985), *al-Aufaq* karangan Al-Ghazali, 50 Terapi Hawa Nafsu karangan Ibnul Qoyyim al-Jauziyyah (2002), Resep Al-Qur'an untuk Hidup Sehat karangan Abdul Mun'im Qundail (2003), *Encyclopedia of Psychology*, tulisan dari Reymond J. Corsini serta buku dan sumber-sumber data lainnya yang berkaitan dengan permasalahan yang dibahas.

Untuk mendapatkan pemahaman yang utuh dalam memahami Psikoterapi Islam sebagai suatu metode penyembuhan terhadap penyakit Psikosomatik, penyusun menggunakan metode deskriptif analisis. Metode diskriptif adalah suatu

<sup>29</sup> Abu al-Fida' Isma'il Ibn Katsir al-Quraisyi al-Damsyiqi (w. 774 H).

<sup>30</sup> Muhammad Fuad' Abd al-Baqi, *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfadz al-Qur'an al-Karim*, (Beirut: Dar al-Fikr, 1981)

metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang.<sup>31</sup> Analisis dimaksudkan untuk menelaah secara kritis, meneliti istilah, pengertian yang ada, sehingga dapat diketahui kelebihan dan kekurangannya, untuk kemudian menemukan pengertian baru yang lebih lengkap dan lebih tepat. Arti deskriptif analisis dalam skripsi ini mempunyai maksud memberikan gambaran dan melakukan analisis terhadap data-data dan sumber-sumber yang erat kaitannya dengan topik permasalahan untuk sampai kepada kesimpulan.

Dalam mendeskripsikan Psikoterapi Islam dan Psikosomatik, penyusun menelusuri berbagai sumber khususnya al-Qur'an dan al-Hadits Nabi Muhammad saw. buku-buku utama dan tambahan dilengkapi dengan buku-buku dan berbagai literatur yang berkaitan dengan Psikoterapi Islam dan Psikosomatik, untuk selanjutnya dikaji guna mendapatkan gambaran yang lengkap tentang Psikoterapi Islam dan Psikosomatik.

Setelah didapatkan gambaran tentang masalah dan data-data yang telah ditetapkan, kemudian dilakukanlah penyusunan dengan menggunakan klasifikasi yang bertujuan untuk menyusun kembali data-data yang diperoleh, sehingga menjadi sistematis dalam suatu organisasi. Bilamana data telah tersusun, dilakukanlah pengolahan data dengan menggunakan metode deskriptif analitis, artinya penyusun melakukan analisis terhadap data untuk sampai kepada kesimpulan, sehingga pelaksanaannya tidak terbatas kepada pengolahan data, akan tetapi juga meliputi penafsiran terhadap permasalahan.

---

<sup>31</sup> Moh Nazir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988), Cet. ke-3, h. 63

Selanjutnya adalah membahas dan mengkaji data-data tersebut di atas dengan menggunakan metode berfikir deduktif dan induktif. Berfikir deduktif adalah proses pendekatan yang berangkat dari kebenaran umum mengenai suatu fenomena (teori) dan menggeneralisasikan kebenaran tersebut pada suatu peristiwa atau data tertentu yang berciri sama dengan fenomena yang bersangkutan (prediksi).<sup>32</sup> Adapun berpikir induktif adalah proses logika yang berangkat dari data empirik melalui observasi menuju pada suatu teori.

#### H. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan pemahaman tentang isi dan esensi skripsi ini, maka cara penulisannya dilakukan berdasarkan sistematika berikut:

Bab pertama – Pendahuluan – terdiri dari: Penegasan judul yang menegaskan tentang istilah Psikoterapi Islam dan Psikosomatik. Dilanjutkan dengan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua – Gambaran Umum Psikoterapi Islam – terdiri dari: Sekilas sejarah terapi sebelum Islam, definisi Psikoterapi Islam, landasan Psikoterapi Islam yang terdiri dari: al-Qur'an, as-Sunnah, empiris, dan *science*. Diuraikan pula tentang objek Psikoterapi Islam, fungsi dan tujuan Psikoterapi Islam, metodologi Psikoterapi Islam yang terdiri dari metode *bayany*, metode *burhany* dan metode *'irfany*. Dilanjutkan dengan pembahasan tentang syarat-syarat psikoterapis yang harus dimiliki sebelum menggunakan metode-metode dan teknik-teknik Psikoterapi Islam. Syarat-syarat tersebut meliputi: aspek spiritual

---

<sup>32</sup> Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), Cet. ke-2, h.

dan *skill*, aspek sikap dan mental, serta aspek penampilan. Selain itu, untuk memperjelas penyakit dan gangguan jiwa yang ada, maka diketengahkan pula tentang tanda-tanda jiwa (*nafs*) yang hidup dan sehat, tanda-tanda jiwa (*nafs*) yang sakit, racun penyebab timbulnya gangguan kejiwaan, maupun akibat buruk yang akan terjadi sebab adanya gangguan kejiwaan.

Bab ketiga – Penyakit Psikosomatik – terdiri dari: Macam-macam penyakit Psikosomatik, faktor penyebab penyakit Psikosomatik dalam ilmu kedokteran yang terdiri dari: faktor genetik yang meliputi: *hipertension*, *peptic ulcer*, jantung, paru-paru, penyakit kulit, rematik, dan kencing manis. Faktor penyebab penyakit Psikosomatik lainnya ialah faktor psikodinamik, faktor psikologi, saktor sosial dan lingkungan, faktor rumus bentuk pribadi penderita, dan faktor keimanan. Dipaparkan pula faktor penyebab penyakit Psikosomatik dalam pandangan Islam yang terdiri dari: faktor pengaturan gaya hidup yang meliputi: makanan, minuman, pakaian, tempat tinggal, olah raga, tidur, bersetubuh, dan kencing dan berak dan faktor kebersihan yang meliputi: kebersihan jasmani dan kebersihan ruhani. Dalam bab ini juga dijelaskan tentang gejala penyakit Psikosomatik

Bab keempat – Psikoterapi Islam terhadap Penyakit Psikosomatik – terdiri dari: Metode terapi Psikoterapi Islam, metode dengan bahan alami, metode dengan terapi Ilahiyah yang meliputi: teknik *ruqyah* yang terdiri dari syarat-syarat *ruqyah*, tahap-tahap *ruqyah*, pengaruh *ruqyah* terhadap diri pasien, teknik penyucian diri (*taubat*) mencakup: syarat-syarat *taubat*, tahap-tahap *taubat*, prinsip-prinsip *taubat*, teknik *taubat*, dan pengaruh penyucian diri (*taubat*), teknik

pengajaran al-Qur'an dan al-Hikmah yang meliputi: teknis pengajaran al-Qur'an dan al-Hikmah, materi pengajaran al-Qur'an dan al-Hikmah dan pengaruh pengajaran al-Qur'an dan al-Hikmah

Bab kelima – Penutup – terdiri dari: Kesimpulan dan Penutup.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari berbagai pemaparan tersebut, maka kesimpulannya sebagai berikut:

1. Psikoterapi Islam adalah pengobatan gangguan-gangguan kejiwaan melalui penyembuhan lewat keyakinan agama Islam, yang mengikuti tuntun dan ajarkan Baginda Nabi Muhammad saw. dalam hal pengobatan, khususnya pengobatan gangguan kejiwaan. Dengan pengobatan tersebut diharapkan akan muncul kepribadian yang Islami dan dapat berkembang sehingga menghasilkan buah yang memberikan kemashlahatan ummat manusia.
2. Psikosomatik adalah suatu penyakit fisik akibat dari kejiwaan yang sedang mengalami goncangan ataupun sedang tidak sehat. Secara ilmu kedokteran penyakit psikosomatik ini terjadi 75% berasal dari gangguan kejiwaan. Sedangkan 25% lainnya berasal dari faktor faktor lain, seperti genetika, sosial dan lingkungan, rumus bentuk pribadi, dan lain sebagainya. Dalam pandangan ilmu kesehatan yang disusun oleh Ibnu Qayyim al-Jauziah, penyakit Psikosomatik ini bersumber dari prilaku yang berlebih-lebihan atau terlalu sedikit, serta tidak adanya kebersihan jasmani dan kebersihan rohani. Dikhususkan lagi bahwa penyakit Psikosomatik ini bersumber dari berbagai maksiat yang telah dilakukan akibat dari kotor dan najisnya hati. Karena hati yang kotor dan najis akan membuat akal tidak dapat digunakan dengan baik, karena hanya memperturutkan hawa nafsu.

Sehingga anggota tubuh bekerja terus menerus tanpa istirahat karena mengikuti hawa nafsu yang tidak pernah kenyang. Karena tidak ada istirahat itulah yang menyebabkan tubuh menjadi sakit.

3. Psikoterapis ketika melakukan metode-metode Psikoterapi Islam dalam menangani pasien yang tertimpa penyakit jiwa maupun penyakit fisik, selalu mengajak pasien untuk mengembalikan semua perkara dan urusan kepada Allah swt. dan bertawakal kepada-Nya. Setelah itu psikoterapis memeriksa pasien dengan menggunakan metode bayany, burhany dan 'irfany, barulah psikoterapis melakukan pengobatan dengan menggunakan bahan-bahan alami dan terapi Ilahiyah khususnya terapi dengan teknik ruqyah. Pengobatan terhadap pasien tidak cukup sekali dua kali, akan tetapi berkali-kali sampai pasien benar-benar sembuh. Selama proses pengobatan dan dan pasca pengobatan, pasien hendaknya melakukan taubat kepada Allah swt. dari segala dosa-dosanya, melakukan mujahadah dan riyadlah dengan berbagai dzikir dan amalan sehari hari, serta rajin mengikuti pendidikan keagamaan yang diberikan oleh psikoterapis. Taubat, mujahadah, riyadlah dengan berbagai dzikir dan amalan sehari-hari serta pendidikan keagamaan dari psikoterapis, adalah dua teknik Psikoterapi Islam yang dilaksanakan setelah dilakukannya terapi dengan teknik ruqyah. Dengan mengikuti dua teknik terapi setelah teknik ruqyah, diharapkan pasien terpelihara dan terjaga dari kambuhnya penyakit jasmani maupun penyakit rohani, serta iman Tauhid yang ada di dalam

dada dapat terjaga dan terpelihara dengan baik tanpa adanya keraguan.

4. Psikoterapi Islam ini sangat penting untuk diketahui oleh ummat manusia, khususnya ummat Islam. Karena dengan melakukan metode-metode Psikoterapi Islam, jiwa dan raga manusia akan menjadi sehat dan bertenaga. Tenaga ini diperoleh dari makanan lahiriah yang halal dan makanan ruhani yang diberikan Allah kepada manusia. Bila makanan jasmani dan makanan ruhani ini dapat terpenuhi sesuai dengan porsinya, maka manusia akan menjadi sehat jiwa dan raganya. *Wallaahu a'lam bish shawwab.*

## **B. Penutup**

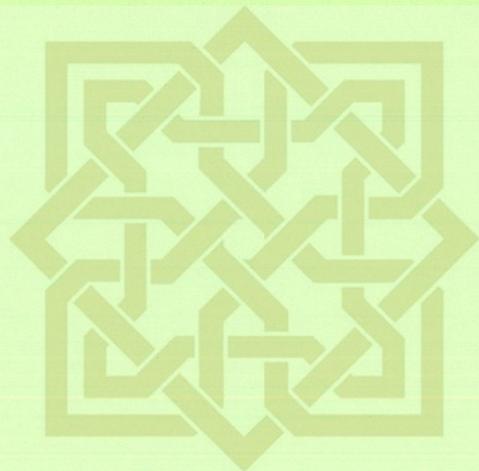
Uraian yang telah penulis paparkan sejak awal samapi akhir bertujuan untuk menjelaskan secara gamblang tentang Psikoterapi Islam dan Psikosomatik. Akan tetapi, tentu saja masih terlampau jauh untuk dapat disebut cukup, walaupun telah diusahakan dengan kemampuan yang maksimal. Namun demikian, skripsi ini diharapkan ada manfaatnya.

Ya Allah, jadikanlah sebaik-baik umurku di akhirnya, dan sebaik-baik amalku pada penutupnya, dan sebaik-baik hari-hariku pada hari perjumpaan dengan-Mu. Ya Allah, ampunilah aku, apa yang telah aku lakukan dan apa yang akan aku lakukan dan apa yang aku sembunyikan, dan yang terang-terangan dan apa-apa yang aku berlebihan, dan apa-apa yang Engkau lebih mengetahuinya daripadaku, Engkau Yang Maha Awwal dan Engkau Yang Maha Akhir. Ya Allah, berilah kebaikan bagiku di dalam agamaku yang

Engkau menjadikanya sebagai benteng penjaga dan berilah kebaikan bagiku di dalam kehidupan duniaku yang Engkau menjadikan di dalamnya sebagai lahan hidupku, Semoga rahmat Allah dan keselamatan tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad, dan kepada keluarga dan sahabatnya. Maha suci Tuhanmu, Tuhan Yang Maha Mulia dari apa-apa yang mereka sifatkan. Dan semoga keselamatan tertuju bagi para Rasul. Segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## Daftar Pustaka

- 'Abd al-Baqi, Muhammad Fuad., *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfadz al-Qur'an al-Karim*, Beirut: Dar al-Fikr, 1981
- Adz- Dzaky, M. Hamdani Bakran, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, Yogyakarta, Fajar Pustaka Baru, 2001, Cet. ke-1
- Ahmad, Asrori, *Terjemah Risalatul Mu'awanah Juz I, II, III*, Kudus: Menara Kudus, tth
- Al-Anshari, Syaikhul Islam Zakariya, *Tuhfatu Al-Thullaab*, Surabaya: Syirkah Bunkul Indah, tth
- Al-Bangilani, al-Faqir ilaihi Ta'ala Mishbah bin Zain al- Musthofa, *Tarjamah 'Idhotun Nasyiin 1, 2*, Pekalongan: Maktabah Raja Murah
- Al-Faruqi, Isma'il Raji, *Tauhid*, Bandung: Pustaka, 1995, Cet. ke-2
- Al-Ghazali, *Taubat*, Surabaya: Mahkota, tth
- \_\_\_\_\_, *Ciri-Ciri Ulama Dunia dan Akhirat*, Terjemah: Abdul Mujib, Surabaya: Mahkota, 1986
- \_\_\_\_\_, *Al-Aufaq*, Semarang: Karya Toha Putra, tth
- \_\_\_\_\_, *Rahasia-Rahasia Shalat*, Bandung: Karisma, 1991, Cet. ke-5
- Al-Halwani, Aba Firdaus dan Sriharini, *Manajemen Terapi Qalbu*, Yogyakarta: Media Insani, 2002, Cet. ke-1
- Al-Isawy, Abdurrahman, *Al-Islam wa 'ilaaju an-Nafsi*, Iskandariyah: Al-Daar al-Fikr al-Jama'i, tth
- Al-Jauziyah, Ibnul Oyyim, *Asma-ul Husna*, Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2000, Cet. ke-1
- \_\_\_\_\_, *Akibat Berbuat Maksiat*, Terjemah: Nabham Idris, Jakarta: Gema Insani Press, 2000, Cet. Ke-7
- \_\_\_\_\_, *Al-Fawaid*, Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2003, Cet. ke-2
- \_\_\_\_\_, *50 Terpi Hawa Nafsu*, terj. Abu Ihsan al-Atsari, *Asbaabut Takhlush Minal Hawa*, Solo: At-Tibyan, 2002, Cet. ke-1

- \_\_\_\_\_, *Sistem Kedokteran Nabi*, Terjemah: S. Agil Husin Al Munawar, Semarang: Dimas, 1994, Cet. Ke-1
- Al-Ju'aitsin, Abdullah bin Ali, *Hiburan Bagi Orang Sakit*, terj. Kathur Suhardi, Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 2002, Cet. Ke-7
- Al-Hasimy, Sayyid Ahmad, *Mukhtar al-Ahaadits an-Nabawiyah I, II, III*, Terjemah: Asrori Ahmad, Surabaya: Maktabah Kota Ilmu, tth
- Alkaf, Idrus H., *Hikmat Ilmu Ketabiban*, Pekalongan: CV. Bahagia, 1996, Cet. ke-7
- \_\_\_\_\_, *Ilmu Al-Hikmah Nabawi*, Solo: CV. Aneka, 1995, Cet. Ke-5
- \_\_\_\_\_, *Petunjuk Penyembuhan Rasulullah saw Dengan Terapi Ilahiah Serta Hikmah dari Mu'jizah Nabi*, Solo: CV. Aneka, 1995, Cet. Ke-5
- Al-Mataramy, Ahmad Badawi, *Al-Adab an-Nabawiyah fi al-'Amali al-Yaumiyah*, Terjemah: Mangun Budiyanto, Yogyakarta: Balai litbang Sistem Pengajaran Baca Tulis Al-Qur'an LPTQ Nasional Team Tadarusa "AMM" Yogyakarta, 1995, Cet. Ke-5
- Al-Qani, Al-'Allamah Syaikh Ibrahim, *Sabilul 'Abid 'ala Jauharotut Tauhid*, tth
- Al-Qodli, Syaikh Imam Adurrahman bin Ahmad, *Daqiqul Akhbar*, Semarang: PT. Karya Toha Putra, 1993, Cet. ke-1
- Al-Qozwaini, Imam Au Ja'far Umar, *Butir-Butir Iman*, Jakarta: Pustaka Amani, tth
- Al-Qur'an al-Karim bi al-Rasm al-'Utsmani*, Beirut: Dar al-Fajr al-Islami, 1404 H.
- Al-Suhrawardi, Abu Najib, *Menjadi Sufi*, Terjemah: Yuliani Liputo, Bandung: Pustaka Hidayah, 1994, Cet. Ke-1
- Al-Utsaimin, Syaikh Muhammad bin Shalih, *Penjelasan Kitab Tiga Landasan Utama*, Terjemah: Zaibal Abidin Syamsuddin dan Ainul Haris Arifin, Jakarta: Darul Haq, 2000, Cet. Ke-2
- Al-Yamani, Asy-Syaikh Syihabuddin Ahmad bin Abdul Lathief Asy-Syarajy, *Pengobatan dengan Al-Qur'an*, Terjemah: Nurullah Fauzi, Bandung: Husaini Bandung, 1991, Cet. Ke-1
- An-Nawawi, Imam Muhammad bin Umar Ibn 'Araby Ibn Asy-Syafi'i, *Terjemah Tanqihul Qoul*, Surabaya: Mutiara Ilmu, 1995, Cet. ke-1

\_\_\_\_\_, *Syarah Qothrul Ghoits*, Alih Bahasa: M. Ali Chasan Umar, Indonesia: Maktabah Dar Ihya' al-Kutub al-'Arabiyah, tth

\_\_\_\_\_, *Syarah Qotrul Ghoits*, Indonesia: Dar Ihya' al-Kutub al-'Arobiyah, tth

\_\_\_\_\_, *Syarah 'Uqudu al-Lujain*, Terjemah: M. Ali Chasan Umar, Semarang: CV. Toha Putra, 1994, Cet. Ke-2

An-Nawawi, Syaikh Imam, *Arba'in Nawawiyah*, Terjemah: Wahid Ahmadi, Solo: Era Intermedia, 1999, Cet. Ke-1

An-Nazili, Sayyid Muhamad Haqqyy, "*Khazinatul Asrar*", Surabaya: Al-Hidayah, tth

Arifin, Bey, *Rangkaian Cerita Dalam Al-Qur'an*, Bandung: PT. Alma'arif, Cet. ke-20

\_\_\_\_\_, *Samudra Al-Fatihah*, Surabaya: PT. Bina Ilmu, 1989, Cet. ke-4

As-Sa'di, Syaikh Abdurrahman Nashir, *70 Kaidah Penafsiran AlQur'an*, Terjemah: Marsuni Sasaki dan Mustahab Hasbullah, Jakarta: Pustaka Firdaus, 2001, Cet. Ke-2

As'ad, Ali, *Bimbingan Bagi Penuntut Ilmu Pengetahuan*, Kudus: Menara Kudus, tth

\_\_\_\_\_, *Nasehat Penghuni Dunia*, Kudus: Menera Kudus, tth

\_\_\_\_\_, *Taqrib Dalil*, Kudus: Menara Kudus, tth

As-Suyuthi, Imam Jalaluddin Abdurrahman, *Ar-Rahmah fi Thibb wa al-Hikmah*, Beirut: Daar al-Kutub al-'Alamiyah, 1411 H/1991 M, Cet. Ke-1

\_\_\_\_\_, *Resep-Resep Sepestalis Kitabiban*, Solo: CV Aneka, 1993

Ash-Shiddeqy, Teungku Muhammad Hasbi, *Ilmu-Ilmu Al-Qur'an*, Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra, 2002, Ed. 2., Cet. Ke-2

At-Tharabulisi, Sayid Husain Afandi bin Muhammad al Jisr, *Husunul Hamidiyah*, Surabaya: Maktabah Hidayah, tth

Attisani, Della, *Mengintip Penyakit Lewat Mata*, Intisari, Juli 1995

Aulia, *Agama Dan Kesehatan Badan/Jiwa*, Jakarta : Bulan Bintang, 1980, Cet. Ke-4

- Awwad, Jaudah Muhammad, *Mendidik Anak Secara Islam*, Jakarta: Gema Insani Press, 1999, Cet. ke- 5
- Azra, Azyumardi, *Pedoman Penulisan Skripsi, Tesis dan Disertasi*, Jakarta: IAIN Jakarta Press, 2000, Cet. ke-1
- Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999, Cet. ke-2
- Bahreisy, Salim, *Tarjamah Riadhus Shalihin Juz I, II*, Bandung: PT. Alma'arif Bandung, 1986, Cet. Ke-9
- Bali, Syaikh Wahid Abdus Salam, *Sihir dan Cara Pengobatannya Secara Islami*, Terjemah: Aunur Rafiq Shaleh Tamhid, Jakarta: Robbani Press, 2003, Cet. Ke-6
- Burhanuddin, Yusak, *Kesehatan Mental*, Bandung: CV. Pustaka Setia, 1999, Cet. Ke-1
- \_\_\_\_\_, *Terjemah Singkat Tafsir Ibnu Katsir Jilid I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII*, Surabaya: PT. Bina Ilmu, 1993
- CD-ROM *Hadits al-Bayan, Hadits Riwayat Bukhari dan Muslim, Versi 1,0*, Mesir: Sakhr, 1996 Keluaran ke-1,
- CD-ROM *al-Hadits al-Syarif, Kutub al-Tis'ah, Versi 2,1*, Mesir: Sakhr, 1996, Keluaran ke-1
- CD-ROM *Holy Qur'an Versi 6.50*, Mesir: Sakhr, 1997, Keluaran ke-5
- Chalil, K. H. Munawar, *Kembali Kepada Al-Quran dan As-Sunnah*, Jakarta: Bulan Bintang, 1991, Cet. ke-8
- Coleman, Dr. Vernon, *Stress dan Lambung Anda*, Alih Bahasa: M.S. Hadi Subrata, Jakarta: Arcan, 1989, Cet. Ke-3
- Corey, Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, terjemahan E. Koeswara, Bandung: Refika Aditama, 1997, Cet. ke-3
- Corsini, Reymond J., *Encyclopedia of Psychology*, USA: Jhon Wiley & Sons, 1994, Cet. ke-2
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Medinah: Mujamma' Khadim al Haramain asy Syarifain al Malik Fahd li thia'at al Mush-haf asy Syarif, 1411 H

- Djam'an, S.S, *Islam dan Psikosomatik (Penyakit Jiwa)*, Jakarta: Bulan Bintang, 1975, Cet. ke-1
- Emery, Alan E.H., *Dasar-Dasar Genetika Kedokteran*, Penerjemah: Hartono, Yogyakarta: Yayasan Essentia Medica, 1992
- Faridh, Ahmad, *Tazkiyat an-Nufus*, Terjemahan: Nabhani Idris, Bandung: Pustaka, 1411 H/1990 M, Cet. Ke-2
- Ghirah, Abdu al-Satar al-Karim Abu, *Buhuts fii al-Fiqh al-Thibbi wa al-Shihah al-Nafsiyah*, Kairo: Daar al-Aqsha, 1411 H/1991 M, Cet. Ke-1.
- Goleman, Daniel, *Emotional Intelligence*, terjemahan T. Hermaya, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1997, Cet. ke-5
- Gunarsa, Singgih D, *Koseling dan Psikoterapi*, Jakarta : PT BPK Gunung Mulia, 1992
- Hadad, Imam Habib Abdullah, *Nasehat Agama dan Wasiat Iman*, Semarang: CV. Thoha Putra, 1993
- Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research*, Yogyakarta : Andi Offset, 1989
- Hamamiy, Asy-Syaikh, *Tafsir Yaa Siin*, Terjemah: Misbah Musthofa, Surabaya: Al-Hidayah, tth
- Hamid, Zahri, *Bertaqwa Menurut Syari'at Islam*, Yogyakarta: Dua Dimensi, 1985
- Hamka, *Tasauf Modern*, Jakarta: Pustaka Panjimas, 2001
- Hanafi, Hasan, *Agama Ideologi dan Pembangunan*, Terjemah: Shonhaji Sholeh, Jakarta: P3M, 1991, Cet. Ke-1
- Hawari, Dadang, *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*, (Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2001), Ed., Ke-2
- IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, *Pedoman Penulisan Skripsi, Tesis, dan Disertasi*, Jakarta: IAIN Jakarta Press, 2000
- Ingram, I.M., et. al., *Notes on Psychiatry, Catatan Kuliah Psikiatri*, alih bahasa: dr. Petrus Andrianto, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 1993, Cet. Ke-1, Edisi. Ke-6

- Jabbar, Umar Abdul, *Mabadiul Fiqhiyah III dan IV*, Surabaya: Maktabah Muhammad bin Ahmad Nabhan wa Auladuhu, tth
- Katono, Kartini, *Patologi Sosial 3 Gangguan-gangguan Kejiwaan*, Jakarta: CV.Rajawali, 1986, Cet. I
- Labib Mz, *Senjata Pegangan Orang Mukmin*, Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 1995, Cet. ke-1
- \_\_\_\_\_, *Mutiara Ma'rifat*, Cv. Bintang Pelajar, tth
- Majid, Abdul, dkk, *Al-Islam I*, Magelang: Lembaga Studi Islam-Kemuhadiyah Universitas Muhammadiyah Malang, 1996, Cet. ke-4
- Marhiyanto, Bambang, *Cemas Mempengaruhi Ketenangan Jiwa*, Cv. Bintang Pelajar, tth
- Ma'shum, KH. Ali, *Ajakan Suci*, Yogyakarta: Lajnah Ta'lif wa Nasyr DIY, 1995, Ed. ke-2
- Mubarok, Ahmad, *al-Irsyad an-Nafsy Konseling Agama Teori dan Kasus*, Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2000, Cet. I
- Mudakir, K dan Moh. Sholeh, *Pengobatan Tradisional Secara Islam*, Pekalongan: TB. Bahagia, tth
- Muhamad Zuhri, *Bimbingan Tasawuf Syaikh Abdul Qadir Al-Jilani ra.*, Semarang: PT. Karya Toha Putra, 2001
- Mujab, Nadhirah, *77 Hadits Panduan Shalat Sunat*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1998, Cet. Ke-1
- Munawir, Ahmad Warson, *Kamus Arab-Indonesia*, Surabaya: Pustaka Progressif, 1997, Cet. ke-14
- Musa, Abdullah Ibrahim, *al-Masuliyah al-Jasadiyah fi al-Islam*, Beirut: Dar Ibn Hazm, 1995, Cet. ke-1
- Najati, M. Ustman, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, Bandung: Pustaka, 2000, Cet. ke-3
- Nazir, Moh, *Metode Penelitian*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988, Cet. ke-3
- Nuh, Sayyid Muhammad, *Terapi Mental Aktifis Harakah*, Solo: Pustaka Mantiq, tth

- Pardoyo, *Sekularisasi dalam Polemik*, Bandung: PT. Pustaka Utama Grafiti, 1996, Cet. Ke-2
- Pasha, Musthofa K., *Al-Wahnu, Berhala Masa Kini, Islam Agama Paripurna*, Yogyakarta: PWM Majlis Tabligh DIY, 1416 H/1995 M, Cet. Ke-1,
- PP Muhammadiyah, *Pedoman Hidup Islami Warga Muhammadiyah*, Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 2003, Cet. ke-6
- Qundail, Abdul Mun'im, *Resep Al-Qur'an Untuk Hidup Sehat*, Terjemah: Aziz Rohman Ibn Adnan, Jakarta: CV. Cendekia Sentra Muslim, 1423 H/2003 M, Cet. Ke-1
- Roqith, Hamid Hasan, *al-Ri'aayah al-Shihiyah al-Riyaadlah fii al-Islaam*, Beirut: Dar Ibn Hazm, 1997, Cet. ke-1
- Saboe, A, *Hikmah Kesehatan Dalam Shalat*, Bandung: PT. Alma'arif, 1987, Cet. ke-3
- Said, Fuad, *Hakikat Tarikat Naqsyabandiyah*, Jakarta: Al-Husna Zikra, 1996, Cet. Ke-2
- Saleh, Qomaruddin, HAA. Dahlan, M. D. Dahlan, *Asbabun Nuzul*, Bandung: CV. Diponegoro, 1995, Cet. ke-17
- Samarany, Muhammad Shalih Umar, *Tarjamah Sabilul 'Abid 'alaa Jauharotut Tauhid*, tp, tth
- Sarwono, Sarlito Wirawan, *Pengantar Umum Psikologi*, Jakarta: Bulan Bintang, 2000, Cet. ke-8
- Sinclair, Dr. Chris., *Asma*, Alih Bahasa: Arum Gayatri, Jakarta: Arcan, 1992, Cet. Ke-3
- Schimmel, Annemarie, *Dan Muhammad Adalah Utusan Allah*, Bandung: Mizan, 1998, Cet. ke-5
- Smith, Dr. Tom., *Tekanan Darah Tinggi*, Alih Bahasa: Bosco Carvallo, Jakarta: Arcan, 1992
- Subki, Ahmad, *Maslakul 'abiid*, Semarang: PT. Karya Toha Putra, tth
- Sukardi, D. Ketut, *Dasar-dasar Bimbingan dan Peyuluhan di Sekolah*, Surabaya: Usaha Nasional, tth

Sundaru, Heru, *Asma, Apa dan Bagaimana Pengobatannya*, Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2000, Ed. III., Cet. Ke-2

Suryadipura, R. Paryana, *Mausia dengan atomnya*, Jakarta : Bumi Aksara, 1994, Cet. ke-1

Syatha, Sayyid Bakr al-Maky bin Sayid Muhammad, *Kifayatul Atqiya' wa Minhajul Ashfiya'*, Semarang: Usaha Keluarga, tth

Walgito, Bimo, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Yogyakarta: Andi Offset, 1995, Ed. ke-4, Cet. ke-3

Wojowarsito dan W. J. S. Poerwadarminta, *Kamus Lengkap Inggris-Indonesia, Indonesia-Inggris*, Bandung: Hasta, 1982, Cet. ke-1

Yamani, Ja'far Khadim, *Sejarah Kedokteran Islam dari Masa ke Masa*, Penerjemah: Dr. Muhammad, Bandung: Prakarsa Insan Mandiri, 1993/1413H

Ya'qub, Ali Mustafa, *Nasihat Nabi Kepada Pembaca dan Penghafal Al-Qur'an*, Jakarta: Gema Insani Press, 2001, Cet. Ke-10

Zaini, Syahminan, *Nilai Iman*, Surabaya: Usaha Nasional, 1981



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA