

Research Article

Model Terapi Psikospiritual: Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs Hamka Dalam Mengatasi Penyakit Jiwa

Imroatul Istiqomah¹, Muhammad Shohibul Mujtaba², Aan Anwarudin³

1. Universitas Darussalam Gontor, imroatul.istiqomah@unida.gontor.ac.id
2. Universitas Darussalam Gontor, mshohibulmujtaba@unida.gontor.ac.id
3. Universitas Darussalam Gontor, anwar.masqot2021@gmail.com

Copyright © 2024 by Authors, Published by Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam. This is an open access article under the CC BY License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>).

Received : January 25, 2024

Revised : Februari 9, 2024

Accepted : March 4, 2024

Available online : March 31, 2024

How to Cite: Imroatul Istiqomah, M. Shohibul Mujtaba, and Aan Anwarudin. 2024. "Model Terapi Psikospiritual: Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs Hamka Dalam Mengatasi Penyakit Jiwa". Risalah, Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam 10 (1):397-408. https://doi.org/10.31943/jurnal_risalah.v10i1.790.

Abstract: The aim of this research is to provide a detailed explanation of the concept of "tazkiyatun nafs" (purification of the soul) and mental illness according to Hamka, as well as the implementation of tazkiyatun nafs in treating mental illness. This study adopts a qualitative approach and is purely literature-based, as its primary or secondary sources come from books, documents, journals, or scholarly works. To test the validity of the data, the researcher employs measures of transferability and dependability. Based on the research findings, tazkiyatun nafs according to Hamka is the process of cleansing the soul from things such as polytheism, atheism, and all negative traits, which can then be taught through various sciences and proper training. Mental illness, according to him, includes inherent qualities that tend to be negative and reprehensible, due to the decrease in the perfect goodness of human beings. Hamka explains that tazkiyatun nafs directly serves as a path or method for treating someone's mental illness with its five stages.

Keywords : Tazkiyatun Nafs, Hamka, Mental Illness, Psychospiritual.

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan secara detail tentang konsep tazkiyatun nafs dan penyakit jiwa menurut Hamka, serta implementasi tazkiyatun nafs dalam mengobati penyakit jiwa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, bersifat kepustakaan murni karena sumber datanya baik yang primer atau sekunder berasal dari buku, dokumen, jurnal atau karya-karya ilmiah. Dalam menguji validitas data peneliti menggunakan menggunakan ukuran transferability dan dependability. Berdasarkan temuan penelitian, tazkiyatun nafs menurut Hamka adalah proses membersihkan jiwa dari hal-hal seperti kemusyrikan, ateisme dan segala sifat buruk yang kemudian dapat diberikan pengajaran dengan berbagai ilmu dan pembiasaan(pelatihan) yang baik dan benar. Penyakit jiwa menurutnya, termasuk sifat-sifat

alamiah yang cenderung buruk dan tercela, karena berkurangnya nilai kebaikan yang sempurna dari diri manusia. Hamka menjelaskan bahwa Tazkiyatun nafs secara langsung mampu menjadi jalan atau cara untuk mengobati penyakit jiwa seseorang dengan lima tahapannya.

Kata Kunci: Tazkiyatun Nafs, Hamka, Penyakit Jiwa, Psikospiritual.

PENDAHULUAN

Istilah psikospiritual dari sisi bahasa merupakan gabungan antara dua kata, yakni psikologi dan spiritual yang berarti pemikiran atau kajian tentang proses mental dan pemikiran yang bersifat rohani dari perspektif agama Islam. Psikospiritual memberi penekanan terhadap bagaimana spiritualitas seseorang itu diidentifikasi dan ditingkatkan dengan berbagai teknik spiritual untuk terapi atau perawatan pemulihan. Pendefinisian ini menunjukkan bahwa agama menjadi media utama dalam membentuk spiritual dan jati diri seseorang. (Intan Farhana Saparudin, 2018) Psikospiritual Islam merupakan kerangka psikologi dalam mengkaji kejiwaan Islam, bagaimana ia wujud dan memiliki eksistensi dalam kehidupan manusia. (Khoirunnas Rajab, 2010)

Terapi psikospiritual merupakan terapi yang mengintegrasikan antara unsure psikologi dan kerohanian tentang proses mental dan pemikiran yang bersifat rohaniah dari perspektif agama Islam. (Siti Nur Aafifah Hashim, 2022) Terapi psikospiritual Islam bisa diartikan sebagai suatu kaidah atau cara perawatan kejiwaan dan kerohanian yang berdasarkan kepada sumber-sumber ke-Tuhan-an dan amalan-amalan Islam yang sesuai dengan petunjuk Al-Qur'an, as-Sunnah, amalan para salafus saleh dan ilmu pengetahuan yang tidak bertentangan dengan prinsip syari'ah. (Mohd Rusdan bin Mohd Jailani, 2015)

Pendekatan terapi psikospiritual Islam dinilai mampu menjadi sebuah alternative dalam menangani gangguan psikologi yang berpuncak pada menjauhnya jiwa dari kesehatan rohani yang akan mengakibatkan memburuknya tingkah laku seseorang dalam kehidupan social. (Wan Fatimah Zahra Wan Yusuf, 2020) Konsep psikospiritual Islam terbukti mempunyai kerangka utuh berdasarkan nilai kerohanian dalam Al-Qur'an dan sunnah Rasulullah SAW. (Rahim Kamarul Zama,dkk., 2022)

Pendekatan spiritual dalam psikologi Islam mencoba menghubungkan aspek dan perilaku jiwa manusia dengan tujuan membentuk kualitas diri yang lebih sempurna dan mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Sedangkan dari sisi lain, sesuai tujuan ilmu psikologi, bahwa melalui bimbingan rohaniah mampu meningkatkan spiritualitas diri, membentuk kesadaran diri, membantu memahami ekspresi diri dan mengarahkan kehidupan yang lebih baik dengan *shibghoh ilahiyah* (corak Ilahi) atau *Rabbaniyyah*. Unsur-unsur psikologi dan spiritual jika digabung akan menghasilkan modul intervensi yang seimbang dan holistic. (Intan Farhana Saparudin, 2018) Hal ini karena psikospiritual Islam memiliki 4 dimensi diri manusia yang hidup, yaitu fisik, biologi, kejiwaan (psikologi), sosiokultural dan spiritual. Psikospiritual Islam juga merupakan jalan penyelesaian terhadap masalah jiwa dan pemikiran manusia yang bersifat rohaniah dengan mengenal diri, penyembahan kepada Allah SWT dan pembentukan akhlak dengan berdasar kepada Al-Qur'an dan hadist. (Nor Azah Abdul Aziz, 2022)

Psikospiritual Islam merupakan substansi dari ilmu psikoterapi Islam. Secara epistemology, kedua disiplin ilmu ini bersumber kepada sumber utama Islam yaitu Al-Qur'an dan Sunnah, diperkaya oleh ajaran dan pengalaman salafussholih yang kaya akan pengalaman rohani. (Asif Trisnani,dkk., 2023) Adapun perbedaan keduanya adalah ilmu psikospiritual Islam menjelaskan konsep-konsep dan teori-teori berkaitan dengan

kejiwaan yang mencakup pembahasan ruh, qalb, nafs dan aql. Jika ilmu psikoterapi Islam lebih menjurus kepada formulasi kaidah perawatan dan pemulihan terhadap penyakit kejiwaan tersebut serta pengaplikasiannya terhadap penyakit-penyakit psikologi. (Muhamad Afiq Abd Razak & Mohd Syukri Zainal Abidin, 2020)

Selanjutnya, bagaimana mengurai hubungan antara konseling dan spiritual? Konseling spiritual mulai banyak diperbincangkan pada karya-karya ilmiah pada tahun 1990 yang menghasilkan adanya konsep verifikasi dimensi spiritual pada perkembangan individu. (Agus Santoso, 2017) David Powell mengungkapkan: *The spiritual dimensions of counseling require a counselor's dedication to quality care with a sense of purpose and mission* (Faiver, dkk., 2001) arti bebasnya adalah bahwa dimensi spiritual pada konseling membutuhkan dedikasi dan kepekaan seorang konselor dalam peningkatan diri terhadap suatu tujuan dan misi. Bila mengacu pada tujuan dan misi, maka seorang konselor akan dapat bertindak secara holistic dalam mengintervensi konseli. Dedikasi tersebut bisa ditingkatkan dengan meyakinkan diri akan adanya integrasi spiritualitas dalam konseling.

Menurut Ayu Nadhirah dkk dalam penelitiannya dalam Jurnal *Afkar* Terapi psikospiritual Islam merupakan alternative preventif sebagai solusi untuk menangani permasalahan fisik, mental maupun rohani dan telah diakui manfaatnya. Psikospiritual Islam juga semakin mendapat perhatian dalam kalangan penyelidik jika dilihat melalui trend kajian berkenaan psikospiritual Islam yang telah dilakukan dalam lima tahun terkini yaitu sejak 2018 hingga 2022. (Ayu Nadhirah Mohd Suhaima, et.al., 2023) Yaitu:

Tabel 1. Artikel Ilmiah dengan tema *Tazkiyatun Nafs*

Tema Kajian	Jumlah Artikel	Penulis dan Tahun Terbit
Konsep Tazkiyatun Nafs	14	Belinda Dwijayanti (2015), Zidni Nuran Noordin & Zainul Ab. Rahman (2017), Hoyyu Setia Hutami (2019), M. Haris Syahputra dkk. (2019), Aliyah (2019), Siti Nur Aafifah Hashim (2020), Anita (2021), Siti Mutholingah (2021), Mutmainah (2021), Ahmad Sholahuddin (2021), Bisyri Abdul karim (2021), M Hafidz Khusnadi dkk. (2022), Mukhtar Syafangat Ngabdul Ghofur (2022), Dita Anggraini & Wenda Asmita (2022)
Konsep Tazkiyatun Nafs berkaitan dengan Pendidikan Konseling	10	Zamakhsari Hasballah dkk. (2018), Lukna Nulhakim (2019), Cece Jalaludin Hasan (2019), Alfaiz dkk. (2019), Nur Dayana Dalila Al Helmi Affendi (2021), Yuliana Nelisma (2022), Hengki Yandri (2022), Abdul Mukit dkk. (2022), Ali Maksum dkk. (2023), Subaidi & Jaja Jahari (2023)

Dari tabel di atas kita bisa melihat bahwa penelitian tentang tema *Tazkiyatun Nafs* telah banyak dilakukan, begitu juga konsep *Tazkiyatun Nafs* dihubungkan dengan konseling.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai pendekatan literatur kualitatif atau penelitian kepustakaan. Dengan kata lain, pendekatan kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini membantu memfokuskan kesimpulan analisis pada permasalahan yang diteliti. Pendekatan kualitatif untuk mengkaji pemahaman Hamka tentang *Tazkiyatun Nafs* dan dampaknya untuk mengobati penyakit jiwa.

Penelitian ini bersifat kepustakaan murni (*library research*) karena sumber datanya diperoleh dari buku-buku, jurnal, majalah, hasil-hasil penelitian terkait dengan Tazkiyatun Nafs menurut Hamka dan implementasinya dalam mengobati penyakit jiwa. Data primer dari penelitian ini adalah karya-karya Hamka langsung seperti; buku Tasawuf Modern, Lembaga Budi, Falsafah Hidup, Lembaga Hidup, Tafsir al-Azhar dan lain-lain. Buku, jurnal, majalah, dan temuan penelitian lain yang membahas topik penelitian ini menjadi data pendukung/sekunder. Uji validitas data dalam penelitian kualitatif ada empat, yaitu *credibility*, *transferability*, *dependability* dan *confirmability*. Penelitian ini menggunakan ukuran *transferability* dan *dependability*. Peneliti menampilkan secara rinci makna *tazkiyatun nafs* dan penyakit jiwa menurut Hamka, dan implementasi *tazkiyatun nafs* untuk mengobati jiwa menurut Hamka sehingga jelas konteks dan focus penelitian. Selanjutnya, dari paparan secara menyeluruh peneliti mengambil kesimpulan. Kesimpulan yang diambil peneliti dapat di-replikasi oleh peneliti lain. (Ahmad Tanzeh, 2011)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan dan Penyakit Jiwa Menurut Ilmuan Psikologi

Penyakit jiwa (*psychoses*) adalah kelainan kepribadian yang ditandai oleh mental dalam (*profound-mental*) dan gangguan emosional. Penyakit tersebut dapat mengubah individu normal menjadi tidak mampu menyesuaikan dirinya dalam masyarakat (*abnormal*). Dua istilah yang dapat diidentifikasi dengan *psychoses* ini adalah **insanity** dan **demensia**. *Insanity* adalah istilah umum tentang gangguan jiwa yang parah akibat adanya distorsi emosi sehingga ditemukan ketidakwajaran dalam hal bertingkah laku. Hal ini terjadi karena menurunnya semua fungsi kejiwaan. Adapun *demensia* adalah kumpulan gejala yang ditandai penurunan kemampuan mengingat, berkomunikasi, dan beraktivitas, hal ini bisa terjadi terkadang disebabkan oleh faktor bertambahnya umur (usia lanjut). Tetapi secara umum kini diinterpretasikan sebagai sinonim dengan kekacauan mental (*mental disorder*) yang menyolok. Kebanyakan semua penyakit jiwa ini disertai demensia. (James D., 1978)

Pada masyarakat umum, penyakit jiwa ini biasanya diistilahkan dengan gila atau penyakit gila. Sebab mereka sering melakukan tingkah laku yang semaunya sendiri, tidak wajar dan *abnormal*. Seseorang yang terserang penyakit jiwa, kepribadiannya terganggu dan selanjutnya menyebabkan kurang mampu menyesuaikan diri dengan wajar dan tidak sanggup memahami problemanya. Seringkali orang yang sakit jiwa tidak merasa bahwa dirinya sakit, sebaliknya ia menganggap dirinya normal, bahkan lebih baik, lebih unggul, dan lebih penting dari yang lain. (Zakiah Darajat, 1990)

Penyakit jiwa biasanya dibedakan menjadi dua kategori umum, yaitu: **Pertama**, adalah kelainan mental yang dicirikan oleh gangguan fungsional. Warisan keturunan yang tidak menyenangkan (*unfavorable heredity*) dilengkapi faktor-faktor

konstitusional dan pengalaman hidup yang merugikan adalah merupakan sebab utama dari penyakit tersebut, termasuk dalam kategori ini adalah: *schizophrenia*, *paranoia*, *manic-depressive* dan *involution melancholia*. **Kedua**, terdiri dari penyakit mental yang dikelompokkan dengan pertanda atau bukti organik (*toxis-organic psychoses*) termasuk dalam kelompok ini adalah *senile dementia*, *psychoses with cerebral arteriosclerosis*, *general presis*, *alcoholic psychoses*. (James D., 1978)

Zakiah Darajat menyebutkan, bahwa penyakit itu terdiri dari dua macam: **pertama**, adalah penyakit jiwa yang disebabkan oleh gangguan-gangguan kejiwaan telah berlarut-larut, sehingga mencapai puncaknya tanpa suatu penyelesaian yang wajar, atau dengan kata lain disebabkan oleh hilangnya keseimbangan mental secara menyeluruh akibat kondisi lingkungan yang sangat menekan, ketegangan batin dan sebagainya. **Kedua**, penyakit jiwa yang disebabkan oleh adanya kerusakan anggota tubuh, misalnya: otak, sentral saraf atau anggota fisik lain untuk menjalankan tugasnya. Hal ini mungkin disebabkan oleh karena keracunan akibat minum-minuman keras, obat-obat perangsang atau narkotik akibat penyakit kotor (sifilis), dan sebagainya. (Zakiah Darajat, 1990)

Salah satu ulama Mesir, Hasan Muhammad as-Syarqawi dalam kitabnya *Nahw 'Ilmiah Nafsi* (1970), membagi penyakit jiwa dalam sembilan bagian, yaitu: pamer (*riya'*), marah (*al-ghadhab*), lalai dan lupa (*al-ghaflah wan nisyah*), was-was (*al-was-wasah*), frustrasi (*al-ya's*), rakus (*tama'*), terperdaya (*al-ghurur*), sombong (*al-ujub*), dengki dan iri hati (*al-hasd wal hiqd*). (As-Syarqawi, 1979)

Jadi, orang yang jiwanya sehat adalah orang yang terhindar dari penyakit jiwa di atas, atau yang sembuh darinya, jika sebelumnya jiwanya mengalami sakit. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Zakiah Drajat terdapat empat buah rumus tentang kesehatan mental. 1) Terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (neurose) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (psychose). 2) Kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup. 3) Pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang adasemaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa. 4) Terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi masalah-masalah yang biasa terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. (Zakiah Darajat, 1990)

Kesehatan jiwa atau mental menurut *worldview* Islam hakikatnya adalah terwujudnya keserasian, keharmonisan dan integralitas kepribadian yang mencakup seluruh potensi manusia secara optimal dan wajar. Istilah optimal dan wajar mengisyaratkan bahwa pencapaian manusia kepada kesehatan mental yang sempurna adalah sesuatu hal yang sangat sulit ditemui. Bisa juga dikatakan manusia berusaha mencapai kesehatan mental menuju kesempurnaan, bahkan yang lazim ditemukan orang-orang yang mencapai tingkat kesehatan mental yang wajar. (H.M. Afif Anshori, 2016) Sedangkan ciri-ciri kesehatan mental berdasarkan psikospiritual Islam adalah sebagai berikut: (Siti Nur Aafifah Hashim, 2022)



Gambar 1: Ciri-ciri Kesehatan Mental Berdasarkan Psikoripitual Islam

Lebih terperinci lagi menurut Suhaimi, ada sembilan ciri atau karakteristik mental yang sehat (Suhaimi, 2015), yakni:

1. Kemapanan (*al-sakinah*), ketenangan (*ath-thuma'ninah*) dan rileks (*ar-rahah*) batin dalam menjalankan kewajiban, baik terhadap dirinya, masyarakat maupun Tuhan
2. Memadai (*al-kifayah*) dalam beraktivitas
3. Menerima keadaannya dirinya dan keadaan orang lain
4. Adanya kemampuan untuk menjaga diri
5. Kemampuan untuk memikul tanggung jawab, baik tanggung jawab keluarga, sosial, maupun agama.
6. Memiliki kemampuan untuk berkorban dan menebus kesalahan yang diperbuat.
7. Kemampuan individu untuk membentuk hubungan sosial yang baik yang dilandasi sikap saling percaya dan saling mengisi.
8. Memiliki keinginan yang realistik, sehingga dapat diraih secara baik
9. Adanya rasa kepuasan, kegembiraan (*al-farh atau al-surur*) dan kebahagiaan (*al-sa'adah*) dan menyikapi atau menerima nikmat yang diperoleh.

Konsep Tazkiyatun Nafs Hamka

Ibn Mandzur dalam *Lisan al-'Arab* menjelaskan, kata *tazkiyah* berasal dari *zakka-yuzakki-tazkiyatan*. (Abi Faḍhl Jamaluddīn Muhammad bin Mukarram Ibn Manẓur, 1986) Bentuk *fi'il madi sulasi mujarrad* dari kata tersebut adalah *zakā-yazkū-zakāan*. Di samping lafadz *zakā* yang memiliki arti menyucikan ini, ada lafadz-lafadz lain seperti *ṭahara*, *qadusa*, dan *sabaḥa* yang juga memiliki kemiripan makna yang dapat menimbulkan kerancuan dalam pemaknaannya. (Inayatul Mas'adah, 2018)

Hamka dalam bukunya "Prinsip dan Kebijaksanaan Da'wah Islam", menjelaskan makna kata "... *Yuzakkihim* yang berarti pensucian bathin, pembersihan jiwa". (Hamka, 1982) Hamka juga mengungkapkan makna *tazkiyah* dalam al-Qur'an di dalam kitab tafsirnya, tafsir Al-Azhar sebagai berikut :

- a. Q.S *Al-Baqarah* : 129. *Yuzakkihim* dalam tafsir Al-Azhar Q.S *Al-Baqarah* : 129

dimaknai “bersih dari pada kepercayaan yang karut-marut, syirik, dan menyembah berhala, dan bersih pula kehidupan sehari-hari dari pada rasa benci, dengki, khizit, dan khianat. Membersihkan mereka pada rahani dan jasmani. Sehingga dapat memperbedakan mana kepercayaan yang kotor dengan yang bersih. Kebersihan itulah yang akan membuka akal dan budi, sehingga selamat dalam kehidupan”. (Hamka, 1982)

- b. Q.S Al-Baqarah : 151. *Yuzakkihim* dalam tafsir Al-Azhar Q.S Al-Baqarah : 151 dimaknai “bersih dari kebodohan dan kerusakan akhlak, bersih dari pada kotoran kepercayaan musrik, sehingga kamu diberi gelar ummat yang menempuh jalan tengah di antara umat-umat yang ada di dalam dunia ini”. (Hamka, 1982)
- c. Q.S Al-Imron : 164. *Yuzakkihim* dalam tafsir Al-Azhar Q.S Al-Imron : 164. Dimaknai sebagai kebersihan jasmani dan ruhani. Disuruh berwudhu' ketika akan shalat, bahkan disuruh mandi sehabis bersetubuh, disuruh berhias ketika memasuki mesjid, serta diberikan pula pembersihan jiwa dari hasad, dengki, takabbur, riya' dan 'ujub serta bakhil; semua ajaran kebersihan itu berpokok kepada satu ajaran, yaitu Tauhid: Mengesakan Tuhan. Maka bersihlah mereka dari syirik dan pengaruh yang lain, kekotoran berhala dan *thaguth*. (Hamka, 1982)
- d. Q.S Al-Jumu'ah : 2. *Yuzakkihim* dalam tafsir Al-Azhar Q.S Al-Jumu'ah : 164. Dimaknai membersihkan jiwa mereka dari pada kepercayaan yang karut, dari pada akidah yang salah, dari pada langkah yang tersesat dan membersihkan pula badan diri mereka, jasmani mereka dari pada kekotoran. Karena selama ini belum tahu apa arti kebersihan, sehingga diajar berwudhu', diajar mandi junub dan menghilangkan hadas dan najis, bahkan sampai diajar meng- gosok gigi. (Hamka, 1982)
- e. Q.S Al-Baqarah : 174. *Yuzakkihim* dalam tafsir Al-Azhar Q.S Al-Baqarah : 174 dimaknai dengan memberikan ampunan. Hal itudi dunia ini pun dapat dirasakan; seorang yang dituduh melakukan kesalahan, kemudian ternyata bahwa kesalahannya tidak terang. Dia tidak dihadapkan ke muka pengadilan. Ketika dia dibebaskan dari tuntutan karena tidak bersalah itu, namanya dibersihkan dari segala tuduhan. Dia direhabilitasi. pembersihan yang demikian tidak akan berlaku di akhirat terhadap si penjual atau si penyembunyi kebenaran.(Hamka, 1982)
- f. Q.S Al-Imron : 77. *Yuzakkihim* dalam tafsir Al-Azhar Q.S Al-Imron : 77. Dimaknai Allah tidak akan membersihkan mereka karena jasmani dan rohani mereka telah mereka kotori sendiri dengan mem- permudah-mudah nama Allah dan memandang enteng masyarakat dalam pergaulan hidup. (Hamka, 1982)

Berdasarkan uraian tafsir diatas, dapat disimpulkan bahwa pengertian *tazkiyah* menurut Hamka adalah proses mensucikan jiwa baik jasmani, rohani maupun secara *maali*. Tazkiyah mengarah pada tiga hal, yang pertama adalah pemurnian fisik, non fisik dan finansial.

Sedangkan definisi jiwa (*nafs*) menurut Hamka ialah suatu zat yang menyatu di dalam tubuh manusia bersifat abstrak serta mengendalikan atas apa yang manusia ingin lakukan dari perbuatan-perbuatan. Jiwa ialah *jauhar* bukan merupakan *jism*. Justru *jism* ialah badan. Inilah yang menjadi perbedaan jiwa dengan badan dari segi sifat. Karena jiwa bersifat *latifah* (lembut) dan badan bersifat kasar. Kemudian hakikat jiwa itu ialah akal. Sebagaimana akal membimbing jiwa dari perbuatan-perbuatan buruk yang dilakukan manusia. Hamka menjelaskan konsep jiwa lebih kepada jiwa rasional atau lebih banyak menjelaskan jiwa dari segi substansinya. Jiwa yang dikendalikan oleh akal

sebagaimana jiwa telah di bimbing agar senantiasa berada di *nafs muthmainnah*(jiwa yang tenang). (Dedy Mayendra Perdana, 2022)

Hamka selalu melihat individu bukan pada materi yang melekat pada diri manusia, namun melihat pada jiwa dan pribadi seseorang. Jiwa menurut pandangannya sesuatu yang sangat mempengaruhi keadaan dan perkembangan pribadi seseorang. Nilai pribadi seseorang merupakan kumpulan sifat-sifat, yang mana sifat-sifat ini akan berbeda antara satu orang dengan yang lain. Sifat-sifat tersebut yaitu sifat akal budi, kemauan dan cita-cita. Kualitas pribadi manusia dinilai dari pola berpikirnya (*worldview*), usaha yang diupayakannya, ketepatan dalam pertimbangan diri serta motivasi yang kuat. Jika jiwa manusia sudah terpatri di dalamnya ajaran Al-Qur'an dan hadist, jiwa tersebut cenderung kepada kebajikan karena hikmah yang berhasil didapat dari peristiwa dan pengalaman hidup yang dilalui, maka akan tampak secara dhahir seorang pribadi yang hebat dan berkualitas tinggi. Pribadi yang hebat inilah yang nantinya akan menjadi basis majunya peradaban bangsa. (Hamka, 2014)

Maka, jika dirangkai menjadi sebuah kalimat *tazkiyatun nafs*, Hamka mendefinisikannya sebagai penyucian jiwa manusia dari kemusyrikan, ateisme dan segala sifat buruk. *Tazkiyatun nafs* menurutnya dapat dilakukan dengan meningkatkan ketaatan kepada Allah, mengikuti ajaran Al-Quran dan ajaran Nabi Muhammad SAW., bersedekah kepada orang miskin dan menjaga sopan santun dalam hubungan antar manusia. Sedangkan pahala bagi yang melakukan tazkiyatun nafs adalah masuk surge 'Adn di hari akhir nanti. *An-nafs* yang dimaksud adalah keseluruhan komponen dalam diri manusia, yang terdiri dari ruh, pikiran, hati dan hawa nafsu. *An-nafs* yang lebih cenderung pada banyak keinginan yang mendorong seseorang ke dalam sifat buruk. Maka, *tazkiyatun nafs* wajib dilakukan untuk membentengi manusia agar tidak terjerumus ke dalam penyimpangan jalan Allah di dunia ini. (Belinda Dwijayanti, 2015)

Tazkiyatun Nafs Sebagai Model Terapi Psikospiritual dalam mengobati penyakit Jiwa

Psikospiritual Islam bisa difahami sebagai konsep dan kaedah perawatan penyakit jiwa, spiritual, mental, emosi maupun perilaku moral. Menurut Siti Norlina, istilah psikoterapi juga merupakan istilah lain bagi psikospiritual karena istilah tersebut melibatkan pemantapan iman dan pembersihan jiwa (*tazkiyatun nafs*). (Siti Norlina, 2018) *Tazkiyatun nafs* merupakan usaha gigih untuk membersihkan hakikat diri manusia dari berbagai sifat yang rendah dan hina, kemudian menghiasi diri tersebut dengan berbagai sifat yang mulia dan terpuji. (Siti Zafrina Mohd Zahari, dkk., 2022)

Hamka di dalam bukunya "Prinsip dan Kebijakan Dakwah" menyebut bahwa *tazkiyatun nafs* sebagai "pembersihan bathin".(Hamka, 2015) Menurut Hamka, dalam tafsirnya proses penyucian jiwa ialah usaha-usaha yang bersifat pengembangan diri, yaitu usaha mewujudkan potensi-potensi manusia menjadi kualitas-kualitas moral yang luhur (*akhlakul karimah*).

Konsep *tazkiyatun nafs* Hamka adalah proses membersihkan jiwa dari hal- seperti kemusyrikan, ateisme dan segala sifat buruk- yang kemudian dapat diberikan pengajaran dengan berbagai ilmu dan pembiasaan(pelatihan) yang baik dan benar. Adapun sketsa sederhana tahapan tujuan konsep pensucian jiwa(*tazkiyatun nafs*) Hamka dapat digambarkan sebagai berikut: (Dewi Hayati Nufus, 2021)



Tabel 2.: Tujuan Tazkiyatun Nafs Hamka

Terlihat dari table diatas bahwa untuk mencapai hakikat keberadaan diri, titik pertama yang harus dilewati adalah membersihkan jiwa. Membersihkan jiwa dari hal-hal seperti kemusyrikan, ateisme dan segala sifat buruk. Selanjutnya, jiwa dididik dengan berbagai ilmu dan pembiasaan (pelatihan) yang baik dan benar. Hal ini akan menaikkan derajat akhlak diri dan menjadi pribadi yang berbudi pekerti. Diri berusaha untuk menekan segala sifat syahwati yang tercela, sehingga lahir cahaya gagasan atau ide yang gemilang yang dapat menjadi kekuatan besar bagi kemajuan peradaban. (Hamka,1978)

Penyakit jiwa menurut Hamka, termasuk sifat-sifat alamiah yang cenderung buruk dan tercela, karena berkurangnya nilai kebaikan yang sempurna dari diri manusia. Lalu dia memberi permisalan seperti tubuh. Kesehatan tubuh akan terganggu jika suhunya melampaui batas, karena jika suhu tersebut terlalu tinggi maka akan menjadi penyakit, dan sebaliknya jika terlalu rendah maka akan menjadi penyakit pula. Begitu pula dengan jiwa, bahwa jiwa mempunyai sifat yang sedang yang memuat seluruh sifat-sifat jiwa yang sehat, yaitu keberanian (*syaja'ah*), kesucian (*'iffah*), kebijaksanaan (*hikmah*) dan keadilan (*'adalah*). Jika jiwa seseorang melebihi batas 'sedang' dari sifat-sifat jiwa yang sehat tersebut, maka akan menjadi jiwa yang sakit –baik karena terlalu berlebihan atau sebaliknya karena kurang dari batas sedang. (Hamka, 2015) Untuk memudahkan perbandingan keadaan jiwa yang sehat dan sakit bisa kita lihat tabel berikut ini:



Tabel 3.: Jiwa yang sehat dan jiwa yang sakit menurut Hamka

Maka, untuk mengobati berbagai jenis penyakit jiwa diatas Hamka menawarkan konsep *tazkiyatun nafs* yang bertujuan untuk memposisikan jiwa agar tetap pada posisi sedang -tidak berlebih dan tidak kekurangan- sehingga terbentuk jiwa yang sehat yang melahirkan sifat-sifat yang baik (*akhlakul karimah*). *Tazkiyatun nafs* secara langsung menjadi jalan atau cara untuk mengobati penyakit jiwa seseorang dengan lima tahapan diatas yaitu membersihkan jiwa, mendidik jiwa, menaikkan derajat akhlak, menekan sifat syahwati dan akhirnya tercapai jiwa yang mulia.

KESIMPULAN

Menurut Hamka, *tazkiyatun nafs* sebagai “pembersihan bathin. Dalam tafsirnya, ia juga menjelaskan bahwa proses penyucian jiwa ialah usaha-usaha yang bersifat pengembangan diri, yaitu usaha mewujudkan potensi-potensi manusia menjadi kualitas-kualitas moral yang luhur (*akhlakul karimah*). Kesimpulan akhir dari Konsep *tazkiyatun nafs* Hamka adalah proses membersihkan jiwa dari hal-hal seperti kemusyrikan, ateisme dan segala sifat buruk yang kemudian dapat diberikan pengajaran dengan berbagai ilmu dan pembiasaan(pelatihan) yang baik dan benar.

Sedangkan penyakit jiwa menurut Hamka, termasuk sifat-sifat alamiah yang cenderung buruk dan tercela, karena berkurangnya nilai kebaikan yang sempurna dari diri manusia. Hal ini akan menyebabkan munculnya penyakit-penyakit jiwa bagi manusia dan untuk mengobatinya Hamka menawarkan konsep *tazkiyatun nafs* yang bertujuan untuk memposisikan jiwa agar tetap pada posisi sedang -tidak berlebih dan tidak kekurangan- sehingga terbentuk jiwa yang sehat yang melahirkan sifat-sifat yang baik (*akhlakul karimah*). *Tazkiyatun nafs* secara langsung menjadi jalan atau cara untuk mengobati penyakit jiwa seseorang dengan lima tahapan yaitu membersihkan jiwa, mendidik jiwa, menaikkan derajat akhlak, menekan sifat syahwati dan akhirnya tercapai jiwa yang mulia.

DAFTAR PUSTAKA

- Abi Fadhl Jamaluddin Muhammad bin Mukarram IbnManzur (1986), *Lisan al-Arab* , Kuwait:Dar an-Nawadir.
- Agus Santoso (2017), *Psikospiritual Konseling Islam* .Yogyakarta: Trussmedia Grafika.
- Ahmad Sholahuddin (2021), *Konsep tazkiyatun Nafs Menurut Hamka dalam Tafsir Al-Azhar dan Relevansinya Terhadap Realitas Sosial*, Skripsi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, UIN Sunan Kalijaga Jogjakarta.
- Ahmad Tanzeh (2011), *Metode Penelitian Praktis*. Yogyakarta: Teras.
- Aliyah (2019), *Konsep tazkiyatun Nafs Ibnu Taimiyah dalam Perspektif Pendidikan Islam*, Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
- Angraeni, D. ., Ibnudin, I., Rufaedah, E. A. ., & Himmawan, D. (2023). Bimbingan dan Konseling Menurut M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Mishbah Qur'an Surat Al-Ashr Ayat 3. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 4(1), 33-40. <https://doi.org/10.31943/counselia.v4i1.33>
- Anita (2021), *Konsep Tazkiyatun Nafs dalam Kitab Bidayatul Hidayah*, Skripsi Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Asif Trisnani,dkk. (2023), Konsep Pengobatan Rohani dan Jasad Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah; Tawaran Solutif Atas Konsep Pengobatan Konvensional dalam Ilmu Kedokteran Modern, dalam *Jurnal Risalah* Vol.9 No.2.

- As-Syarqawi (1979), *Nahwa Ilm an-Nafsi al-Islami*. Mesir: al-Hai'ah al-Misriyah.
- Ayu Nadhirah Mohd Suhaime, et.al. (2023), Pembangunan Model Intervensi Kawalan Ketagihan Pornografi Berasaskan Pendekatan Psikospiritual Islam: Satu Analisis Keperluan dalam Jurnal *Afkar* Vol. 25 No. 1.
- Belinda Dwijayanti (2015), *Tazkiyatun Nafs in classical and Modern Islamic Tradition* dalam jurnal *Teosofia* Volume 4, No. 2.
- Bisyri Abdul karim (2021), *Revolusi Mental Melalui Pendidikan Islam Berbasis Tazkiyatun Nafs* dalam Jurnal *Education and Learning Journal*, Vol. 2, No. 1, Januari.
- Dedy Mayendra Perdana (2022), "Konsep Al-Nafs (Jiwa) Perspektif Hamka Dan Sa'id Hawwa (Studi Komparatif)", Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim RIAU.
- Dewi Hayati Nufus (2021), Pendidikan Jiwa Perspektif Hamka dalam Tasawuf Modern dalam jurnal *Tawazun* Vol. 14, No. 3.
- Dita Anggraini & Wenda Asmita (2022), *Konsep dan Contoh Aplikasi Konseling Religius dengan Pendekatan Tazkiyah Al-Nafs* dalam Jurnal *Consulenza; Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, Volume 5, Nomor 2, September.
- Faiver, Christopher, R.E. Ingersoll, E. O'Brien, Christopher McNally (2001), *Explorations in Counseling and Sprituality*. Canada: Thomson Learning, Inc.
- H.M. Afif Anshori (2016), *Dimensi-dimensi Tasawuf* (Bandar Lampung: CV. TeaMs Barokah IAIN Raden Intan.
- Hamka (1978), *Pelajaran Agama Islam*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Hamka (1982), *Tafsir Al-Azhar Jilid 1* . Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Hamka (1982), *Tafsir Al-Azhar Jilid 10* . Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Hamka (1982), *Tafsir Al-Azhar Jilid 2*. Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Hamka (2014), *Pribadi Hebat* . Jakarta: Gema Insani Press.
- Hamka (2015), *"Tasawuf Modern; Bahagia Itu Dekat Dengan Kita Ada di Dalam Diri Kita"* (Jakarta : Republika Penerbit.
- Hamka, *Prinsip Dan Kebijaksanaan Da'wah Islam*.
- Hoyyu Setia Hutami (2019), *Konsep Tazkiyatun Nafs Perspektif Surat Al-Muzammil dan Relevansinya dalam Membentuk Kepribadian Muslim*, Tesis magister Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir , UIN Raden Intan Lampung.
- Inayatul Mas'adah (2018), "Konsep Tazkiyah Dalam Al-Qur'an (Analisis Semantik Atas Kata Zaka Dan Derivasinya)". Universitas Islam Negri Sunan Kalijaga.
- Intan Farhana Saparudin (2018), Elemen Psikospiritual dalam Menangani Delinkuensi Remaja dalam prosiding *Human Sustainability Procedia (INSAN 2018 E-Proceeding)* Johor Baru, Malaysia, 7-8 November.
- James D. (1978), *Abnormal Psychology: Clinical Approach to Deviant*, New Delhi: Tata Mc. Graw-Hill.
- Khoirunnas Rajab (2010), Psikospiritual Islam Sebuah Kajian Kesehatan Mental dalam Tasawuf dalam jurnal *Millah* Edisi Khusus Desember.
- Lukma Nulhakim (2019), *Konsep Bimbingan Tazkiyatun Nafs dalam Membentuk Sikap Jujur Mahasiswa BKI Melalui Pembiasaan (Conditioning)* dalam jurnal *Al-Tazkiyah* Volume 8, No. 2, Desember.
- M Hafidz Khusnadi dkk. (2022), *Konsep Tazkiyat Al-Nafs Al-Ghozali Sebagai Metode dalam Pendidikan Akhlak* dalam jurnal *International Journal of Instructional Technology* Volume 3 No. 1, Februari.
- M Haris Syahputra dkk. (2019), *Tashfiah, Tarbiyah dan Tazkiyatun Nafs Sebagai Konsep*

- Pendidikan Rabbany* dalam jurnal *Bidayah* Volume 10, No. 2, Desember.
- Mohd Rushdan bin Mohd Jailani (2015), Integrasi Terapi Psikospiritual Islam dalam modul Rawatan dan Rehabilitasi Berasaskan TC (Therapeutic Community) dalam prosiding *International Drug Prevention And Rehabilitation Conference*, Malaysia.
- Muhamad Afiq Abd Razak & Mohd Syukri Zainal Abidin (2020), Psikospiritual Islam Menurut Perspektif Maqasid Al-Syariah: Satu Sorotan Awal dalam Prosiding Seminar Antara Bangsa Kaunseling Islam (SAKI) Maret.
- Mukhtar Syafangat Ngabdul Ghofur (2022), *Konsep Tazkiyat Al-Nafs dalam Al-Qur'an (Perspektif Tafsir Maqasidi)*, Skripsi Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir IAIN Ponorogo.
- Mutmainah (2021), *Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun Nafs)*, dalam jurnal *Syaikhuna* Volume 12 Number 1 March.
- Naelul Muna, Didik Himmawan, and Ibnu Rusydi. 2023. "I'tikaf Sebagai Meditasi Islam". *Risalah, Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 9 (1):317-26. https://doi.org/10.31943/jurnal_risalah.v9i1.501.
- Nor Azah Abdul Aziz, fadhlina Mohd Razali & Che Zarrina Saari (2022), Penggunaan Media Sosial dari Perspektif Psiko Spiritual Islam dalam jurnal *Firdaus* Vol.2., No. 1.
- Rahim Kamarul Zaman, dkk. (2022), kawalan Kesejahteraan Psikologi Berasaskan Konsep Psikospiritual dalam Al-Qur'an: Suatu Tinjauan Analisis dalam jurnal *Al-'Abqari* Vol. 27.
- Siti Mutholingah (2021), *Metode Penyucian Jiwa (Tazkiyan al-Nafs) dan Implikasinya bagi Pendidikan Agama Islam* dalam jurnal *Ta'limuna* Vol. 10., No. 01, Maret.
- Siti Norlina (2018), *Psikoterapi Islam: Konsep, Kaedah dan Panduan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Siti Nur Aafifah Hashim & Wan Norhaniza Wan Hasan (2022), Aplikasi Kaedah Pengurusan Kesihatan Mental Psikospiritual Islam Untuk Sokongan Talian Berpusat Masjid dalam *Jurnal Sains Sosial, Malaysian Journal of Social Science* Jilid. 7(1).
- Siti Nur Aafifah Hashim (2020), *Pembangunan Modal Insan Melalui Konsep Tazkiyah al-Nafs* dalam jurnal *Maw'izah*, jilid 2.
- Siti Zafrina Mohd Zahari, dkk.(2022), Pendekatan Terapi Psikospiritual Islam di kalangan Pelajar Wanita: Suatu Tinjauan umum UiTM Pahang, Kampus Jengka, dalam *Jurnal Islam dan Masyarakat Kontemporari (Journal of Islam and Contemporary Society)*, Volume 21(2).
- Suhaimi (2015), *Gangguan Jiwa dan Perspektif Kesehatan Mental Islam*, *Jurnal Risalah*, Vol. 26, No. 4, Desember.
- Wan Fatimah Zahra' Wan Yussof & Mohd Zohdi Mohd Amin (2020), Kesan Terapi Psiko-Spiritual Islam Terhadap Kesihatan Rohani: Satu Tinjauan Kajian dalam *Proceedings of Thr 7th International Prophetic Conference (SWAN) 2020* FPQS USIM Malaysia, 29-30 Oktober.
- Zakiah Darajat (1990), *Kesehatan Mental*, Jakarta: C.V. Mas Agung.
- Zamakhsari Hasballah (2018), *Konsep Tazkiyatun Nafs (Studi Pendidikan Akhlak dalam Al-Qur'an Surat Asy-Syams 7-10)*, dalam jurnal *Sabilarrasyad* Vol. III No. 02 Juli-Desember.
- Zidni Nuran Noordin, Zainul Ab. Rahman (2017), *Perbandingan Proses Tazkiyah al-Nafs Menurut Imam Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim* dalam jurnal *Al-Turath: Journal of Al-Qur'an and Sunnah* Vol. 2, No. 1.