

**ZIKIR SEBAGAI PSIKOTERAPI TERHADAP PENYAKIT  
PSIKOPAT MANUSIA MENURUT AL-QURAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Oleh :

**MAULA SARI**

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat  
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
NIM: 140303028



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
DARUSSALAM - BANDA ACEH  
2018 M/1439 H**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya :

Nama : Maula Sari  
NIM : 140303028  
Jenjang : Strata Satu (S1)  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (IAT)

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Banda Aceh, 13 Juli 2018

Yang menyatakan,



Maula Sari  
NIM. 140303028

# SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry  
Sebagai Salah Satu Beban Studi  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)  
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat  
Ilmu Al-Qur'ān dan Tafsir

Diajukan Oleh:

**MAULA SARI**

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat  
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
NIM: 140303028

Disetujui Oleh:

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Zaipuddin S. Ag, M. Ag  
NIP. 19671216199031001



Nurlaila M. Ag  
NIP. 197601062009122001

**SKRIPSI**

Telah Diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus  
Serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Strata Satu


Dalam Ilmu Ushuluddin Ilmu Al-Quran dan Tafsir

Pada Hari/Tanggal:


Selasa, 07 Agustus 2018  
Di Darussalam-Banda Aceh

Panitia Ujian Munaqasyah

Ketua,

  
Zainuddin, S.Ag., M.Ag  
NIP. 196712161998031001

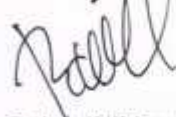
Anggota I,

  
Dr. Faisal M. Nur, Lc. M.A  
NIP. 197612282011011003

Sekretaris,


  
Nurlaila, M.Ag  
NIP.197601062009122001

Anggota II,

  
Raina Wildan, MA  
NIDN. 2123028301

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat  
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh

  
Drs. Fuadi, M.Hum  
NIP.19650204199503100

## ZIKIR SEBAGAI PSIKOTERAPI TERHADAP PENYAKIT PSIKOPAT MANUSIA MENURUT AL-QURAN

Nama : Maula Sari  
Nim : 140303028  
Tebal Skripsi : 73Lembar  
Pembimbing I : Zainuddin S.Ag, M.Ag  
Pembimbing II : Nurlaila, M.Ag

### ABSTRAK

Kebahagiaan merupakan tujuan hidup manusia di seluruh dunia ini. Semua ajaran dalam agama dimaksudkan untuk membawa kehidupan yang bahagia. Meraih kebahagiaan memang tak mudah, karena itu menyangkut perasaan dan suasana hati. Maka tidak semua manusia dapat merasakan kebahagiaan, banyak diantaranya yang tidak bahagia dalam hidupnya, salah satunya dikarenakan mempunyai penyakit dalam dirinya. Al-Quran ialah *Hudan, as-syifa'* dan lain-lain. Kebanyakan dari masyarakat sekarang tidak memilih penyembuhan dengan al-Quran. Banyak dari mereka yang memilih penyembuhan diluar dari ajaran-ajaran yang ditetapkan oleh agama. Banyaknya manusia hanya melakukan pengobatan hanya psikisnya saja, sedangkan batinnya ramai dari mereka yang masih dalam keadaan sakit. Bagi umat Islam ajakan ini bukanlah sesuatu yang baru. Ajakan berzikir merupakan salah satu ajaran pokok agama Islam yang dipraktikkan sepanjang saat dan dalam kondisi apapun. Tujuan dari skripsi ini untuk menyadarkan masyarakat bahwa dengan metode zikir segala penyakit bathin akan sembuh, dan jangan berharap kepada selain Allah swt serta membuka mata parapsikater dan psikolog untuk lebih mendalami pengobatan menurut al-Quran. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengkaji masalah ini dengan judul "*Zikir Sebagai Psikoterapi Terhadap Penyakit Psikopat Manusia Menurut Al-Quran*". Adapun metode yang penulis gunakan dalam penulisan skripsi ini adalah metode *kualitatif*. Wilayahkepustakaan dan corak *Bil matsur* dan *Bil ra'yi*. Hasil penelitian yang penulis dapatkan adalah Berbagai cara sudah dilakukan dan sudah ditemukan tentang penyakit psikopat ini, diantaranya menggunakan teknik terapi, yoga, *behavioral* (berubahnya tingkah laku), namun kenyataannya masih banyak yang belum disembuhkan dengan cara-cara tersebut. Al-Quranlah sebagai alternatif penyembuh bagi mereka yang sakit.

## **TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN**

Transliterasi yang digunakan dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama Republik Indonesia dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543 b/U/1987 tentang Transliterasi Huruf Arab ke dalam Huruf Latin.

### **1. Konsonan**

<b>No</b>	<b>Arab</b>	<b>Latin</b>	<b>No</b>	<b>Arab</b>	<b>Latin</b>
1		Tidak dilambangkan	16		
2		B	17		
3		T	18		‘
4			19		G
5		J	20		F
6			21		Q
7		Kh	22		K
8		D	23		L
9			24		M
10		R	25		N

11		Z	26		W
12		S	27	←	H
13		Sy	28		'
14			29		Y
15					

## 2. Konsonan

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal (*monoftong*) dan vokal rangkap (*diftong*). Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harkat, vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf.

Contoh vokal tunggal :           ditulis *kasara*

  ditulis *ja'ala*

Contoh vokal rangkap :

a. *Fathah* + y ' tanpa dua titik yang dimatikan ditulis *ai* ( ).

Contoh:    ا     ditulis *kaifa*

b. *Fathah* + w wu mati ditulis *au* ( ).

Contoh:    ا     ditulis *haua*

### 3. Maddah

*Maddah* atau vokal panjang yang di dalam bahasa Arab dilambangkan dengan harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda. Vokal panjang ditulis, masing-masing dengan tanda hubung (-) di atasnya.

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda
...	<i>Fathah</i> dan <i>alif</i>	
...	Atau <i>fathah</i> dan <i>ya</i>	
...	<i>Kasrah</i> dan <i>ya</i>	
...	<i>Dammah</i> dan <i>wau</i>	

Contoh :           ditulis   *q la*  
                          ⇨   ditulis   *q la*  
                          ⇨   ditulis   *yaq lu*

### 4. Ta marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu : *ta' marbutah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah (t), sedangkan *ta' marbutah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah (h). Kalau pada kata yang berakhir dengan *ta' marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al-serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).



Contoh :                      ditulis *rau ah al-a f l*

                                      ditulis *rau atul a f*

Catatan:

Modifikasi

1. Nama orang yang berkebangsaan Indonesia ditulis seperti biasa tanpa transliterasi, seperti M, Syuhudi Ismail. Sedangkan nama-nama lainnya ditulis sesuai kaidah penerjemahan. Contoh Hamad Ibn Sulaiman.
2. Nama negara dan kota ditulis menurut ejaan Bahasa Indonesia, seperti Mesir, bukan Misr ; Beirut bukan bayrut; dan sebagainya.
3. Kata-kata yang sudah dipakai (serapan) dalam kamus Bahasa Indonesia tidak ditransliterasi.            Contoh            Tasauf,            bukan            tasawuf.

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kemampuan dan kesabaran kepada penulis untuk menyelesaikan karya ilmiah ini, tanpa pertolongan-Nya maka tulisan ini tentu tidak akan selesai. Shalawat dan salam tercurahkan selalu kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa dari zaman jahiliyah kepada ilmu pengetahuan. Kepada keluarga dan para sahabat beliau yang telah mengikuti dan setia pada beliau.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini yang berjudul *Zikir sebagai Psikoterapi terhadap penyakit psikopat manusia menurut al-Quran* penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini, baik berupa dukungan moril, semangat, doa dan dukungan lainnya. Semoga Allah membalas semua kebaikan dengan kesehatan dan kemudahan dalam segala urusan.

Khususnya kepada kedua orang tuaku, Ayahanda tercinta Zulkifli S.E, dan Ibunda Tersayang Rosnawati S.Pdi, yang tiada pernah lelah dan bosan dalam memberi dukungan lewat doa, nasihat, motivasi, tangisan dan perjuangan untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Begitu juga adik-adik tercinta, M.fajri Rafiq, Nazhira Shabrina, dan Mazaya Fildzah.

Kepada sahabat-sahabat tersayang yang selalu memberikan dukungan Rifqi Rizqullah, Nurma Audina, dan Nurun Fauqa Nurin, Nurmasyithah, Ratna Juwita, Juraisa Rahma fitria, Nuril Fajri, Nazar Yani, Navira dan kepada seluruh mahasiswa dan mahasiswi Ilmu Al-Quran dan Tafsir 2014, kepada seluruh pengajar dan murid MUQ Langsa, dan seluruh anggota KPM Kuala Ligan, Sampoiniet. Serta kepada calon imamku kelak, inilah bukti perjuangan yang sangat berat dalam menyelesaikan tugas akhir, demi menjadi seorang pendamping yang berpendidikan, berilmu dan pantas nantinya bersanding denganmu.

Kepada Bapak Zainuddin S.Ag, M.Ag dan Ibu Nurlaila, M.Ag selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan karya ilmiah ini. Juga kepada seluruh staf Prodi Ilmu al-Quran dan Tafsir serta seluruh dosen yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama ini.

Kepada karyawan perpustakaan UIN Ar-Raniry, perpustakaan Wilayah Aceh, Perpustakaan Masjid Raya Baiturrahman, Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, dan perpustakaan Pascasarjana UIN Ar-Raniry yang telah memberikan pelayanan kepada penulis dalam mengumpulkan data-data yang dibutuhkan sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan.

Semoga Allah SWT memberikan balasan setimpal kepada semua pihak yang telah membantu baik langsung maupun tidak langsung dalam penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dari para pembaca demi kesempurnaan ke depannya. *Amin Ya Rabbal 'Alamin.*

Banda Aceh, 13 Juli 2018

Penulis,

Maula Sari

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
LEMBARAN PENGESAHAN PEMBIMBING .....	iii
LEMBARAN PENGESAHAN PENGUJI .....	iv
ABSTRAK .....	v
PEDOMAN TRANSLITERASI .....	vi
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
<b>BAB I</b>	<b>PENDAHULUAN</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Kajian Pustaka.....	9
F. Metode Penelitian.....	11
<b>BAB II</b>	<b>TEORI PSIKOTERAPI, ZIKIR, DAN PSIKOPAT</b>
A. Definisi Dan Jenis-Jenis Zikir	
1. Definisi Zikir.....	13
2. Jenis-Jenis Zikir .....	18
B. Manfaat Zikir.....	20
C. Definisi Psikoterapi Dan Tujuan Psikoterapi	
1. Definisi Psikoterapi .....	24
2. Tujuan Psikoterapi .....	29
D. Definisi Psikopat .....	30
<b>BAB III</b>	<b>ZIKIR SEBAGAI SYIFA' PADA HATI MANUSIA</b>
A. Penyakit-penyakit Psikopat dalam penafsiran al-Quran	
1. Menyekutukan Allah ( <i>Syirik</i> ) .....	33
2. Munafik.....	37
3. Rasa Dengki atau Iri .....	40
4. Riya' .....	42
5. Zalim.....	44
6. Bakhil atau Kikir.....	46

	B. Pengaruh zikir untuk menentramkan penyakit Psikopat .....	47
	C. Objek Psikoterapi menurut al-Quran.....	51
BAB IV	PENUTUP	
	A. Kesimpulan.....	52
	B. Saran-saran .....	54
	DAFTAR PUSTAKA .....	55
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Kebahagiaan merupakan tujuan hidup manusia di seluruh dunia ini. Semua ajaran dalam agama dimaksudkan untuk membawa kehidupan yang bahagia. Kebahagiaan juga merupakan keinginan manusia terakhir<sup>1</sup>. Menurut Aristoteles, hidup yang bahagia adalah hidup yang sempurna memiliki semua hal yang baik seperti kesehatan, kekayaan, persahabatan, pengetahuan, dan kebajikan. Kebahagiaan merupakan perasaan damai dan tenang yang timbul dalam diri manusia, sehingga dapat memunculkan kesenangan dalam hidup. Hal-hal yang baik itu adalah komponen kebahagiaan. Semuanya kita cari untuk mencapai kebahagiaan. Kebahagiaan yang dirumuskan para filsuf adalah konsep yang abstrak, maka tugas psikolog untuk mengkonkretkan yang abstrak ini<sup>2</sup>.

Setiap kata al-Quran yang paling tepat menggambarkan kebahagiaan adalah *aflaha* atau *falah* yang bermakna kemakmuran, keberhasilan, dan kehidupan yang penuh berkah. Kebahagiaan bukan hanya ketentraman dan kenyamanan saja. Kenyamanan atau kesenangan suatu saat saja tidak melahirkan kebahagiaan. Mencapai keinginan saja tidak dengan sendirinya memberikan kebahagiaan.

---

<sup>1</sup> Anwar Sanusi, *Jalan Kebahagiaan* (Jakarta : Gema Insani Press, 2006), 139

<sup>2</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Meraih Kebahagiaan* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2006), 93

Kesenangan dalam mencapai keinginan biasanya bersifat sementara. Satu syarat penting harus ditambahkan yakni, kelestarian atau menatapnya perasaan itu dalam diri kita<sup>3</sup>.

Berdasarkan permasalahan yang telah di paparkan, maka penulis menemukan masalah pokok yang akan dikaji dalam penelitian ini yaitu al-Quran ialah *Hudan, as-syifa'* dan lain-lain. Namun kebanyakan dari masyarakat sekarang tidak memilih penyembuhan dengan al-Quran. Banyak dari mereka yang memilih penyembuhan diluar dari ajaran-ajaran yang ditetapkan oleh agama. Juga kebanyakan manusia hanya melakukan pengobatan hanya psikisnya saja, sedangkan batinnya ramai dari mereka yang masih dalam keadaan sakit. Kenyataannya sekarang manusia banyak menganggap psikolog atau psikiatri sebagai media penyembuh utama mereka. Padahal, al-Quran yang harus kita jadikan petunjuk dan pedoman yang banyak mencakup nilai-nilai pengobatan secara benar seperti berzikir kepada Allah.

Para psikolog maupun psikiatri telah banyak menggunakan teknik terapi untuk penyakit psikopat tersebut, seperti *demanologism naturalitis* (percaya kepada unsur mistik guna-guna atau sihir), *behavioral* (berubahnya tingkah laku seseorang). Namun kenyataannya masih banyak yang belum dapat disembuhkan oleh mereka. Hal ini dibuktikan bahwa pasien yang disembuhkan dengan psikoterapi biasa berkisar antara 60% dan 64%. Sedangkan pasien yang disembuhkan tanpa psikoterapi berkisar 40% hingga 60%. Nampaklah bahwa

---

<sup>3</sup> 'Aidh Al-Qarni, *La Tahzan For Smart Muslimah* (Jakarta : Grafindo Khazanah Ilmu, 2008), 34

penyembuhan kedokteran belum memuaskan hingga saat ini. Seharusnya al-Quranlah yang menjadi acuan pertama dalam kesembuhan segala penyakit, al-Quran yang menjadi penawar untuk segala obat atau *Syifa'* dan satu-satunya obat yang tidak overdosis. Namun kenyataannya masih banyak penderita penyakit ini menggunakan obat penenang dan keluar dari jalur agama Islam. Seperti *PCP* (membuat pasien berhalusinasi dengan perubahan detak jantung yang cepat), *Scopolamine* (narkoba yang berbahaya ketika tertelan, pasien akan mengalami haus yang luar biasa dan sakit dalam dada), *peyote* (jenis kaktus yang berasal dari Mexico ketika dikonsumsi akan merasa mual).

Banyaknya masyarakat diluar sana yang menilai seseorang hanya dari penampilan luarnya saja, seharusnya masyarakat lebih memahami bahwa penampilan bukanlah hal yang pertama dalam menilai baik buruknya seseorang. Dikarenakan para psikopat memiliki kecerdasan bahkan berpenampilan menarik dari lainnya.

Meraih kebahagiaan memang tak mudah, karena itu menyangkut perasaan dan suasana hati. Maka tidak semua manusia dapat merasakan kebahagiaan, banyak diantaranya yang tidak bahagia dalam hidupnya, salah satunya dikarenakan mempunyai penyakit dalam dirinya. Penyakit yang banyak di derita oleh manusia, namun hanya beberapa dari mereka yang terdeteksi. Karena kebahagiaan tidak datang sendirinya banyak faktor yang mempengaruhinya salah satunya dekat dengan Allah dan selalu mengingat-Nya<sup>4</sup>.

---

<sup>4</sup> Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi* (Yogyakarta : Andi Offset, 1989), 140



Manusia ada beberapa yang mengalami gangguan kepribadian. Penyakit ini disamakan dengan konteks gangguan perilaku (*behaviour disorder*), maksudnya ialah serangkaian perilaku manusia yang menyimpang (*inkhiraf*) dari fitrah asli murni, bersih dan suci. Penyimpangan perilaku tersebut mengakibatkan penyakit dalam jiwa manusia, yang apabila mencapai puncaknya mengakibatkan keterkuncian (*khatam*) atau kematian (*maut*) kalbu. Penderita ini secara fisik gagah, berani, dan kuat namun batinnya rapuh, resah, gelisah, dan gersang<sup>5</sup>. Penyakit ini dinamakan psikopat yang berarti sakit jiwa, namun tidak sama dengan orang gila. Karena psikopat sadar penuh atas perbuatannya. Psikopat merupakan perilaku psikologis dimana pelaku terus menerus mencari pembenaran diri atas perilaku kelirunya. Gejala yang sejak dahulu dianggap berbahaya dan mengganggu masyarakat.

Menurut Kamus Bahasa Indonesia, psikopat disebut dengan anti sosial<sup>6</sup>. Banyak faktor penyebab penyakit ini seperti faktor biologis, psikis, sosial, dan spiritualnya. Anti sosial yang dimaksudkan yakni selalu merugikan masyarakat disekitarnya dan tidak bisa beradaptasi dengan benar.

Hare dalam bukunya *Without Conscience* juga menyebutkan bahwa psikopat adalah jenis gangguan kepribadian yang ditunjukkan dengan perilaku khas tertentu yang di pandang buruk oleh masyarakat. Seorang psikopat tidak pernah merasakan bahwa dirinya sakit atau mengalami gangguan, mereka memiliki kepercayaan diri berlebih (*narsistis*). Karakter spesifik psikopat

---

<sup>5</sup> Aliah Hasan, *Psikologi Perkembangan Islam* (Jakarta : PT Raja Grafindo, 2006), 1

<sup>6</sup> Kamisa, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia* (Surabaya : Kartika, 1997 ), 382

diantaranya adalah tidak memiliki empati, emosi, dangkal, pembohong, egosentris, toleransi rendah, bahkan sering menyiksa pasangan dari pada membunuhnya. Gangguan seperti ini disebabkan oleh dominasi hawa nafsu dan bujukan setan yang mendorong manusia berbuat dosa dan maksiat, sehingga perilakunya menjadi buruk dan membahayakan lingkungan sekitarnya<sup>7</sup>.

Hare telah melakukan penelitian psikopat sekitar 25 tahun, ia berpendapat bahwa seorang psikopat selalu menebar fitnah, memutar balik fakta, kebohongan untuk mendapatkan kepuasan pribadinya. Dalam kasus kriminal, psikopat dikenal sebagai pembunuh, pemerkosa, dan koruptor. Namun ini hanyalah 15-20% dari total psikopat. Selebihnya adalah pribadi yang pandai bertutur kata, dan mempunyai daya tarik dari luar. Mendiagnosa psikopat menurut Prof. Hare ialah :

1. Wawancara keluarga, dan teman terdekat pasien
2. Memeriksa kesehatan otak dan tubuh lewat pemeriksaan secara lengkap
3. Wawancara menggunakan metode DSM (*Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorder*)
4. Melakukan psikotes, biasanya pengidap penyakit ini memiliki IQ yang tinggi.

Para psikolog dan psikiatri telah banyak menggunakan teknik terapi untuk penyakit psikopat, seperti (*Demanologism Naturalitis, Organis*), (*Behavioral*) , dan (*Farmakoterapi*). Namun metode-metode ini tidak dapat menyembuhkan penyakit ini secara keseluruhan. Hal ini dibuktikan bahwa pasien yang di

---

<sup>7</sup> Muhammad Husaini Beheshti, *Metafisika Al-Quran* (Bandung : Arasy , 2003), 75

sembuhkan dengan Psikoterapi biasa berkisar antara 60% dan 64%, sedangkan pasien yang di sembuhkan tanpa psikoterapi berkisar 40% hingga 60%. Tampaklah bahwa penyembuhan kedokteran belum memuaskan penyembuhan saat ini<sup>8</sup>.

Al-Quran memiliki perhatian yang sangat besar terhadap kondisi hati, sifat, serta pengaruh-pengaruh yang dihasilkan oleh gerakan hati<sup>9</sup>. Mengenai psikopat, al-Quran menyebutnya dengan hati yang sakit atau *Qalibun Maridh*. Seperti dalam surah Al-Hajj ayat 53 :

ﻻ ﻳﺆﻣﺮ ﺑﻪ ﺍﻟﻠﻪ ﻭﺍﻟﻠﻪ ﻳﺆﻣﺮ ﺑﻪ ﻭﺍﻟﻠﻪ ﻳﺆﻣﺮ ﺑﻪ ﻭﺍﻟﻠﻪ ﻳﺆﻣﺮ ﺑﻪ ﻭﺍﻟﻠﻪ ﻳﺆﻣﺮ ﺑﻪ ﻭﺍﻟﻠﻪ ﻳﺆﻣﺮ ﺑﻪ ﻭﺍﻟﻠﻪ ﻳﺆﻣﺮ ﺑﻪ

Artinya : “Dia Allah ingin menjadikan godaan yang ditimbulkan setan itu sebagai cobaan bagi orang-orang yang dalam hatinya ada penyakit dan orang yang berhati keras. Dan orang-orang yang zalim itu benar-benar dalam permusuhan yang jauh”.

Islam sendiri telah lama menawarkan penyembuhan mengenai penyakit ini<sup>10</sup>, bahkan di Eropa dan Amerika yang tidak beragama Islam juga memakai cara psikoterapi zikir yang terdapat dalam al-Quran. Kongres Amerika beberapa waktu yang silam, mengajak masyarakat melakukan shalat, puasa, dan bertaubat secara nasional. Demikian di siarkan oleh beberapa kantor berita sebagaimana dikutip oleh Fauzi Muhammad Abu Zaid.

Bagi umat Islam ajakan ini bukanlah sesuatu yang baru. Ajakan berzikir merupakan salah satu ajaran pokok agama Islam yang dipraktikkan sepanjang saat

---

<sup>8</sup> Abdul Qadir Shaleh. *Sejarah Psikologi* (Jogjakarta : Ar-Ruz Media, 2005), 532

<sup>9</sup> Said Abdul Azhim, *Hati yang Bening* (Jakarta : Cendikia, 2005), 136

<sup>10</sup> Abdurrazak Naufal, *Sentuhan Kalbu Mu'min* ( Bandung : Dipenogoro, 1982 ), 77

dan dalam kondisi apapun. Mengingat Allah atau disebut zikir merupakan kebutuhan primer atau pokok bagi setiap manusia. Sejak ruh ditiupkan pertama kali dalam diri manusia sudah berlangsung perjanjian antara manusia dengan Allah, dimana manusia itu sendiri percaya akan adanya Allah dan selalu mengingat-Nya<sup>11</sup>.

Sebagaimana dalam Surah Al-ahzab ayat 41 :

يا ايها الذين آمنوا اذكروا الله كثيرا

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya”

Ketika manusia banyak yang jauh dari Allah, maka kekosongan jiwa dan kegelisahan mulai meradang dalam hati manusia itu sendiri. Salah satu alternatif yang harus ditempuh untuk mengembalikan jiwa yang gelisah adalah dengan mendekati diri pada Allah, menempuh beberapa cara yaitu :

1. Mengosongkan diri dari segala macam kemaksiatan (*Takhalli*)
2. Mengisi jiwa yang telah dibersihkan dengan sifat-sifat kebaikan (*tahalli*), Seseorang yang sudah terbiasa dengan perbuatan baik, dan memiliki kesadaran untuk melakukannya dan menimbulkan rasa rindu kepada Allah serta mudah untuk mengingat-Nya atau Zikir ( *tajalli* )<sup>12</sup>.

Dalam psikoterapi Islam, penyembuhan yang paling utama dan sangat mendasar adalah pada eksistensi dan esensi mentalnya dan spiritual manusia.

---

<sup>11</sup> *Ibid.*, hal. 80.

<sup>12</sup> Rifay Siregar. *Memahami Ilmu Tasawuf* (Surabaya : Bina Ilmu, 1984), 98

Manusia yang telah memiliki eksistensi emosional yang stabil adalah seseorang yang telah memiliki mental dan spiritual yang baik, benar, cerdas, dan suci, karena dalam perlindungan dan bimbingan Allah. Berdasarkan penulisan latar belakang diatas penulis membahas masalah ini dengan judul **”Zikir Sebagai Psikoterapi Terhadap Penyakit Psikopat Manusia Menurut Al-Quran“**.

### **B. Rumusan Masalah**

Permasalahan tersebut dapat disimpulkan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut :

1. Bagaimana psikoterapi zikir terhadap penyakit psikopat pada manusia ?
2. Apa saja penyakit psikopat atau *Qalbun Maridh* didalam al-Quran?

### **C. Tujuan Penelitian**

Ada beberapa tujuan yang mendasari penulis dalam memilih judul skripsi ini, yaitu:

- a. Menguraikan beberapa cara penyembuhan psikopat yang ada dalam al-Quran
- b. Memaparkan macam-macam penyakit psikopat yang tercantum dalam al-Quran

#### **D. Manfaat Penelitian**

Sedangkan kegunaan atau manfaat penelitian ini yaitu sebagai penambah ilmu pengetahuan bagi penulis dan juga pembaca selain dijadikan khazanah perpustakaan khususnya di bidang ilmu al-Quran dan tafsir, di samping itu diharapkan dapat menambah wawasan pembaca dalam mengetahui informasi tentang al-Quran yang dapat dijadikan psikoterapi pengobatan untuk manusia dan penyakit psikis serta penyembuhannya yang terdapat dalam al-Quran. Penelitian ini diharapkan agar dapat membantu permasalahan masyarakat dalam kehidupan sehari-harinya khususnya bagi orang-orang yang ingin melakukan psikoterapi sesuai dengan aturan-aturan al-Quran.

#### **E. Kajian Pustaka**

Penulis mulai menelusuri dari beberapa literatur agar memudahkan penulisan dan memperjelas perbedaan pembahasan atau kajian dari para penulis sebelumnya. Setelah mencari dari literatur yang berkaitan dengan skripsi ini, akhirnya penulis mendapatkan literatur dalam skripsi, buku, dan karya Ilmiah.

Karya Tulis oleh Abdul Mujib dalam bukunya (*Kepribadian Dalam Psikologi Islam*), yang menjelaskan mengenai kepribadian dan ciri-ciri penyakit psikopat itu sendiri serta penyembuhan melalui medis atau kedokteran. Namun yang membedakan dengan penulis lebih memfokuskan penulisan dengan cara penyembuhan spiritual atau cara berzikir kepada Allah swt<sup>13</sup>.

---

<sup>13</sup> Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta : PT Raja Grafindo, 2006), 351

Dalam penulisan bukunya M. Quraish Shihab dengan judul *Mukjizat Al-Quran*, menjelaskan mengenai pengertian mukjizat dalam al-Quran mengenai sistem pengobatan untuk manusia. Namun berbeda dengan skripsi ini, penulis lebih memfokuskan penyakit apa yang akan disembuhkan melalui psikoterapi dengan berzikir kepada Allah swt<sup>14</sup>.

Buku karangan Dadang Hawari dengan judul *Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, menjelaskan mengenai macam-macam penyakit hati pada manusia dan bagaimana efek yang akan didapatkan dengan manusia itu sendiri, namun masih bersifat umum. Berbeda dengan skripsi ini, penulis lebih memfokuskan pada psikopat saja dan penyembuhannya melalui zikir<sup>15</sup>.

Kemudian skripsi yang ditulis oleh Erli Yunita, *Peranan Dhikir Terhadap Jiwa Manusia Menurut al-Quran*, menjelaskan penyembuhan zikir terhadap ketenangan jiwa manusia serta lafadz-lafadz zikir yang ada dalam al-Quran. Penulisan ini mempunyai kesamaan, yaitu menjelaskan tata cara penyembuhan dengan zikir. Namun yang membedakannya, karya ini terlalu umum dan luas. Sedangkan penulis hanya terfokuskan pada penyakit psikopat pada manusia serta tata cara penyembuhannya melalui zikir<sup>16</sup>.

Berdasarkan hasil telaah pustaka tersebut, penulis merasa belum menemukan tulisan maupun buku yang membahas masalah al-Quran sebagai

---

<sup>14</sup> M. Quraish Shihab, *Mukjizat Al-Qur'an* (Bandung : Mizan, 1998), 1

<sup>15</sup> Dadang Hawari, *Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* (Jakarta : Dana Bhakti Prima Yasa, 1996), 25

<sup>16</sup> Erli Yusnita. *Peranan Dhikir Terhadap Jiwa Manusia Menurut Al-Quran* ( Banda Aceh , Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry), 2014.

psikoterapi manusia. Tulisan mereka menuliskan tentang tata cara penyembuhan saja dan pengobatan saja, tidak dijelaskan mengenai psikoterapi itu sendiri dan kedudukannya dalam al-Quran. Sehingga pemahaman tersebut mudah difahami dan dapat dijadikan sebagai pegangan pokok. Oleh karena itu kajian mengenai zikir sebagai psikoterapi manusia lebih komprehensif dibandingkan penulis-penulis lainnya.

## **F. Metode Penelitian**

Untuk melahirkan sebuah karya yang bagus dan berkualitas, dibutuhkan beberapa pemilihan metode yang tepat. Berikut akan dikemukakan metode penelitian dalam penulisan skripsi ini, yaitu :

### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini termasuk penelitian kepustakaan (*liberary research*), yang dimaksud dengan penelitian kepustakaan ialah suatu kegiatan yang dilaksanakan dengan mengumpulkan data dari berbagai jenis literatur dari perpustakaan. Jadi, dalam penelitian ini, penulis akan mengumpulkan data dari berbagai literatur, baik itu buku, serta karya-karya lain yang berhubungan dengan pokok pembahasan, yaitu yang berkenaan dengan psikoterapi al-Quran.

### **2. Sumber Data**

Penulis menggunakan al-Quran dan hadis sebagai rujukan untuk penulisan proposal ini, serta mengambil beberapa ayat dan pemahaman para mufassir klasik maupun modern untuk memudahkan pemahaman serta dari karya-karya ilmiah yang sesuai dengan topik pembahasan.



### 3. Teknik pengumpulan Data

Untuk mencapai tujuan penelitian tersebut, penulis menggunakan teknik pendekatan *kualitatif*, yaitu dengan mencari dan menelaah buku-buku literatur yang terdapat di perpustakaan yang berhubungan dengan judul penelitian. Sumber data utama yang digunakan ialah merujuk pada al-Quran.

### 4. Teknik Analisis data

Dalam menganalisis data, penulis menggunakan analisis *Deskriptif* yaitu gambaran umum atau melihat yang tampak sahaja. Banyaknya ayat mengenai *Syifa'* ada beberapa ayat yang pendek dan panjang. Bahkan ayat lain diungkapkan secara berulang-ulang dalam satu surah. Penulisan kata *Syifa'* yang terletak dalam bentuk *fi'il madhi, isim, serta dalam bentuk fi'il mudhari'*. Penulisan kata *Qalibun Maridh* juga ada beberapa ayat yang pendek dan panjang dan terletak dalam bentuk *Fi'il madhi, isim, dan bentuk lainnya*.

*Analisis Korelatif* juga termasuk dalam penulisan proposal ini. *Yaitu Hubungan antara Psikoterapi dengan Penyakit Psikopat*. Dikarenakan didalamnya adanya dua variabel yang memaparkan antara dua term tersebut.

**BAB II**

**TEORI DASAR PSIKOTERAPI DENGAN ZIKIR SERTA PENYAKIT**

**PSIKOPAT**

**A. Definisi Dan Jenis-Jenis Zikir**

**1. Definisi Zikir**

Secara etimologi, kata “zikir” berasal dari bahasa Arab, yaitu ( زَكَرَ ) yang bermakna: mengisyaratkan, mengenang, mengagungkan, menyebut, atau mengingat. Dalam Ensiklopedia Islam, menjelaskan bahwa istilah zikir memiliki ilmu multi interpretasi, di antara pengertian zikir adalah mengingat, menjaga, atau mengerti perbuatan baik<sup>1</sup>. Sedangkan secara istilah, zikir adalah membasahi lidah dengan ucapan-ucapan pujian kepada Allah. Termasuk dalam pengertian zikir ialah : doa, membaca al-Quran, *tasbih, tahmid, takbir, tahlil, istigfar*, dan lain-lain. Ada pula zikir yang dilakukan tersendiri diucapkan pada saat-saat tertentu atau pada setiap saat. Sedangkan zikir dalam pengertian ingatan atau mengingat Allah, dilakukan setiap saat. Artinya, kegiatan apa pun yang dilakukan seorang muslim di mana pun berada, hendaknya senantiasa ingat kepada Allah, sehingga melahirkan cinta beramal shaleh kepada-Nya dan malu berbuat dosa dan maksiat<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> M. Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa Solusi Tasawuf atas Manusia Modern* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2003), 16

<sup>2</sup> M. Solihin, *Melacak Pemikiran Tasawuf di Nusantara* (Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada, 2005 ), 225

Menurut Ensiklopedi Nasional Indonesia menjelaskan zikir adalah ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran-Nya dan ke-Maha suci-Nya. Zikir merupakan sikap batin yang bisa diungkapkan melalui ucapan Tahlil (*la Ilaha illa Allah*, artinya tiada Tuhan selain Allah), Tasbih (*subhanallah* artinya Maha suci Allah), Tahmid (*alhamdulillah*, artinya segala puji bagi Allah), dan Takbir (*allahu Akbar*, artinya Allah Maha Besar).

Sedangkan menurut Hasbi Ash-Shiddiqie, zikir adalah menyebut Allah swt dengan membaca Tasbih (*subhanallah* artinya Maha suci Allah), Tahmid (*alhamdulillah*, artinya segala puji bagi Allah), dan Takbir (*allahu Akbar*, artinya Allah Maha Besar) dan Tahlil (*la Ilaha illa Allah*), membaca hauqalah (*la hawla wala quwwata illa billahi*), hasballah (*hasbiyallahu*), membaca basmallah (*bismillahirrahmanirrahim*), membaca al-Quran dan membaca doa-doa yang matsur, yaitu doa yang diterima dari nabi saw<sup>3</sup>.

Imam Al-Qusyairi menyatakan, zikir adalah tanda kekuasaan dan cahaya keterpautan, bukti kehendak dan tanda baik suatu permulaan sekaligus sebagai tanda kesucian keberakhiran. Dan tidak ada suatu keutamaan lain, setelah zikir. Segala tindakan dan sikap terpuji adalah kembali ke zikir. Karena sumbernya adalah zikir. Suatu aktifitas yang di dahului dengan zikir termasuk perkara yang paling besar.

---

<sup>3</sup> Muhammad Hasbi Ash Shiddiqy, *Pedoman Dzikir dan Doa* (Jakarta : Bulan Bintang, 1977), 49-50

Menurut Pengertian psikolog, zikir sebagai suatu daya jiwa kita yang dapat menerima, menyimpan dan memproduksi kembali pengertian atau tanggapan-tanggapan kita. Zikir dalam arti menyebut nama Allah yang diamalkan secara rutin, biasanya disebut wirid. Zikir dalam menyebut nama Allah ini termasuk ibadah *mahdhah*, yaitu ibadah langsung kepada Allah swt, serta sangat mudah sekali untuk diucapkan.

Sedangkan menurut Hanna Kassis, melihat adanya hubungan antara zikir dan fikiran. Dan diartikan sebagai merenung. Sehingga dalam proses berpikir terkandung juga kegiatan yang bersifat refleksi terhadap objek yang dipikirkan itu<sup>4</sup>.

Zikir yakni mengingat Allah dalam hati kita menyebut Nama-Nya dengan lisan berdasarkan perintah Allah dalam al-Quran. Zikir sebagai obat yang akan menimbulkan rasa ketenangan dalam diri seseorang. Zikir boleh dimana saja dan kapan saja, kecuali di tempat-tempat yang bernajis seperti kamar mandi. Hal yang harus diperhatikan dalam berzikir yakni harus dilakukan dengan sepenuh hati, rasa takut kepada Allah, serta merendahkan diri. Pembeda akan tampak pada manusia ketika nama Allah swt disebut. Seorang mukmin akan tentram ketika nama Allah senantiasa disebut. Namun orang yang tidak mengimani hari akhir, akan kesal mendengar nama Allah.

Zikir memiliki kedudukan yang tinggi, yang darinya orang-orang arif bijaksana berbekal. Dengan zikir orang-orang dapat menolak segala bentuk

---

<sup>4</sup> Taufiq Pasiak, *Revolusi IQ/EQ/SQ : Antara Neurosains dalam Al-Quran* (Bandung : Mizan Pustaka, 2002), 241

penyakit dan kerusakan, menyingkap semua kesulitan dan merasakan kemudahan dalam menerima segala musibah. Apabila malapetaka menimpa mereka, kepada-Nya mereka berlindung. Apabila malapetaka menimpa mereka, kepada-Nya mereka bergegas kembali. Melalui zikir, seseorang berkomunikasi dengan Allah swt dan melalui zikir seseorang akan diingat oleh-Nya.

Jika setiap anggota tubuh beribadah, maka ibadahnya itu bersifat dibatasi oleh waktu. Shalat misalnya, sudah memiliki ketetapan waktu. Tidak boleh ada kreativitas dalam hal ketetapan dan tata cara ibadah. Sementara zikir merupakan bentuk ibadah hati dan lisan yang tidak mengenal waktu, ia dapat dikerjakan kapan saja dan dimana saja<sup>5</sup>.

Zikir merupakan pembersih, penggilat, dan penawar hati ketika ia telah tertutup oleh penyakit. Setiap kali orang yang berzikir menambah frekuensi zikirnya, maka ia akan semakin bertambah rasa cinta dan rindunya untuk bertemu dengan zat yang diingatnya. Apabila zikir dihatinya selaras dengan zikir dilisannya, maka disaat itu ia akan melupakan segalanya, kecuali dari mengingat-Nya.

Hasan Al-Basri berkata “Carilah kenikmatan dalam tiga hal : Shalat, dalam Zikir, dan dalam membaca al-Quran. Jika kalian merasakan kenikmatan itu, berarti pintu Allah ta’ala terbuka, tetapi jika kalian tidak merasakannya, maka ketahuilah bahwa pintu itu tertutup”. Memahami zikir dalam artian merenungkan

---

<sup>5</sup> Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan dan Spiritual Berdasarkan Rukun Iman dan Rukun Islam* (Jakarta : Arga, 2001), 35

kembali apa yang telah dikenal manusia melalui fitrahnya tentang bukti kuasa Allah serta sifat-sifat baginya<sup>6</sup>.

Mengingat Allah dalam bahasa Arab juga disebut “*Haizhahu Wastahdharahu*” memelihara agar berada dalam pikiran dan perasaan, agar tidak pernah cerai ingatan kita kepada-Nya<sup>7</sup>. Karena dengan mengingat Allah hati akan tenang dan tentram. Zikir berbagai bentuknya ditemukan dalam al-Quran tidak kurang dari 280 kali. Kata tersebut pada mulanya digunakan oleh pengguna bahasa Arab dalam arti sinonim lupa. Ada juga beberapa pakar yang mengatakan artinya mengucapkan dengan lidah atau menyebut sesuatu. Makna ini berkembang menjadi “mengingat” karena mengingat sesuatu seringkali mengantar lidah menyebutnya. Demikian juga, menyebut dengan lidah dapat mengantar hati untuk mengingat lebih banyak lagi apa yang disebut-sebut itu<sup>8</sup>. Dalam Surat al-Ra’du ayat 28 :

﴿﴾

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.

Adapun Menurut buku karangan Hasbi Ashidqie adalah mewujudkan tanda baik sangka kepada Allah dengan amal shalih, menghasilkan rahmat dan inayat Allah, memperoleh sebutan dari Allah dihadapan hamba-hamba yang pilihan, membimbing hati dengan mengingat Allah, melepaskan diri dari azab,

<sup>6</sup> Hayat Hidayat, *99 Renungan Harian untuk Setiap Muslim Sepanjang Masa* (Surakarta : Ziyad), 32

<sup>7</sup> Kahar Masyur, *Membina Moral dan Akhlak* (Jakarta : PT Rineka Cipta, 1994), 41

<sup>8</sup> M.Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran tentang Zikir dan Doa* ( Jakarta : Lentera Hati, 2006), 9

memelihara diri dari pengaruh-pengaruh syeithan dan membentengi diri daripada segala maksiat, mendatangkan segala kebaikan dunia akhirat, menghasilkan keridhaan Allah, menyebabkan para Nabi dan orang-orang Mujahidin menyukai<sup>9</sup>.

## 2. Jenis-Jenis Zikir

Secara umum zikir dibagi menjadi dua macam, yaitu zikir dengan hati dan zikir dengan lisan. Masing-masing keduanya terbagi pada dua arti, yaitu :

- a. Zikir dari arti ingat dari yang tadinya lupa
- b. Zikir dalam arti kekal ingatannya

Sedangkan yang dimaksud dengan zikir lisan dan hati adalah sebagai berikut :

- a. Zikir dengan lisan berarti menyebut nama Allah, berulang-ulang kali, sifat-sifat-Nya atau pujian-pujian-Nya. Untuk dapat kekal dan senantiasa melakukannya, hendaknya dibiasakan berkali-kali.
- b. Zikir kepada Allah dengan hati, ialah menghadirkan kebesaran dan keagungan Allah di dalam diri dan jiwanya sendiri sehingga mendarah daging.

Hubungan antara lisan dan hati dalam hal zikir ini sangatlah baik, sebab dengan berzikir seperti diatas maka dengan sendirinya seluruh badan akan terpelihara dari berbuat maksiat kepada Allah swt. Bagi seseorang yang hatinya

---

<sup>9</sup> Muhammad Hasbi Ash Shiddiqy, *Pedoman Dzikir...*, 67

telah basah dengan zikir dan jernih akan dapat mengontrol anggota badannya agar tetap disiplin<sup>10</sup>.

Menurut ahli tasawuf, zikir itu terbagi menjadi tiga bagian :

- a. Zikir lisan atau disebut juga *nafi isbat*, yaitu ucapan *la Ilaaha Illallah*. Pada kalimat ini terdapat hal yang menafikan yang lain dari Allah dan mengisbatkan Allah. Zikir nafi isbat ini dapat juga disebut zikir yang nyata karena ia diucapkan dengan lisan secara nyata, baik zikir bersama-sama maupun zikir sendirian<sup>11</sup>.
- b. Zikir *qalbu* atau hati, disebut juga zikir Ismu karena kebesaran, ucapannya *Allah, Allah*. Zikir *qalbu* ini dapat juga disebut zikir *Ismu dzat* karena ia langsung berzikir dengan menyebut nama zat.
- c. Zikir *sir* atau rahasia, disebut juga zikir isyarat dan nafas, yaitu berbunyi : *Hu, Hu*. Zikir ini adalah makanan utama *sir* (rahasia). Oleh karena itu ia bersifat rahasia, maka tidaklah sanggup lidah menguraikannya, tidak ada kata-kata yang dapat melukiskannya.

Menurut para ulama Mutaqaddimin yang lain mengatakan :

Pertama, Zikir dengan cara membaca, memuji dan menyanjung nama-nama Allah dan sifat-sifatNya, seperti membaca *Subhanallah, Alhamdulillah, dan La ilaha ilalla*.

---

<sup>10</sup> Abdullah Al Wazaf dan Ahmad Salamah, *Pokok-Pokok Keimanan* ( Bandung : Trigenda Karya, 1994), 121

<sup>11</sup> Safrilisyah, *Psikologi Ibadah dalam Islam*, ( Banda Aceh : Ar-Raniry Press, 2013), 160



Kedua, Ingat akan Allah swt dengan segala asma' (nama-nama) dan sifat-sifatNya, seperti Allah Maha Mendengar suara hamba-hambaNya dan Maha melihat gerak-gerik mereka.

Ketiga, ingat akan perintah dan larangan-Nya, seperti menasehati, sesungguhnya Allah swt memerintahkan begini dan melarang begitu.

Keempat, ingat akan nikmat-nikmat dan Kebaikan-Nya.

Adapun cara melakukan zikir bisa dengan hati atau dengan lisan. Tetapi zikir yang paling utama adalah zikir yang dilakukan secara sinkron antara hati dan lisan. Zikir dengan hati lebih utama dari pada zikir dengan lisan<sup>12</sup>.

## **B. Manfaat Zikir**

Dalam al-Quran banyak sekali ayat-ayat yang menyuruh kita untuk berzikir kepada Allah atau menganjurkan orang supaya berzikir kepada Allah. Setiap muslim tentunya mengetahui, betapa utamanya berzikir itu dan betapa besar manfaatnya.

Menurut Ibn 'Atha'illah as-Sakandari, guru ketiga dari tarekat as-sadziliyyah menyebutkan beberapa manfaat zikir yang berhubungan dengan kesehatan mental yaitu<sup>13</sup> :

1. Menghilangkan segala kegundahan, kerisauan, kegelisahan serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan.

---

<sup>12</sup> Cahyadi Takariawan dan Ghazali Mukri, *Kitab Tazkiyah (Metode Pembersih Hati Aktivis Dakwah)*, (Solo : Era Intermedia,2003), 139

<sup>13</sup> Safrilsyah, *Psikologi Ibadah...*, 172

2. Mendatangkan sesuatu yang paling mulia dan paling agung yang dengan itu kalbu manusia menjadi hidup seperti halnya hidupnya tanaman karena hujan. Zikir adalah makanan rohani bagi tubuh manusia.
3. Orang yang berzikir akan diteguhkan kalbunya, dikuatkan tekadnya, dijaukan dari kesedihan, dari kesalahan, dari setan dan tentaranya.
4. Zikir dapat menghilangkan dahaga ketika rasa dahaga tiba disaat kematian tiba sekaligus memberi rasa aman dari segala kecemasan.
5. Berzikir kepada Allah swt dapat mendekatkan diri seorang hamba kepada Tuhannya. Jika Allah mendekati hambanya maka Dia akan menjaganya, melindungi dan melimpahinya dengan rahmat kebahagiaan serta kedamaian jiwa.
6. Berzikir kepada Allah swt dapat membangkitkan semangat hidup manusia, menguatkan keinginan untuk menggapai ampunan dan keridhaan Allah swt, menciptakan kelapangan dada, dan kebahagiaan jiwa.
7. Zikir dapat menguatkan hati dan badan, menerangi wajah dan hati serta mendatangkan rezeki. Zikir memberi pelakunya pakaian wibawa dalam kepribadian .
8. Zikir dapat mewariskan *muraqabatullah* (perasaan selalu diawasi Allah Ta'ala) sehingga pelaku masuk dalam kategori ihsan. Dengan demikian, ia beribadah kepada Allah seakan-akan ia melihat-Nya, juga mewariskan pada pelakunya *inabah* (senantiasa kembali kepada Allah atau bertaubat).



15. Zikir menyebabkan pelakunya mendapat keberuntungan. Serta merupakan sifat dari *ulul albab* (orang yang berakal). Zikir tak mungkin dilakukan dengan akal, orang yang tak mempunyai akal tak akan bisa melakukan zikir. Dalam surah Al-a'la ayat 14-15 :

بِه

Artinya :

“Sesungguhnya beruntunglah orang yang membersihkan diri (dengan beriman)“

”Dan dia ingat nama Tuhannya, lalu dia sembahyang”.

Dalam Islam penyakit psikopat di istilahkan seperti halnya *Qalibun Maridh*. Hati yang sakit ialah hati yang hidup, namun dalam kondisi tidak sehat. Ia mempunyai dua materi yang karenanya terkadang ia hidup dan terkadang ia sakit. Jika hati itu didominasi oleh rasa cinta kepada Allah, itulah materi yang menyebabkan hati hidup<sup>16</sup>.

Sebaliknya, jika hati itu didominasi rasa cinta, lebih memprioritaskan kesenangan dunia, itulah materi yang menyebabkan hati itu hancur dan celaka. Jadi, hati kita senantiasa diuji diantara dua faktor tersebut, yaitu faktor yang mendorong hati untuk kembali kepada Allah dan rasul-Nya serta faktor yang

---

<sup>15</sup> Cahyadi Takariawan dan Ghazali Mukri, *Kitab Tazkiyah...*, 151

<sup>16</sup> Abdullah Al Wazaf dan Ahmad Salamah, *Pokok-Pokok...*, 125

mendorong hati untuk memilih kesenangan dunia<sup>17</sup>. Kesenangan dunia yang dapat melalaikan akhirat dapat menjadikan hati kita menjadi gelap, sakit, bahkan mati.

Habib mengatakan bahwa bacaan zikir merupakan kunci pintu masuknya energi zikir ke dalam tubuh. Salah satu manfaat ikhlas adalah untuk memperlancar jalan masuknya energi zikir kedalam tubuh. Salah satu manfaat sabar adalah untuk memperbesar daya tampung tubuh pelaku zikir terhadap energi zikir yang masuk. Salah satu manfaat khusyuk (konsentrasi) adalah untuk mempercepat proses masuknya energi zikir kedalam tubuh (pemompa). Salah satu manfaat taubat adalah untuk mengeluarkan energi negatif dan energi kotor dari dalam tubuh pelaku zikir.

## **C. Definisi Psikoterapi dan Tujuan Psikoterapi**

### **1. Definisi Psikoterapi**

Istilah psikoterapi berasal dari dua kata yaitu “*psiko*” yang berarti kejiwaan atau mental dan “*terapi*” yaitu merawat atau mengasuh, sehingga psikoterapi dalam arti sempitnya ialah perawatan mengenai aspek kejiwaan. Perkembangan psikoterapi memasuki awal tahun 60-an ditandai dengan adanya perkembangan psikologis-klinis dan konseling, sebagai salah satu reaksi perubahan di masyarakat.

Psikoterapi adalah proses formal interaksi antara dua orang atau lebih, dengan tujuan perubahan atau penyembuhan. Sekalipun ada perbedaan pendapat mengenai psikoterapi, namun semua sistem dalam psikoterapi berawal dari asumsi

---

<sup>17</sup> Cahyadi Takariawan dan Ghazali Mukri, *Metode Pembersihan Hati Aktivis Dakwah* (Solo : Era Intermedia, 2003), 45

mendasar bahwa perilaku manusia dapat dirubah. Psikoterapi adalah suatu cara pengobatan terhadap masalah emosional seseorang dengan maksud menghilangkan, mengubah atau menghambat gejala dan sakit yang ada pada diri seseorang tersebut<sup>18</sup>.

Menurut Lewis R. Wolberg Mo, psikoterapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap masalah yang berasal dari kehidupan emosional seseorang dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien, yang bertujuan :

- a. menghilangkan mengubah atau menemukan gejala-gejala yang ada
- b. memperantai perbaikan pola tingkah laku yang rusak
- c. meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif.

Sedangkan menurut Corsini menyatakan bahwa psikoterapi sulit dirumuskan secara tepat. Psikoterapi menurut Corsini merupakan suatu proses formal dan interaksi antara dua pihak. Setiap pihak biasanya terdiri dari satu orang tetapi ada kemungkinan terdiri dari dua orang atau lebih dengan tujuan memperbaiki keadaan yang tidak menyenangkan atau distres pada salah satu dari kedua pihak karena adanya ketidakmampuan atau malfungsi pada salah satu fungsi perilaku.

---

<sup>18</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta : Al-Manar, 2008), 228

Dokter sekaligus filosof muslim pertama kali memfungsikan pengetahuan jiwa untuk pengobatan medis adalah Abu Bakar Muhammad Zakariah Al-Razi. Menurutnya, tugas seorang dokter di samping mengetahui kesehatan jasmani dituntut juga kesehatan jiwa. Maka Razi menyusun dua buku yang terkenal, yaitu *al-Thibb al-Manshuriyah* (kesehatan al-Manshur) yang menjelaskan pengobatan jasmani, dan *al-Thibb al-ruhani* (kesehatan mental) yang menerangkan pengobatan jiwa<sup>19</sup>.

Kutipan diatas menunjukkan urgensinya suatu pengetahuan tentang psikis. Pengetahuan psikis ini tidak sekedar berfungsi untuk memahami kepribadian manusia, tetapi juga untuk pengobatan penyakit jasmani dan rohani. Banyak penyakit jasmani seperti kelainan pernapasan, usus perut dan sebagainya justru diakibatkan oleh kelainan jiwa manusia. Penyakit jiwa seperti stres, dengki, menjadi penyebab utama penyakit jasmani.

Psikoterapi dapat dilakukan untuk membantu seseorang dalam mengekspresikan emosi yang mendasari dan untuk mengembangkan strategi alternatif untuk mengekspresikan perasaan mereka, tetapi dapat dilakukan dengan individu atau berkelompok<sup>20</sup>. Ilmu psikologi psikoterapi dapat dilakukan dengan *psikoterapi psikiatrik* (memberikan support terhadap pasien), *psikofarmaka* (memberikan obat seperti anti depresi), dan *relaksasi* (dengan cara mensugesti pasien).

---

<sup>19</sup> Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologis Islam* (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2002), 210

<sup>20</sup> Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam* (Yogyakarta : UIN-Malang Press, 2008), 282

Psikoterapi yang dirawat dan disembuhkan adalah manusia secara totalitas, dikarenakan akibat gangguan emosional itu juga mengenai manusia seutuhnya. Namun Muhammad Utsman Najati membantah hal ini, dikarenakan menurutnya psikoterapi dalam menyembuhkan penyakit kejiwaan dalam ilmu psikologis tidak mendapatkan hasil yang memuaskan. Seorang dokter ahli jiwa, hendaknya melihat pasiennya itu tidak hanya dari segi fisik, dan sosial budayanya saja, melainkan juga melihat dari sisi spiritualnya atau kerohaniannya

Banyaknya kritikan dan keluhan dari pasien bahwa umumnya psikater lebih senang hanya memberikan obat saja dan kurang memperhatikan akan kebutuhan pasien pada waktu konsultasi, sehingga pasien merasa kurang puas dengan pelayanannya. Kemudian muncul kurikulum agama dalam pendidikan calon psikiater. Ketika memeluk suatu agama, hendaknya tidak hanya secara formal memeluknya, namun hendaknya dapat menghayati dan mengamalkannya, sehingga memperoleh kekuatan dan ketenangan dalam jiwa manusia<sup>21</sup>.

Psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit, baik itu mental, moral maupun spiritual dengan menggunakan bimbingan al-Quran khususnya zikir, atau secara empirik melalui bimbingan dan pengajaran Allah swt dan rasul-rasulNya.

Rasulullah saw dilihat dari salah satu sisi kehidupannya ialah sebagai konselor dan terapis. Beliau sering memberikan nasihat pada orang yang sedih, cemas, bimbang dan sebagainya. Al-Quran juga menyebutkan tentang perawatan

---

<sup>21</sup> Dadang Hawari, *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta : PT. Dana Bakti Prima Yasa, 1997), 27



ketegangan mental dan fisik dengan menggunakan cara psikoterapi. Dalam surah Shad ayat 41-42

يٰٓاَيُّهَا  
بِه  
يٰٓاَيُّهَا  
هـ

Artinya : 41."Dan ingatlah akan hamba Kami Ayyub ketika ia menyeru Tuhan-nya: "Sesungguhnya aku diganggu syaitan dengan kepayahan dan siksaan".

42."(Allah berfirman): "Hantamkanlah kakimu; inilah air yang sejuk untuk mandi dan untuk minum".

Ayatnya ini merupakan contoh-contoh yang menunjukkan betapa al-Quran memberikan petunjuk dalam berbagai kasus dengan psikoterapi. Ketika mengemukakan dalil-dalil yang berhubungan dengan manusia (*antropologi*), maka al-Quran lebih jauh lagi mengisyaratkan penelitian dalam masalah jiwa manusia dengan mengemukakan dalil-dalil yang menyangkut masalah jiwa<sup>22</sup>.

Kepribadian yang ideal dicontohkan pada sosok Nabi Muhammad saw, pada diri beliau yang sebenar-benarnya terjadi keseimbangan antara tubuh dan jiwa sehingga membentuk kepribadian yang hakiki dan sempurna<sup>23</sup>. Seperti Allah menyebutnya dalam al-Quran surah Yunus ayat 57 :

يٰٓاَيُّهَا  
هو  
يا يٰٓاَيُّهَا

Artinya : "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman".

<sup>22</sup> Hamzah Ya'qub, *Ilmu Ma'rifah Sumber Kekuatan dan Ketentraman Bathin*, (Jakarta : Atisa, 1988), 56

<sup>23</sup> Aidh Al-Qarni, *Sentuhan Spiritual*, (Jakarta : Al Qalam, 2006), 255

Ibnu Qayyim al-Jauziyah membagi psikoterapi menjadi dua kategori :

- a. *Tabi'iyah* adalah pengobatan secara psikologis terhadap penyakit yang gejalanya dapat diamati dan dirasakan oleh penderitanya dalam kondisi tertentu, seperti kecemasan, kegelisahan, kesedihan, dan amarah. Penyembuhannya dengan cara menghilangkan sebabnya.
- b. *Syar'iyah* adalah pengobatan secara psikologis terhadap penyakit yang gejalanya tidak dapat diamati dan tidak dapat dirasakan oleh penderitanya dalam kondisi tertentu, tetapi ia benar-benar penyakit yang berbahaya, sebab dapat merusak kalbu seseorang, seperti penyakit syubhat, kebodohan, syahwat dan sebagainya.

Sedangkan menurut Muhammad Mahmud, seorang psikolog muslim ternama membagi psikoterapi dalam dua kategori :

- a. *Duniawi*, berupa pendekatan dan teknik-teknik pengobatan psikis setelah memahami psikopat dalam kehidupan nyata
- b. *Ukhrawi*, berupa bimbingan mengenai nilai-nilai moral, spiritual dan agama.

## **2. Tujuan Psikoterapi**

Tujuan psikoterapi menurut Ivey adalah membuat sesuatu yang tidak sadar menjadi sesuatu yang didasari. Rekonstruksi kepribadiannya dilakukan terhadap kejadian-kejadian yang sudah lewat dan menyusun sintesis yang baru dan

konflik-konflik lama dan untuk memberikan jalan terhadap potensi yang dimiliki seseorang agar menemukan sendiri arahnya secara wajar, menemukan dirinya sendiri yang nyata atau ideal<sup>24</sup>.

Sedangkan Corey menyatakan tujuan psikoterapi menurut psikodinamika sebagai membuat sesuatu yang tidak sadar menjadi sesuatu yang disadari. Membantu klien menghidupkan kembali pengalaman-pengalaman yang sudah lewat dan bekerja melalui konflik-konflik yang ditekan melalui pemahaman intelektual.

Apabila psikoterapi disandarkan dengan zikir, maka penggunaan zikir dalam memperbaiki jiwa seseorang dan mengubah kepribadian buruk seseorang, menjadi lebih baik dari sebelumnya. Psikoterapi dengan zikir sama halnya dengan psikoreligius bertujuan bukan mengubah keimanan seseorang, melainkan untuk membangkitkan kekuatan spiritualnya. Arti penyembuhan dengan zikir yaitu menunjukkan bahwa al-Quran mampu mejadi penyembuh bagi siapa saja yang meyakininya yaitu melalui zikir.

#### **D. Definisi Psikopat**

Psikopat berasal dari kata "*Psyche*" yang artinya jiwa dan "*Pathos*" artinya penyakit. Menurut Robert D. Here ahli psikopat, beliau telah meneliti selama 25 tahun, bahwa seseorang psikopat selalu membuat hal rumit seperti pemfitnah, hasad, berbohong, anti kritikan, tidak toleransi dan lainnya. Dalam hal kriminal

---

<sup>24</sup> Yulia Sholichatun, *Psikologis Klinis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 35

psikopat lebih dikenal dengan pembunuh, pemerkosa dan koruptor. Namun ini hanya 15% dari total penyakit psikopat<sup>25</sup>.

Psikopat atau sakit mental, adalah sakit yang tampak dalam bentuk perilaku dan fungsi kejiwaan yang tidak stabil. Istilah penyakit ini mengacu pada sebuah sindrom yang luas, yang meliputi kondisi indera, dan emosi. Studi psikopatologi paling tidak dapat bertolak dari tiga asumsi yang berbeda-beda. Pertama, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam keadaan sakit, kecuali dalam kondisi tertentu ia dinyatakan sehat. Kedua, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam keadaan netral (tidak sakit dan tidak sehat) sakit dan sehatnya tergantung pada proses perkembangan kehidupannya. Ketiga, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam keadaan sehat, kecuali dalam kondisi tertentu ia dinyatakan sakit<sup>26</sup>.

Asumsi pertama di kembangkan oleh Sigmund Freud, menurutnya jiwa manusia dilahirkan dalam kondisi jahat, buruk, bersifat negatif atau merusak. Agar ia berkembang dengan positif, diperlukan cara-cara pendamping yang bersifat mengarahkan. Sedangkan asumsi kedua dikembangkan oleh B.F Skinner, menurutnya jiwa manusia dilahirkan dalam kondisi netral, seperti tabula rasa (kertas putih), hanya lingkungan yang menentukan arah perkembangan jiwa tersebut. Lingkungan yang baik akan membentuk suasana psikologis yang baik dan harmonis, sebaliknya lingkungan yang buruk akan berimplikasi pada gejala psikologis yang buruk pula. Sementara asumsi ketiga dikembangkan oleh

---

<sup>25</sup> Jess Feist dan Gregory Penerjemah Handriatno, *Teori Kepribadian (Theories Of Personality)*, (Jakarta : Salemba Humanika , 2014), 242

<sup>26</sup> Murtadha Muthahhari, *Manusia dan Alam Semesta* (Jakarta : Lentera, 2002), 221

Abraham Maslow dan Carl Rogers, menurutnya jiwa manusia dilahirkan dalam kondisi sadar, bebas, dan bertanggung jawab. Agar manusia berkembang ke arah positif, manusia tidak memerlukan pengarah melainkan membutuhkan suasana dan pendamping personal serba penuh penerimaan dan penghargaan demi mekarnya potensi positif yang melekat daalam dirinya<sup>27</sup>.

Kepribadian dalam bahasa Inggris disebut dengan *Personality*. Akar kata *Personality* bersal dari bahasa latin *persona* yang berarti “topeng”, yaitu topeng yang dipakai oleh aktor drama atau sandiwara<sup>28</sup>.

Bagai bangsa Roma, *persona* semula diartikan dengan “bagaimana seseorang tampak pada orang lain dan bukan pribadi sesungguhnya”. Sedangkan dalam Islam lebih dikenal dengan *al-syakhshiyah*. *Syakhshiyah* berasal dari kata *syakhs* yang berarti “pribadi”. Kata itu kemudian diberi ya nisbah sehingga menjadi kata benda buatan (*Mashdar Shina'iy*) *syakhshiyah* yang berarti “kepribadian”<sup>29</sup>.

Sigmund Freud dikenal sebagai bapak psikoanalisis. Sebelum upayanya mengembangkan metode-metode efektif untuk menangani penyakit mental dalam dunia psikologis, orang-orang yang menyimpang dari norma-norma yang diterima secara sosial biasanya ditangani seakan-akan mereka adalah penjahat atau sedang dirasuki setan. Dalam dunia Barat sering kali dicampuradukan dengan tindak

---

<sup>27</sup> Abdul Mujib, Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam* (Jakarta : PT Raja Grafindo, 2002), 166

<sup>28</sup> Netty Hartati, *Islam dan Psikologi* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2005), 88

<sup>29</sup> Purwa Atmaja Prawira, *Psikologi Kepribadian dengan Perspektif Baru*, (Jogjakarta : Ar-Ruzz Media, 2017), 30

kejahatan serta penyimpangan dan pengkhianatan. Para penyakit mental dianggap mengalami kegilaan karena pengaruh-pengaruh aneh<sup>30</sup>.

Beberapa Gejala-gejala penyakit psikopat ialah :

1. Egosentris
2. Sering berbohong, fasik dan dangkal ilmu
3. Meremehkan orang lain
4. Agresif
5. Sulit mengendalikan diri
6. Berbuat Curang
7. Emosi yang tidak stabil
8. Biasanya penderita memiliki kemampuan yang cerdas

Dalam al-Quran terdapat banyak penjelasan yang menunjukkan kepada penganalisaan pribadi manusia dalam berbagai konteksnya. Sebenarnya al-Quran telah mempelopori studi psikiatri dan psikologi dengan memperhatikan kehidupan manusia beserta berbagai problemnya melalui analisa jiwa dan pribadinya. Dakwah Rasulullah saw tidak akan berhasil dan tersebar ke seluruh penjuru semenanjung Arabia dalam waktu kurang dari seperempat abad jika seandainya beliau tidak mempelajari psikolog bangsa Arab. Dakwah beliau telah merasuk dalam relung hati bangsa itu serta sekaligus memberikan semangat dalam diri mereka, membawa nilai-nilai baru<sup>31</sup>.

---

<sup>30</sup> Agus Sujanto, *Psikologi Umum*, (Jakarta : Aksara Baru, 1986), 43

<sup>31</sup> Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta : Rajawali Pers, 2011),

### **Tanda-Tanda Hati Yang Sakit**

Pertama hati dikatakan sakit, apabila pemiliknya merasa kesulitan untuk mengenal Allah, mencintai-Nya, dan bertaubat kepada-Nya

Kedua, orang yang memiliki hati yang sakit apabila berbuat maksiat, ia tidak akan sakit. Seperti pepatah mengatakan "hati yang mati, tidak akan merasakan sakit". Hati yang sakit akan mengikuti kejahatan dengan kejahatan pula. Hasan Bashri mengatakan bahwa perbuatan dosa yang diikuti kembali oleh perbuatan dosa, menyebabkan hatinya buta. Berbeda dengan hati yang sehat, selalu mengikuti kejahatan dengan kebaikan, dosa dengan taubat.

Ketiga, orang yang memiliki hati yang sakit tidak merasa sakit oleh ketidaktahuannya mengenai kebenaran. Sementara hati yang sehat selalu sakit terhadap dosa.

Keempat, orang yang memiliki hati yang sakit itu hakikatnya beralih dari mengonsumsi makanan yang bermanfaat kepada makanan yang beracun dan berbahaya. Seperti halnya mayoritas manusia berpaling dari mendengarkan al-Quran, akan tetapi sibuk mendengarkan lagu-lagu yang menimbulkan virus munafik dan rangsangan seksual<sup>32</sup>.

Dikatakan psikopat memiliki dua ciri utama dalam Islam :

---

<sup>32</sup> Jalaluddin Rahman, *Konsep Perbuatan Manusia Menurut Al-Quran* (Jakarta : Bulan Bintang, 1992), 32

1. Perilaku itu dapat mengganggu realisasi dan aktualisasi diri individu, disebabkan adanya kecemasan, kegelisahan, konflik, kemurungan, keraguan, ketakutan dan kemalasan. Misalnya orang yang iri hati (hasad) maka hidupnya selalu cemas dan gelisah terhadap prestasi orang lain dan merasa takut kalau dirinya tidak memiliki sesuatu seperti lawannya<sup>33</sup>.
2. Perilaku itu mengandung dosa yang dilarang Allah swt. Semua kepribadian buruk dilarang dan siapa melanggarnya maka akan mendapat siksa-Nya. Perilaku ini mengotori jiwa manusia, berupa titik-titik (*nuktah*) hitam yang menodai hati manusia.

Akibat dominasi pola kehidupan modern yang materialistik dan egoistik, mengakibatkan situasi psikologis umat manusia semakin tidak menentu. Karenanya tidak mengherankan apabila akhir-akhir ini ditemukan berbagai jenis perilaku yang aneh-aneh dan nyeleneh yang dianggap sebagai gejala patologis bagi kehidupan modern<sup>34</sup>.

Disadari atau tidak, fenomena modern semacam itu telah merasuki kejiwaan umat Islam. Mereka seringkali merasakan kegelisahan dan kekhawatiran yang mendalam, tanpa diketahui sumbernya darimana perasaan menggoda pikiran (*obsessional neurosis*) itu muncul. Bahkan dengan sengaja mereka memahami perasaannya melalui paranormal, psikiater dan lain-lain, namun hal ini tidak membuahkan hasil yang signifikan. Hal itu setidaknya disebabkan oleh : pertama,

---

<sup>33</sup> Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2006), 127

<sup>34</sup> Mohamad Sobary, *Fenomena Dukun dalam Budaya Kita*, (Jakarta : PT Pustaka Firdaus, 1997), 53



mereka telah melupakan resep-resep agama yang mengatur perilaku psikologis, sehingga mereka tidak mengetahui bagaimana seharusnya yang diperbuat. Kedua, mereka mencoba memahami psikopat dalam dirinya melalui teori-teori modern, namun dalam teori modern itu tidak mampu menembus kejiwaan yang paling dalam seperti wilayah spiritual dan keagamaan, sehingga mereka tidak menemukan apa yang dicari.

Berdasarkan pola pikir, gangguan kepribadian yang menjadi psikopat dalam islam dapat dibagi menjadi dua kategori, pertama bersifat *duniawi*. Macam-macam gangguan kepribadian berupa gejala-gejala atau penyakit kejiwaan yang telah dirumuskan dalam wacana psikologi. Kedua bersifat *ukhrawi* berupa penyakit akibat penyimpangan terhadap norma-norma atau nilai norma, spiritual, dan agama<sup>35</sup>.

Perkembangan kehidupan manusia banyak ditemukan gangguan mental yang disebabkan oleh faktor-faktor spiritual dan agama, misalnya kecemasan dan keresahan yang terus-menerus akibat perbuatan dosa dan maksiat. Salah satu perspektif spiritual dan religius adalah sebagaimana yang ditawarkan oleh al-Ghazali. Psikopat yang merusak sistem kehidupan spiritualitas dan keagamaan seseorang oleh al-Ghazali disebut dengan *al-ahlakul khabisah*.

⇨

“Akhlaq yang buruk merupakan penyakit hati dan penyakit jiwa”

---

<sup>35</sup> Mahmud Rajabi, *Horison Manusia* (Jakarta : Al-Huda, 2006), 45

Senada dengan pernyataan diatas, al-Razi dalam *al-Thib al-Ruhaniyah* menyatakan bahwa akhlak (*mahmudah*) merupakan pengobatan ruhani. Hal itu menunjukkan bahwa psikopat adalah akhlak yang tercela, sedangkan psikoterapinya adalah akhlak terpuji. Pernyataan tersebut dibenarkan sebab prinsip utama kesehatan mental adalah adanya penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungan di sekitarnya<sup>36</sup>.

Obat dan nasihat dokter tidak dapat menolongnya dari perasaan duka, kecewa, takut bercampur penyesalan terhadap perangnya. Namun, bagi orang yang taat beribadah, dan selalu merasa dekat dengan Allah yang akan mendapat semangat hidup yang tiada tara. Karena ia yakin bahwa yang memberi hidup itu Allah, dan tiada penyakit yang dapat membunuh, jika Allah tidak izinkan.

---

<sup>36</sup> Netty Hartati, *Islam dan Psikologi...*, 110

### BAB III

#### ZIKIR SEBAGAI SYIFA' PADA HATI MANUSIA

##### A. Penyakit- penyakit Psikopat dalam penafsiran al-Quran

Psikopat atau sakit mental adalah sakit yang tampak dalam bentuk perilaku dan fungsi kejiwaan yang tidak stabil. Istilah psikopat ini mengacu pada sebuah sindrom yang luas, yang meliputi ketidaknormalan indera, kognisi, dan emosi. Studi tentang psikopat paling tidak dapat betolak dari tiga asumsi yang masing-masing memiliki aplikasi psikologis yang berbeda-beda. Pertama, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam keadaan sakit, kecuali dalam kondisi tertentu ia dinyatakan sehat. Kedua, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam keadaan netral. Ketiga, pada dasarnya jiwa manusia itu dilahirkan dalam keadaan sehat, kecuali dalam kondisi tertentu ia dinyatakan sakit<sup>1</sup>. Seperti dalam surah Al-Hajj ayat 53 :

يَذَرُهَا يَذْرِفُ هِيَ يَذْرِفُ هِيَ يَذْرِفُ هِيَ

Artinya : “Agar Dia menjadikan apa yang dimasukkan oleh syaitan itu, sebagai cobaan bagi orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit dan yang kasar hatinya. Dan sesungguhnya orang-orang yang zalim itu, benar-benar dalam permusuhan yang sangat jauh“

Maksud dari ayat diatas yaitu keraguan, kemusyrikan, kekufuran dan kemunafikan. Seperti kaum musyrikin bergembira dan meyakini bahwa ayat itu benar, padahal ia dari setan. Ibnu Juraij berkata tentang ayat ( يَذْرِفُ هِيَ ),

---

<sup>1</sup>Taufiq. *Panduan Lengkap dan Praktis : Psikologi Islam* (Jakarta : Gema Insan Press, 2006), 35

yaitu mereka kaum munafik. ( كذابين ) Maksudnya yaitu mereka kaum musyrikin<sup>2</sup>.

Sedangkan firman Allah ( كاذبين ) yaitu mereka berada dalam kesesatan, perbedaan, pembangkangan yang serius terhadap kebenaran. Dalam surah al-hajj diatas, kita dapat memahami bahwa psikopat dalam islam adalah perilaku bathiniyah yang tercela, yang timbul akibat menyimpang (*inkhiraf*) terhadap pergaulan, baik itu ketuhanan (*ilahiyah*) maupun kemanusiaan (*insaniyah*). Akhlak tercela disebut dengan psikopat, sebab hal tersebut mengakibatkan dosa<sup>3</sup>.

Ibnu Qayyim Al-jauziyah mengatakan bahwa ada lima macam yang menyebabkan psikopat yaitu :

1. Banyak campur tangan dengan urusan orang lain yang dapat menimbulkan perpecahan dan perselisihan
2. Berangan-angan dengan sesuatu yang tidak mungkin terjadi, sehingga menimbulkan kemalasan dan bisikan-bisikan jahat
3. Bergantung dengan selain Allah
4. Makan yang berlebihan, terlebih makanan yang haram
5. Banyaknya tidur, sehingga menyia-nyiakan waktu

Hati merupakan salah satu organ tubuh manusia yang paling penting. Dalam istilah bahasa Arab dikenal dengan *Qalbu*. Sedangkan penyakit hati adalah gangguan atau penyakit yang berada dalam hati atau perasaan seseorang.

---

<sup>2</sup>Ibnu Katsir penerjemah, Arif Rahman Hakim, Syahirul Alim, Muhammad Zaini, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 7* (Surakarta : Insan Kamil, 2015), 160

<sup>3</sup> Djalaludin Ancok & Nashori Suroso, *Psikologi Islam: Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2011), 45

Penyakit hati sungguh berbahaya karena mempunyai dampak yang buruk di antaranya :

- Menimbulkan dosa
- Dapat mendatangkan azab
- Merugikan orang lain
- Kadang juga bisa membuat fisik sendiri sakit

Psikopat dalam Islam dapat dibagi menjadi dua kategori. Pertama, bersifat *duniawi*. Macam-macam psikopat dalam kategori ini berupa gejala-gejala atau penyakit kejiwaan yang telah dirumuskan dalam wacana psikologi kontemporer. Kedua, bersifat *ukhrawi*, berupa penyakit akibat penyimpangan terhadap norma-norma atau nilai-nilai, spiritual dan agama<sup>4</sup>.

Model psikopat yang pertama memiliki banyak kategori. Hal itu disebabkan oleh perspektif masing-masing psikolog berbeda-beda. Dalam waktu tiga kurun ini, setidaknya ditemukan empat perspektif dalam memperhatikan psikopat.

Diantara Penyakit-penyakit itu yang Allah sebutkan dalam al-Quran yaitu :

1. Menyekutukan Allah (*syirik*)

Syirik secara bahasa diartikan sebagai “menyekutukan Allah”. Sedangkan menurut arti psikologis adalah kepercayaan, dan sikap. Gejala penyakit ini penderita telah mempercayai bahwa Allah swt adalah tuhan, namun amal

---

<sup>4</sup>Nawawi. *Metodologi Psikologis Islam* ( Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000), 50

perbuatannya diorientasikan bukan untuk-Nya, seperti kepercayaannya kepada makhluk halus, dan lain-lainya<sup>5</sup>.

Hampir semua bentuk penyakit psikopat dalam perspektif Islam bermuara pada syirik, karena ia menjadi sumber penganiayaan diri yang berat, sumber rasa takut, sumber dari segala kesesatan, dan dosa yang tidak terampuni, padahal dosa merupakan konflik bathin. Seperti halnya firman Allah dalam surah An-nisa 48 :

ﻱ ﻧﯩﺸﺪ ﻫﻒ ﺩ ﻱ ﻩﻭﻱ ﻱ ﻱ ﻉ

Artinya : “Sesungguhnya Allah tidak akan mengampuni dosa syirik, dan Dia mengampuni segala dosa yang selain dari (syirik) itu, bagi siapa yang dikehendaki-Nya. Barangsiapa yang mempersekutukan Allah, maka sungguh ia telah berbuat dosa yang besar”.

Sesungguhnya Allah tidak akan mengampuni dosa syirik, yakni Allah tidak mengampuni hamba yang menghadap kepada-Nya dalam keadaan mensekutukan-Nya<sup>6</sup>. Dia mengampuni segala dosa yang selain dari (syirik) itu, yakni dosa-dosa selain itu. “Bagi siapa yang dikehendaki-Nya” dari hamba-hamba-Nya.

Rasulullah juga memperingatkan agar kita jangan sampai terperosok ke dalam tujuh macam perbuatan dosa yang menghancurkan terutama perbuatan menduakan Allah. Sebab, syirik adalah dosa yang paling besar, dan perbuatan syirik ibarat menghina Allah. Apabila seseorang itu menjadikan Tuhan selain Allah, berarti ia menganggap Allah itu lemah<sup>7</sup>.

<sup>5</sup> Abu Ahmadi, *Dosa dalam Islam* (Jakarta : Rineka Cipta, 1996), 28

<sup>6</sup>Tafsir Ibnu Katsir penerjemah, Arif Rahman Hakim, Syahirul Alim, Muhammad Zaini. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3* (Surakarta : Insan Kamil, 2015), 870

<sup>7</sup>Maulana Muhammad Ali, *Islamologi* (Jakarta : Darul Kutubi Islamiyah, 1976), 150

Pada dasarnya Islam mengajak kepada ajaran tauhid dan menolak pensifatan terhadap Tuhan sebagai seorang bapak atau anak. Seperti dalam Surah Al-Ikhlâs ayat 1-4 :

هو هاء  
ها هاء  
ي ياء  
ي ياء

Artinya :

1. Katakanlah: "Dialah Allah, Yang Maha Esa
2. Allah adalah Tuhan yang bergantung kepada-Nya segala sesuatu
3. Dia tiada beranak dan tidak pula diperanakkan
4. Dan tidak ada seorangpun yang setara dengan Dia

Imam Ahmad meriwayatkan dari Abul Aliyah dari Ubay bin Ka'ab, bahwa orang-orang musyrik pernah berkata kepada Nabi Muhammad saw "Wahai Muhammad, terangkanlah kepada kami nasab Rabb-mu". Maka Allah menurunkan firman-Nya.

Demikian pula yang diriwayatkan oleh At-Tarmizi dan Ibnu Jarir dari Ahmad bin Mani'. Ibnu Jarir dan Mahmudd bin Khadasy menambahkan dan At-Tarmizi berkata tentang ayat ﴿﴾ Beliau berkata "adalah zat yang tidak beranak dan tidak pula diperanakkan. Karena tidaklah sesuatu itu diperanakkan melainkan

pasti akan mati, dan tidaklah sesuatu itu mati kecuali akan mewariskan. Sedangkan Allah tidak akan pernah mati dan tidak pula mewariskan”<sup>8</sup>.

Allah berfirman *لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ* yakni, tidak ada yang serupa dan tidak ada pula yang sebanding dengan-Nya. Tidak ada sesuatu pun yang menyamai-Nya. Diriwayatkan pula oleh At-Tarmizi dari Abdun Bin Humaid dari Abdullah bin Musa dari Abu ja’far dari Abu Ar-rabi’ dari Abul Aliyah. Lalu dia menyebutkan kepada kami, dan ini lebih shahih dari hadis Abu Sa’id.

Ayat tersebut mengambil suatu pengertian, hanyalah Allah yang memiliki langit dan bumi. Allah tidak beranak dan tiada yang menyamai-Nya dalam kekuasaan-Nya. Allah sudah menciptakan sesuatu dengan cermat dan teliti, sehingga semua makhluk dibekali dengan kemampuan agar dapat menjalankan fungsinya masing-masing. Tetapi walau demikian orang-orang musyrik masih saja menyembah selain Allah yang terdiri dari berhala-berhala, berbagai binatang, hewan, bahkan manusia. Padahal semua yang disembah ini tidaklah mampu berbuat apapun lantaran semuanya adalah makhluk Allah. Mereka takkan mampu menolak datangnya bahaya yang menimpa dirinya, dan tidak mampu menghidupkan orang yang telah mati dari kuburnyaa. Setiap sesuatu tidak memiliki sifat-sifat yang telah tersebut, maka tidaklah berhak untuk disembah.

Sebagian umat muslim ada pula yang menjadikan pemuka agama sederajat dengan Tuhan. Mereka percaya bahwa para pemimpin dan pemuka agama itu mampu menciptakan kecelakaan dan mampu membuat kebaikan. Lebih dari itu,

---

<sup>8</sup> Tafsir Ibnu Katsir penerjemah, Arif Rahman Hakim, Syahirul Alim, Muhammad Zaini . *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 10*( Surakarta : Insan Kamil, 2015), 870



mereka memiliki hak pengampunan dosa dan memberi berkat. Mereka juga diberi hak membuat undang-undang walaupun pada hakikatnya bertentangan dengan syari'at Islam. Karenanya, Islam mengajak kepada mereka agar membebaskan diri mereka dari genggamannya kekuasaan para pemimpin agama tersebut<sup>9</sup>.

## 2. Munafik

Pengertian nifak atau munafik adalah lawan kata “terus terang” atau “terang-terangan”. Dengan kata lain nifak berarti “menampakkan sesuatu yang bertentangan dengan apa yang terkandung dalam hati”. Nifak ini mempunyai dua bagian :

- a. bertalian dengan masalah akidah inilah yang paling membahayakan.
- b. bertalian dengan perkataan atau perbuatan, dan untuk masalah kedua ini lebih ringan dosanya dibanding yang pertama. Didalam al-Quran sering kali membicarakan masalah nifak yang bertalian dengan akidah, atau seseorang menampakkan iman, tetapi didalam hatinya sebenarnya kufur (mengingkari)<sup>10</sup>.

Menurut Ibnu Katsir, nifak adalah memperlihatkan kebaikan serta menyembunyikan kejelekannya. Sedangkan Ibnu Juraij berkata bahwa orang munafik ialah yang mana perkataannya berlawanan dengan apa yang ia kerjakan.

Ciri-ciri khusus orang-orang munafik telah dijelaskan oleh Allah ialah kaum yang suka menimbulkan kerusakan dan gemar melakukan kejahatan, serta suka

---

<sup>9</sup>Nawawi. *Metodologi...*, 67

<sup>10</sup>Harun Nasution, *Islam di Tinjau dari Berbagai Aspeknya* (Jakarta : Universitas Indonesia, 2001), 46

menimbulkan malapetaka. Allah telah memperingatkan kita agar mawas diri terhadap orang-orang munafik. Dalam surah An-nisa ayat 138-139 :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا تَتَّبِعُوْا الصّٰفِيْهٖنَّ ۚ  
 هُنَّ يَدْعُوْنَ اِلَى الْكُفْرِ وَيَكْفُرْنَ وَلٰكِنۡ كَثِيْرٌ مِّنْهُنَّ  
 لَيُخْفِيْنَ عَلَيْكُمۡ ۗ اِنَّ الصّٰفِيْهٖنَّ هُنَّ اَكْثَرُ  
 مِمۡ يَدْعُوْنَ اِلَى الْكُفْرِ وَلٰكِنۡ اَكْثَرُ  
 عَلَيْهِمْ عَذَابٌ اَلِيْمٌ

Artinya : 138.”Kabarkanlah kepada orang-orang munafik bahwa mereka akan mendapat siksaan yang pedih”

139. “(yaitu) orang-orang yang mengambil orang-orang kafir menjadi teman-teman penolong dengan meninggalkan orang-orang mukmin. Apakah mereka mencari kekuatan di sisi orang kafir itu? Maka sesungguhnya semua kekuatan kepunyaan Allah”.

140. “Dan sungguh Allah telah menurunkan kekuatan kepada kamu di dalam al-Quran bahwa apabila kamu mendengar ayat-ayat Allah diingkari dan diperolok-olokkan (oleh orang-orang kafir), maka janganlah kamu duduk beserta mereka, sehingga mereka memasuki pembicaraan yang lain. Karena sesungguhnya (kalau kamu berbuat demikian), tentulah kamu serupa dengan mereka. Sesungguhnya Allah akan mengumpulkan semua orang-orang munafik dan orang-orang kafir di dalam Jahannam”.

Orang-orang munafik dapat digolongkan sebagai pengkhianat. Sebab, sangat banyak bangsa-bangsa yang dirugikan oleh sikap mereka yang khianat. Karenanya sangat wajar bila mereka mendapat hukuman dan tindakan keras.

Kemudian Allah berfirman yakni orang-orang munafik dengan sifat diatas, mereka beriman kemudian kafir, lalu Allah mengunci mati hati mereka rapat-rapat, kemudian Allah menyifati mereka bahwa mereka mengangkat orang-orang kafir sebgai penolong selain orang-orang mukmin. Artinya, orang-orang munafik itu sejatinya bersama orang-orang kafir, mereka loyal kepada orang-orang kafir

dan merahasiakan kasih sayang kepada orang-orang kafir. Bila orang-orang munafik itu bertemu dengan orang-orang kafir, maka berkata, “sesungguhnya kami bersama kalian, kami hanya memperolok-olok orang-orang beriman”.

Ayat 140, yakni bila kamu melanggar larangan setelah kamu mengetahuinya dan kamu rela duduk bersama mereka di tempat dimana ayat-ayat Allah dikufuri, dihina dan di perolok-olok di sana, kamu mendiamkan hal itu, maka kalian ikut berserikat bersama mereka dalam apa yang mereka lakukan. Dan sebagaimana mereka adalah kekufuran, maka Allah mengumpulkan mereka dalam neraka jahanam dengan kekekalan selama-lamanya. Allah menyatukan mereka di tempat hukuman dan siksa, belenggu dan rantai, minuman dari air mendidih dan *Ghislin* (bukan air dingin yang segar)<sup>11</sup>.

Sikap nifak juga mendorong seseorang untuk bertindak rendah atau tak bermoral seperti riya, menipu, khianat, bohong dan lain sebagainya. Semua perbuatan itu merusak. Orang-orang munafik mereka selalu berbuat jelek dan berpaling dari perbuatan baik. Perbuatan nifak ini adalah perbuatan kotor didalam kehidupan sosial. Sebagai dampaknya, maka akan lahir sikap saling tidak percaya terhadap masyarakat.

Dalam Islam terdapat 3 ciri-ciri orang munafik seperti yang disampaikan oleh baginda Rasulullah SAW dalam sabdanya yang berbunyi.

بِه ي د د ه ه ه ه - لآ ي

---

<sup>11</sup>Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3...*, 654

Artinya : “ Dari Abu Hurairah, bahwa Nabi SAW bersabda, Tanda-tanda orang munafik ada tiga: jika berbicara dia berdusta, jika berjanji dia mengingkari, dan jika diberi amanah dia berkhianat ”. (HR. Al- Bukhari)

Hadis diatas diriwayataakan Imam Bukhari Didalam kitab Al-Iman nomor 33 dalam bab berjudul *Babu Alamati Munafiq*. Hadis tersebut, menurut segolongan ulama sangat sulit dianalisa maknanya. Sebab, sifat-sifat yang dituturkan Rasulullah ternyata ada juga dikalangan umat Islam yang beriman kepada Allah.

Akhirnya para ulama sepakat pada suatu kesimpulan bahwa siapa saja yang lisan dan hatinya beriman kepada Allah, kemudian melakukan hal tersebut, maka ia tidak dihukum sebagai orang kafir atau munafik. Tidak selamanya sabagai penghuni neraka. Allah telah membuat suatu perumpamaan didalam al-Quran mengenai sikap seorang munafik dengan seseorang yang telah berjanji mengeluarkan zakat apabila ia kaya. Tetapi setelah Allah memberikan kekayaan, ia tidak mau membayar zakatnya. Akhirnya ia tergelincir menjadi orang-orang yang merugi<sup>12</sup>.

### 3. Rasa dengki atau iri

Rasa dengki merupakan emosi yang melekat dalam diri kebanyakan manusia. Rasa dengki dapat dibagi dua jenis. Pertama, rasa dengki melihat orang lain mendapat nikmat lebih baik daripada dirinya. Ia kemudian berharap bisa menjadi orang tersebut, tetapi ia juga berharap kenikmatan yang telah di raih seseorang segera musnah. Kedengkian ini merupakan hal yang tercela. Kedua, merasa dengki melihat orang lain mendapat nikmat yang lebih dari dirinya. Ia beraharap

---

<sup>12</sup>Hawwa, *Al-Islam* ( jakarta : Gema Insani, 2004 ), 25

dapat menjadi orang tersebut, tetapi ia tidak berharap kenikmatan pada seseorang itu musnah. Kedengkian itu disitilahkan dengan (*ghibtah*). Rasa dengki seperti ini terpuji. Seperti surah Annisa ayat 32 :

صِدِّيقِ                      يَمِيمِ                      لَدِيْقِ                      هَيَّيْعِ  
 هَمْنَفْضَلِه                      هِمْ                      هِمْ

Artinya : “Dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang dikaruniakan Allah kepada sebahagian kamu lebih banyak dari sebahagian yang lain. (Karena) bagi orang laki-laki ada bahagian dari pada apa yang mereka usahakan, dan bagi para wanita (pun) ada bahagian dari apa yang mereka usahakan, dan mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui segala sesuatu”.

Imam Ahmad meriwayatkan: Sufyan menuturkan kepada kami, dari Ibnu Abi Najih, dari Mujahid, berkata Ummu Salamah berkata, “Wahai Rasulullah, kaum laki-laki berperang tetapi kamu tidak, kami juga hanya mendapatkan setengah warisan laki-laki”. Maka Allah menurunkan ayat ini. Di riwayatkan oleh At-Tarmizi dari Ibnu Abi Umar, dari Sufyan, dari Ibnu Abi Najih, dari Mujahid, dari Ummu Salamah, ia berkata, aku berkata “Wahai Rasulullah,..” ia berkata, gharib<sup>13</sup>.

As-Suddi berkata tentang firman Allah ( هَيَّيْعِ لَدِيْقِ ), kaum laki-laki berkata, “kami ingin pahala dua kali lipat pahala wanita, sebagaimana kami mendapatkan dua bagian warisan”. Kaum wanita berkata “Kami ingin pahala yang sama dengan laki-laki yang syahid, kami tidak mampu berperang, kalau perang ditetapkan atas kami maka kami akan berperang”. Allah menolak

<sup>13</sup>Abdul Rahman Abdul Khalid, *Garis Pemisah Antara Kufur dan Iman* (Jakarta : Bumi Aksara, 1996), 88

semua itu dan Dia berfirman kepada mereka, “ Mintalah karunia-ku dan bukan kesenangan dunia”. Hal senada di riwayatkan dari Qatadah.

#### 4. Riya’

Riya’ dalam masalah peribadatan berarti syirik kecil. Pengertiannya ialah seseorang melakukan ibadah tetapi bukan karena Allah melainkan karena pamer. Seperti halnya memamerkan diri agar orang lain melihat ketakwaan pada dirinya, sehingga orang-orang tersebut mau memberi harta atau kedudukan dan pangkat. Siapa saja yang melakukan riya, maka ibadahnya tak akan diterima oleh Allah, dan pelakunya termasuk orang tercela di sisi-Nya. Hal ini disebabkan karena Allah tidak akan menerima amal seseorang kecuali dilakukan secara ikhlas<sup>14</sup>.

Seseorang yang melakukan riya berarti tidak mampu merealisasikan dirinya dengan baik. Demikian juga secara psikologis, riya termasuk psikopat, karena pelakunya berbuat sesuatu hanya untuk mencari muka, tanpa memperhitungkan produktivitas dan kualitas amaliahnya. Pelaku riya bekerja dengan baik apabila diawasi dan diperhatikan. Jika tidak, ia akan mengabaikan tugasnya. Riya sering bersemayam pada jiwa yang labil, karena belum memiliki keyakinan dan keimanan yang kuat. Dalam kegiatannya dia tidak memfokuskan pada zat yang Maha Mutlak. Dengan riya kepribadian seseorang akan menjadi pecah (*split personality*), bermuka dua (*bypocrisy*), dan mengganggu stabilitas pelakunya. Dalil mengenai riya dalam surah Al-Maun ayat 4-6 :

---

<sup>14</sup> A. Mudjab Mahalli, *Ranjau-Ranjau Setan*(Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2001), 132

يا ( )

ينهم ( ) هم هـ

ينهم ( )

- Artinya :
4. Maka kecelakaanlah bagi orang-orang yang shalat
  5. (yaitu) orang-orang yang lalai dari shalatnya
  6. orang-orang yang berbuat riya

Ibnu Abbas mengatakan “yakni orang-orang munafik yang mengerjakan shalat dihadapan orang banyak, sedangkan tidak melaksanakannya jikalau sendirian”. Yakni mereka orang-orang yang shalat, hanya saja mereka lalai dari shalat tersebut. Lalai dari mengerjakannya secara keseluruhan seperti yang dikemukakan oleh Ibnu Abbas, maupun lalai mengerjakannya pada waktu ditentukan syariat.

Ayat ke 5, baik itu lalai dari permulaan waktunya sehingga mereka menangguhkannya hingga akhir waktu shalat secara terus menerus ataupun jarang-jarang. Atau, lalai dari melaksanakannya dengan rukun-rukun dan syarat-syarat sesuai yang diperintahkan. Atau, lalai dari kekhusyuan dalam melaksanakannya serta mentadaburi makna-maknanya<sup>15</sup>.

Ayat ke 6, Imam Ahmad meriwayatkan dari Amru bin Murrah, ia berkata, “kami pernah duduk-duduk di sisi Abu Ubaidah, lalu mereka menyebut-nyebut perihal riya’. Kemudian seseorang yang berkunyah Abu Yazid berkata, “aku pernah mendengar Abdullah bin Amru berkata, Rasulullah bersabda, ”Barangsiapa memperdengarkan amal perbuatannya kepada manusia, maka Allah

<sup>15</sup>Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 10...*, 832

akan memperdengarkannya kepada makhluk-Nya yang mendengar, dan dia akan menganggapnya remeh dan menghinakannya”.

Riya' bisa beraneka bentuk. Terkadang ia datang dengan jelas dan kadang tersembunyi. Riya' secara terang-terangan adalah bentuk terburuk, yang membisikkan kepada pelakunya, lakukan amal ini hingga manusia melihatmu<sup>16</sup>. Namun ada juga riya' yang lebih samar dari ini yang bentuknya lebih menakutkan. Ia merasakan kelelahan karena ibadah. Kelelahan yang dibuat-buat, bukan sebenarnya. Dia mengatakan “Aku lelah. Aku begadang semalaman melakukan shalat lail”.

Menurut Al-Hafidz Imam Ibnu Hajar al-Asqalani didalam kitabnya Fathul Baari berkata “Riya' adalah menampakkan ibadah dengan tujuan dilihat oleh manusia, lalu mereka memuji pelaku amalan itu”. Sedangkan menurut Imam Al-Ghazali, riya' adalah mencari kedudukan pada hati manusia dengan memperlihatkan kepada mereka hal-hal kebaikan.

##### 5. Zalim

Menurut pengertian syara' zalim berarti melwati batas kebenaran dan cenderung dengan kebatilan. Ada yang mengatakan bahwa zalim adalah menguasai hak milik orang lain dan melewati undang-undang illahi. Orang-orang yang zalim adalah orang-orang yang menghambat seseorang untuk memperoleh haknya, dan orang yang merampas hak orang lain.

---

<sup>16</sup> Amru Khalid, *Hati Sebening Mata Air*(Solo :Aqwam, 2013), 52



Zalim adalah penyakit yang berkaitan dengan masyarakat. Karenanya harus segera diberantas begitu kezaliman tampak di permukaan. Apabila tidak segera diberantas, maka bahayanya akan mengancam seluruh masyarakat<sup>17</sup>.

Zalim adalah menempatkan sesuatu bukan pada tempatnya. Melakukan perbuatan yang dapat merugikan atau mencelakakan orang lain juga termasuk dalam kategori zalim. Di akhirat kelak orang-orang yang berbuat zalim hatinya dalam keadaan kosong melompat ibarat benda tanpa isi dan mata mereka terbelalak tidak berkedip. Seperti surah Ibrahim ayat 42-43 :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا تَتَّبِعُوْا اٰيَاتِ الْكٰفِرِيْنَ ۗ اِنَّهُمْ اَبْرٰهِيْمَ الَّذِيْ هُوَ يَدْعُوْا بِنَدْوٰىۙ  
 اِنَّ اٰلِهٰتَهُمْ كَالْاَشْجٰرِ الْيٰسِفٰلِۙ اَلَمْ يَجْعَلْ لِّلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا اٰيٰتًا لِّتَذَكَّرُوْا ۗ

Artinya : 42.”Dan janganlah sekali-kali kamu (Muhammad) mengira, bahwa Allah lalai dari apa yang diperbuat oleh orang-orang yang zalim. Sesungguhnya Allah memberi tangguh kepada mereka sampai hari yang pada waktu itu mata (mereka) terbelalak”.

43. “Mereka datang bergegas-gegas memenuhi panggilan dengan mangangkat kepalanya, sedang mata mereka tidak berkedip-kedip dan hati mereka kosong”.

Ayat diatas menerangkan bahwa bukan berarti orang-orang berbuat sewenang-wenang (*zalim*) itu tidak akan memperoleh balasan siksa dari Allah. Allah sengaja menangguhkan dosanya itu didunia dan kelak diakhirat ia akan memperoleh siksaan yang teramat pedih. Ayat tersebut juga menjelaskan keadaan orang yang zalim, dimana keadannya sangat mengganaskan, karena sebelum azab

---

<sup>17</sup>Amru Khalid, *Hati...*, 62

ditimpakan kepada mereka, mereka memenuhi panggilan Allah dalam keadaan kepala tertengadah ke atas dengan mata terbelalak serta hati mereka kosong<sup>18</sup>.

#### 6. Bakhil atau Kikir

Bakhil atau pelit ialah sifat tercela yang ditimbulkan dari sifat egoisme yang keterlaluan. Orang yang karakternya demikian, mempunyai hati yang keras, tidak mempunyai rasa belas kasihan dan tidak berperikemanusiaan. Penyakit bakhil akan mengabitkan malapetaka yang besar terhadap suatu masyarakat. Penyakit ini bisa menanamkan rasa dengki dan iri hati dalam jiwa orang-orang fakir miskin terhadap orang-orang kaya yang bakhil, dan berusaha mencari jalan untuk menghancurkan harta kekayaan mereka.

Kebanyakan, revolusi-revolusi berdarah disepanjang sejarah, bersumber dari kekikiran orang-orang kaya yang mengeksploitasi harta kekayaan masyarakat. Mereka menggunakan harta yang diperoleh dari masyarakatnya untuk berfoya-foya dan memuaskan nafsu syahwatnya. Sedangkan fakir miskin yang berada disekitarnya dalam keadaan kelaparan dan membutuhkan sesuap nasi untuk mempertahankan hidup mereka.

Walaupun seseorang melakukan perbuatan zhalim terhadap orang lain, dia sebenarnya telah melakukan kezaliman terhadap dirinya sendiri. Kemungkinan orang yang di zalimi lemah, dan tidak berdaya untuk membalas, tetapi Allah pasti membalas kezaliman yang dilakukan. Sekalipun orang Islam menzalimi orang selain Islam. Diantara perbuatan zalim terhadap diri sendiri adalah :

---

<sup>18</sup>Rafi'udin dan Maman Abd. Djaliel, *Jembatan Menuju Surga dan Neraka*(Bandung : Pustak Setia, 1998), 86

1. Syirik Terhadap Allah
2. Tidak mensyukuri nikmat Allah
3. Tidak menafkahkan sebagian harta di jalan Allah
4. Meninggalkan Zikrullah

Kezaliman termasuk penyakit hati. Adapun keadilan merupakan tand kesehatan. Imam Ahmad ibn Hambal berkata” Jika hati sehat, sengkau tidak perlu takut pada siapapun”. Maksudnya, rasa takut pada ciptaan Allah menandakan adanya penyakit dalam hati. Misal syirik dan dosa.

Bakhil atau Kikir yakni artinya terlalu pelit suatu penyakit hati karena terlalu cinta pada harta sehingga tidak mau bersedekah . Tidak mau mengeluarkan hartanya, padahal itu wajib<sup>19</sup>. Seperti dalam surah Ali-Imran ayat 180 :

لَا يُلَاقِيهِمْ فِي سَعْيِهِمْ مَوْلَا وَلَا سُلْبًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ  
 ( ) يَوْمَ الْقِيَامَةِ

Artinya : “Sekali-kali janganlah orang-orang yang bakhil dengan harta yang Allah berikan kepada mereka dari karunia-Nya menyangka, bahwa kebakhilan itu baik bagi mereka. Sebenarnya kebakhilan itu adalah buruk bagi mereka. Harta yang mereka bakhilkan itu akan dikalungkan kelak di lehernya di hari kiamat. Dan kepunyaan Allah-lah segala warisan (yang ada) di langit dan di bumi. Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Maknanya janganlah orang yang kikir itu mengira bahwa harta yang ia kumpulkan bermanfaat baginya. Tidak, sebaliknya ia membahayakan agamanya,

<sup>19</sup> Imam Al-Ghazali, *Bahaya Penyakit Hati* (Surabaya : Tiga Dua, 1994), 35

dan bisa pula dunianya. Kemudian Allah mengabarkan bagaimana harta mereka kelak di alam akhirat, dia berfirman, ( ﴿ ۙ ﴾)<sup>20</sup>.

Zalimnya seseorang terhadap orang lain tidak terbatas pada beberapa perilaku saja. Setiap perilaku yang mengganggu kepentingan orang lain atau lalai dalam memberikan hak mereka, maka perilaku tersebut disebut zalim, baik melalui ucapan maupun perbuatan.

Agama Islam menganggap harta yang berada dalam pangkuan manusia ialah harta milik Allah yang dianugerahkan oleh-Nya kepada mereka. Padahal segala harta yang kita miliki adalah milik Allah, dan akan kembali pula pada Allah.

### **B. Pengaruh Zikir Untuk Menentramkan Penyakit Psikopat**

Zikir memegang peranan yang sangat penting dalam proses “penyucian jiwa atau *tazkiyat al-nafs*”. Pengaruh yang timbul dari berzikir secara konstan ini akan mampu mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan. Seseorang yang melupakan zikir atau lupa kepada Allah, kadang-kadang tanpa sadar dapat saja berbuat maksiat. Namun manakala ingat kepada Tuhan kemudian mengucapkan zikir, kesadaran sebagai hamba Tuhan akan segera muncul kembali<sup>21</sup>.

Fungsi zikir sebagai alat *tazkiyat al-nafs* dalam rangka mengembalikan potensi ruhaniyah pada diri manusia yang terhalang atau hilang akibat dari sifat-sifat tercela, dikarenakan selalu mengikuti kehendak nafsu. Seperti Al-Ghazali menyebut sifat-sifat tercela yang dimaksud meliputi iri hati, dengki dan benci, sombong, pengumpat, marah, pendusta, ingkar janji, dan sebagainya.

---

<sup>20</sup>Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3...*, 645

<sup>21</sup>Safrilsyah, *Psikologi Ibadah dalam Islam* (Banda Aceh : Ar-Raniry Press, 2013), 149

Sifat-sifat itulah yang sebenarnya mendominasi pemikiran dan tingkah laku seseorang, yang muaranya melakukan berbagai halnya penyimpangan. Zikir yang diamalkan seorang muslim secara terus-menerus dan tidak terputus akan menjadi tenaga inovatif dalam diri individu yang sedang menghadapi penyakit hati, penyakit mental dan gangguan mental. Dengan berzikir, seorang muslim akan berdampingan dan dekat dengan Tuhannya.

Dalam dunia kuno, sifat manusia dipandang sebagai manifestasi dari jiwa atau psikis (*psyche*). Persoalan-persoalan manusia dengan demikian secara mendasar dipandang bersifat spiritual, menjadi berpikir tentang psikopatologi secara harfiah berarti “penyakit kejiwaan”, dan diagnosis penyembuhannya atau psikoterapi merupakan urusan menteri agama yang menangani bukan hanya masalah penyembuhan, tetapi juga dalam memerangi dosa yang diderita oleh jiwa manusia<sup>22</sup>.

Menurut al-Thabathabai, zikir mempunyai keajaiban dalam kehidupan manusia yang menurutnya sudah sempit. Maksud kehidupan sempit yaitu :

1. Kehidupan dunia, yaitu kehidupan seseorang yang hatinya diliputi rasa keresahan, kesedihan, dan kegoncangan serta ketakutan disebabkan adanya kejadian-kejadian yang menimpa seperti sakit, iri hati, dan kematian
2. Kehidupan setelah mati, yaitu adanya siksa kubur yang mencelakakan alam barzah

---

<sup>22</sup> Helen Graham, penerjemah Achmad Chusairi dan Ilham Nur Alfian, *Psikologi Humanistik*(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 77

3. Kehidupan di akhirat, yaitu adanya siksa sebelum masuk neraka disebabkan hatinya buta.

Zikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas zikir dapat mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Zikir juga mengingatkan seseorang hamba bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah swt. Sehingga zikir mampu memberi sugesti untuk kesembuhannya. Melakukan zikir sama nilainya dengan terapi rileksasi (*relaxation therapy*), yaitu suatu bentuk terapi dengan menekankan upaya mengantarkan pasien bagaimana cara ia harus beristirahat melalui pengurangan psikologis.

Dipandang dari sudut kesehatan jiwa, zikir mengandung unsur *psikoterapeutik* yang mendalam. *Pasikoreligius* ini tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan psikoterapi psikiatrik, karena ia mengandung kekuatan spiritual atau kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme (harapan kesembuhan). Dua hal ini amat penting bagi penyembuhan suatu penyakit di samping obat-obatan dan tindakan medis lainnya bagi kejiwaan. Dari segi hipnotis, yang menjadi landasan dasar teknik terapi sakit jiwa. Bila zikir itu dilakukan dengan sungguh-sungguh, maka pengaruhnya sangat jelas bagi perubahan jiwa dan badan manusia yang menderita penyakit<sup>23</sup>.

Dengan agama telah tergantikan oleh sains, jiwa digantikan dengan pikiran, yang akan memberi jalan bagi fungsi otak, kemudian psikopat dipandang

---

<sup>23</sup>Abdul Halim Mahmud, *Terapi Dengan Dzikir Mengusir Kegelisahan & Merengkuh Ketenangan Jiwa* (Jakarta : PT. Mizan Publika, 2004), 63

sebagai “penyakit mental”, dan psikoterapi penanganannya, menjadi bagian dari ilmu “otak”. Dengan kata lain, pribadi-pribadi dianggap sakit secara mental, dan diperlakukan demikian bukan karena penyakit-penyakit fisik, melainkan mereka telah berdosa dengan tidak menyesuaikan diri dengan norma masyarakat. Seperti dalam surah Al-ankabut ayat 45 :

( )      ﻫﻴﻊ      ﺔ      ﻫﻠﻌﺪ      ﻳﻲﻙ

Artinya :”Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (al-Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan”.

Para ulama menafsirkan “ dan sesungguhnya zikir itu lebih besar “ dengan beberapa intrepertasi sebagai berikut :

1. Sesungguhnya zikir kepada Allah lebih besar dari segala sesuatu, zikir adalah taat yang paling utama. Arti taat disini adalah menegakkan zikir kepada-Nya, sedang zikir adalah ketaatan dan daya ketaatan itu sendiri<sup>24</sup>.
2. Sesungguhnya jika kamu sekalian, kaum muslimin ingat kepada-Nya, maka Allah pun akan ingat kepadamu, sedangkan zikir Allah kepadamu lebih besar dari pada zikir kamu kepada-Nya.
3. Sesungguhnya zikir kepada Allah adalah lebih besar dari pada tetapnya kemungkarannya. Bahkan jika zikir dibaca secara sempurna, ia akan dapat menghilangkan segala kesalahan dan maksiat.

---

<sup>24</sup>Netty Hartati, *Islam dan Psikologi...*, 97

4. Sesungguhnya amal shaleh, bila ingin diterima oleh Allah, harus diakhiri dengan zikir, jika tidak diakhiri dengan zikir dan pujian maka amal itu akan sia-sia belaka.

Dengan demikian, manakala seseorang berzikir kepada Allah, dengan tasbih, tahlil, takbir atau berzikir dalam keadaan shalat, berdoa, membaca al-Quran, maka Allah juga akan ingat kepadanya dengan zikir yang lebih besar dari pada zikir yang mereka lakukan kepada Allah. Allah pun akan membanggakan itu kepada para malaikat, maka turunlah hidayah rahmat, dan maghfirah kepada sang dzakir. Ia akan di beri keistimewaan sepanjang hidupnya dan menjadi orang pilihan hingga pada hari kiamat. Dengan zikir pula, hati dapat menjadikan hati mengkilap, menjadi bersih dari kotoran.

### C. Objek Psikoterapi menurut al-Quran

Dalam ajaran Islam, selain diupayakan adanya psikoterapi *duniawi*, juga terdapat psikoterapi *ukhrawi*. Psikoterapi *ukhrawi* merupakan petunjuk (*hidayah*) dan anugerah (*wahbah*) dari Allah swt. Sedangkan psikoterapi *duniawi* merupakan hasil ijtihad manusia, berupa teknik-teknik pengobatan kejiwaan yang didasarkan oleh kaidah-kaidah *insaniyah*<sup>25</sup>.

Al-Quran dianggap sebagai terapi yang pertama dan utama, sebab didalamnya memuat resep-resep mujarab yang dapat menyembuhkan penyakit jiwa manusia. Tingkat kemujarabannya sangat tergantung seberapa jauh tingkat keimanan pasien. Sugesti yang dimaksud membaca, mendengar, memahami, serta melaksanakan isi kandungannya.

---

<sup>25</sup>Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa...*, 250



Sasaran objek yang menjadi fokusnya penyembuhan adalah manusia secara utuh, yakni berkaitan atau menyangkut dengan gangguan pada mental, spiritual, moral dan fisik.

1. Mental, yaitu berhubungan dengan fikiran dan akal seperti mudah lupa, dan malas untuk berfikir.
2. Spiritual, yaitu berhubungan dengan masalah ruh, jiwa, keimanan, dan keshalehan, seperti nifaq, fasiq, dan kufur.
3. Moral, yaitu suatu keadaan yang melekat pada jiwa manusia, tanpa melalui proses pemikiran, pertimbangan atau penulisan. Seperti ekspresi jiwa
4. Fisik, tidak semua gangguan fisik dapat disembuhkan dengan psikoterapi Qurani, kecuali atas izin Allah swt<sup>26</sup>.

Zikir merupakan salah satu bentuk ibadah makhluk kepada Allah swt, dengan cara mengingat-Nya melalui (pujian atau doa), dan perbuatan (shalat atau amal shaleh). Ahli metafisika zikir dapat menarik energi positif pada mental seseorang. Energi zikir yang bertebaran di udara dapat masuk dan tersirkulasi ke seluruh bagian tubuh pelaku zikir (*dzakir*) dan sebagai pendingin guna menjaga keseimbangan suhu tubuh, agar tercipta kejiwaan yang tenang, damai dan terkendali. Kondisi kejiwaan yang tenang, damai dan bermoral. Kondisi kejiwaan atau psikis yang demikian akan menentukan “kualitas ruh makhluk”, dimana ruh adalah penentu pertanggung jawaban makhluk di hadapan Allah swt.

---

<sup>26</sup>*Ibid.*, hal. 253.

Energi zikir yang besar pada diri pelaku zikir akan membentuk magnet positif atau daya tarik positif dan berbuat positif terhadap si pelaku zikir (*dzakir*) tersebut. Jadi, jika ibadah atau zikir kita sudah benar menurut Allah (*al-Quran*) dan Rasulullah (*sunnah*) maka nasib atau keadaan hidup kita di dunia sekarang maupun di akhirat nanti akan selalu bahagia

Sebagaimana kita ketahui bahwa hati mempunyai pembagian diantaranya :

1. *Qalbun Salim* (hati yang selamat), yaitu hati yang selamat dari segala syubhat dan syahwat yang menjalankan perintah Allah swt serta menjauhi larangan-Nya<sup>27</sup>. Orang yang memiliki hati yang bersih akan merasa sedih jika suatu waktu ia lupa dan lalai karena tidak memanfaatkan waktunya dengan maksimal. Dirinya akan merasa sayang jika waktunya hanya terbuang sia-sia seperti melamun, dan tidur tanpa mengenal waktu. Orang yang berhati bersih akan menumpahkan rasa cinta hanya karena Allah, dan membenci juga karena Allah.
2. *Qalbun Mayyit* (hati yang mati), yaitu hati yang tidak mengenal Allah dan tidak menyembahNya. Ia bahkan tidak peduli dengan Allah swt. Hati yang keras laksana batu dan jauh dari hidayah Allah. Hati yang telah mati sama sekali tidak mengenal Rabbnya, tidak mau beribadah, tidak patuh pada Allah dan Rasul. Ibnu Qayyim mengatakan “ketika nafsu telah menjadi pemimpinnya, syahwat sebagai komandannya, kebodohan sebagai supirnya dan kelalaian sebagai kendaraannya, itu merupakan salah satu indikasi dari matinya hati”.

---

<sup>27</sup>Abdul Halim Mahmud, *Terapi Dengan Dzikir...*, 86

3. *Qalbun Maridh* (hati yang sakit), yaitu hati yang masih memiliki kehidupan, namun memiliki penyakit. Dalam hati model ini, terdapat kecintaan kepada Allah dan iman padaNya serta keikhlasan yang merupakan modal dasar kehidupannya, namun didalamnya ada kecintaan pada syahwat serta keinginan yang keras untuk memperoleh syahwat, seperti hasad, sombong, kecintaan untuk menjadi yang paling diatas, kecenderungan pada kerusakan, dan cinta kekuasaan<sup>28</sup>. Orang yang hatinya sakit, ketika membaca atau mendengar lantunan ayat suci al-Quran, ia tidak akan menikmati bacaan, tidak betah berlama-lama membaca al-Quran. Ini disebabkan karena dalam hatinya terdapat penyakit ujub, riya, dan takabur.

Menurut psiko-sufistik, manusia memiliki jisim halus (aspek psikis) yang berhubungan dengan jisim kasar (aspek fisik). Mereka membaginya dalam tujuh tingkatan :

1. *Latifah al-qalb*, yaitu jisim halus yang berhubungan dengan jantung. Letaknya dua jari bawah susu kiri. Disinilah letak keimanan, keislaman, serta kemusyrikan, kekafiran. Untuk mensucikannya perlu 5.000 kali membaca lafal “Allah”
2. *Latifah al-ruh*, yaitu jisim halus yang berhubungan dengan rabu jasmani. Letaknya dua jari bawah susu kanan, Disinilah letak sifat binatang jinak (*bahimiyah*), untuk mensucikannya perlu 1.000 kali membaca lafal “ Allah”.

---

<sup>28</sup>*Ibid.*, hal. 90

3. *Latifah al-sirr*, yaitu jisim halus yang letaknya atas susu kiri. Disinilah tempat binatang buas (*subu'iyah*), seperti sifat zalim, pemaarah, dan aniaya, untuk mensucikannya perlu 1.000 kali membaca lafal “Allah”.
4. *Latifah al-khafiy*, yaitu jisim halus yang letaknya atas susu kanan dan dikendarai limbah jasmani. Disinilah tempat dengki, khianat dan sifat syaitan lainnya, untuk mensucikannya perlu 1.000 kali membaca lafal “Allah”.
5. *Latifah al-akhfa*, yaitu jisim halus yang letaknya ditengah dada yang berhubungan dengan empedu jasmani. Disinilah letak sifat-sifat kotor seperti pamer, angkuh, dan sombong. Untuk mensucikannya perlu 1.000 kali membaca lafal “Allah”.
6. *Latifah al-nafs al-nathiqah*, yaitu jisim halus yang terletak diantara dua kening. Disinilah letak nafsu amarah yang mendorong perbuatan jahat, banyak khayal, dan panjang angan-angan. Untuk mensucikannya perlu 1.000 kali membaca lafal “Allah”.
7. *Latifah kull al-jasad*, yaitu jisim halus yang mengendarai seluruh tubuh jasmani. Disinilah letak sifat jahil dan lupa. Untuk mensucikannya perlu 1.000 kali membaca lafal “Allah”<sup>29</sup>.

Dalam melakukan terapi, masing-masing individu memiliki tingkat kualitas yang berbeda seiring pengetahuan, pengalaman, dan pengamalan yang dimiliki. Meskipun individu telah mengikuti cara psikoterapi yang sama, boleh jadi memperoleh pengalaman psikologis yang berbeda. Perbedaan itu dapat

---

<sup>29</sup>Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa...*, 265

dipahami, sebab dalam Islam mempercayai adanya anugerah dan kekuatan diluar kekuatan manusia, yaitu Allah swt<sup>30</sup>.

---

<sup>30</sup>*Ibid.*, hal. 260.

## BAB IV

### KESIMPULAN DAN SARAN-SARAN

Setelah penulis menguraikan hal-hal yang berkenaan dengan permasalahan yang dibahas dalam penulisan skripsi ini, dapat diambil kesimpulan sebagai jawaban dari rumusan masalah. Kemudian sebagai masukan, akan dikemukakan juga beberapa saran.

#### A. Kesimpulan

1. Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang mempunyai akal, serta berbeda dengan ciptaan Allah yang lainnya. Manusia sebagai makhluk sosial yang mempunyai kelebihan dan kelemahan. Kelemahan yang ditakuti manusia yaitu mengalami sakit atau berpenyakit, salah satunya penyakit psikopat. Penyakit ini juga dinamakan dengan sakit mental yang berada dalam kejiwaan manusia. Meliputi kondisi indera, dan emosi manusia itu sendiri. Berbagai cara sudah dilakukan dan sudah ditemukan tentang penyakit psikopat ini, diantaranya menggunakan teknik terapi, yoga, *behavioral* (berubahnya tingkah laku), namun kenyataannya masih banyak yang belum disembuhkan dengan cara-cara tersebut. Al-Quran sebagai pedoman manusia dan *syifa'* atau penyembuh bagi mereka yang sakit. Karena Allah yang memberikan sakit maka Allahlah yang memberikan obat. Al-Quran menawarkan pengobatan melalui zikir. Zikir adalah membasahi lidah dengan ucapan-ucapan pujian kepada Allah, mengingat Allah disetiap saat, dan penawar hati ketika ia telah tertutup

oleh penyakit hati. Zikir terbagi menjadi tiga macam 1. Zikir dengan lisan 2. Zikir dengan hati 3. Zikir dengan rahasia. Salah satu dari manfaat zikir akan diteguhkannya kalbu, tekad. Karena zikir memegang peranan penting dalam proses “ penyucian jiwa atau *tazkiyat al-nafs*”.

2. Dalam al-Quran terdapat beberapa penyakit yang termasuk dalam *Qalburn maridh* atau psikopat.
  1. Syirik adalah menyekutukan Allah. Gejala penyakit ini penderita telah mempercayai bahwa Allah adalah tuhan nya namun amal perbuatannya bukan diorientasikan kepada-Nya
  2. Munafik adalah menampakkan sesuatu bertentangan dengan apa yang terkandung dalam hati. Memperlihatkan kebaikannya dan menyembunyikan kejelekannya
  3. Rasa dengki atau iri merupakan emosi yang melekat dalam diri kebanyakan manusia, tidak senang apabila melihat orang lain banyak nikmat yang di dapatkan
  4. Riya adalah melakukan ibadah tetapi bukan karena Allah melainkan karena pamer atau ingin dilihat orang lain. Seperti halnya memamerkan ibadahnya agar orang lain melihat ketakwaannya
  5. Zalim adalah menempatkan sesuatu bukan pada tempatnya, melakukan perbuatan yang merugikan orang lain dan mencelakakan orang lain juga kategori zalim
  6. Bakhil atau kikir adalah sifat egoisme yang berlebihan yang tak mempunyai belas kasihan. Sifat terlalu pelit karena cinta yang berlebihan pada harta dunia

## **B. SARAN-SARAN**

Setelah membahas meneliti, zikir sebagai Psikoterapi terhadap penyakit Psikopat manusia menurut al-Quran, masih terdapat kekurangan di sana-sini. Oleh karena itu, dalam menyusun skripsi ini penulis perlu mengemukakan beberapa saran yang dapat memberikan tambahan lebih lanjut. Adapun saran-saran tersebut adalah :

1. Diharapkan kepada para dosen agar dapat memberikan penjelasan lebih lanjut dan lebih akurat mengenai zikir sebagai psikoterapi beserta penyakit psikopat dalam al-Quran, agar para penuntut ilmu lebih mengetahui dan mendapatkan tambahan dalam pembelajaran ilmu tafsir al-Quran.
2. Semoga penulisan ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan bagi penulis sendiri. Semoga dapat menambah penambahan mengenai zikir sebagai psikoterapi penyakit psikopat pada manusia. Untuk menjadikan tulisan dan penelitian saya lebih baik, maka diharapkan masukan dan penambahan agar tulisan ini lebih baik ke depannya



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrazak, Naufal. *Sentuhan Kalbu Mu'min*, Bandung : Dipenogoro, 1982.
- Adz-Dzaky, Hamdan Bakran. *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta : Al-Manar, 2008.
- Agustian. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan dan Spiritual Berdasarkan Rukun Iman dan Rukun Islam*. Jakarta : Arga, 2001.
- Ahmadi Abu, *Dosa Dalam Islam*. Jakarta : Rineka Cipta, 1996.
- Ali, Maulana Muhammad. *Islamologi* . Jakarta : Darul Kutubi Islamiyah, 1976.
- Al-Ghazali, Imam. *Bahaya Penyakit Hati*, Surabaya : Tiga Dua, 1994.
- Al-Qarni, Aidh'. *La Tahzan For Smart Muslimah*. Jakarta : Grafindo Khazanah Ilmu, 2008.
- Al-Qarni, Aidh'. *Sentuhan Spiritual*. Jakarta : Al Qalam, 2006.
- Al Wazaf Abdullah, Ahmad Salamah,dkk, *Pokok-pokok Keimanan*. Bandung : Trigenda Karya, 1994.
- Amiruddin, Hasbi. *Pengantar Psikologi Umum*. Banda Aceh : Yayasan Pena, 2009.
- Ancok , Djalaludin & Nashori Suroso. *Psikologi Islam: Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2011.
- Anshori, M. Afif . *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa Solusi Tasawuf atas Manusia Modern*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2003.
- Ash Shiddiqy, Muhammad Hasbi. *Pedoman Dzikir dan Doa*. Jakarta : Bulan Bintang, 1977.
- Aswadi. *Konsep Syifa' dalam Al-Qur'an*. Jakarta : Kementrian Agama, 2012.
- Atmaja, Prawira Purwa. *Psikologi Kepribadian Dengan Perspektif Baru*, Jogjakarta : Ar-Ruzz Media, 2017.
- Azhim, Said Abdul . *Hati Yang Bening*. Jakarta : Cendikia, 2005.
- Daradjat, Zakiah., *Psikoterapi Islami*. Jakarta : Bulan Bintang, 2002.
- Feist, Jess dan Gregony Penerjemah Handriatno, *Teori Kepribadian Theories Of Personality* ,Jakarta : Salemba Humanika , 2014.
- Graham, Helen. Penerjemah Achmad Chusairi dan Ilham Nur Alfian, *Psikologi Humanistik*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.

- Hasan, Aliah. *Psikologi Perkembangan islam*, Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2006.
- Hartati, Netty. *Islam Dan Psikogi*, Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 2005.
- Hawari, Dadang. *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* . Yogyakarta : PT. Dana Bakti Prima Yasa, 1997.
- Hawwa, *Al-Islam*. Jakarta : Gema Insani, 2004.
- Hidayat, Hayat. *99 Renungan Harian Untuk Setiap Muslim Sepanjang Masa*, Surakarta : Ziyad, 2004.
- Husaini, Muhammad Beheshti. *Metafisika Al-Quran* , Bandung : Arasy , 2003.
- Iskandar, Junaidi. *Anomali Jiwa*, Jakarta : Andi Publisher, 2012.
- Khalid, Amru. *Hati Sebening Mata Air* , Solo :Aqwam, 2013.
- Kamisa, *Kamus lengkap Bahasa Indonesia*, Surabaya : Kartika, 1997.
- Katsir, Ibnu penerjemah, Arif Rahman Hakim, Syahirul Alim, dan muhammad zaini, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 7*, Surakarta : Insan Kamil, 2015.
- Katsir, Ibnu penerjemah, Arif Rahman Hakim, Syahirul Alim, dan muhammad zaini, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 10*, Surakarta : Insan Kamil, 2015.
- Katsir, Ibnu penerjemah, Arif Rahman Hakim, Syahirul Alim, dan muhammad zaini, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 3*, Surakarta : Insan Kamil, 2015.
- Mahalli, Mudjab. *Ranjau-Ranjau Setan*, Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2001.
- Mahmud, Rajabi. *Horison Manusia*, Jakarta : Al-Huda, 2006.
- Masyur, Kahar. *Membina Moral dan Akhlak*. Jakarta : PT Rineka Cipta, 1994.
- Mappiare, Andi. *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*, Jakarta : Rajawali Pers, 2011.
- Mujib, Abdul dan Jusuf Mudzakir. *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Jakarta : PT Raja Grafindo, 2002.
- Mujib, Abdul. *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, Jakarta : PT Raja Grafindo, 2006.
- Muthahhari, Murtadha. *Manusia dan Alam Semesta*, Jakarta : Lentera, 2002.
- Muzakki, Akhmad. *Stilistika Al-Qur'an*. Malang : Malang Press, 2009.
- Nawawi. *Metodologi Psikologis Islam* .Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000.
- Nasution, Harun. *Islam Di Tjnjau Dari Berbagai Aspeknya*. Jakarta : Universitas Indonesia, 2001.
- Pasiak, Taufiq. *Revolusi IQ/EQ/SQ : Antara Neurosains Dalam Al-Quran* Bandung : Mizan Pustaka, 2002.
- Qadir, Abdul Shaleh. *Sejarah Psikologi*, Jogjakarta : Ar-Ruz Media, 2005.

- Rahman , Abdul dan Abdul Khalid. *Garis Pemisah Antara Kufur Dan Iman*. Jakarta :Bumi Aksara, 1996.
- Rafi'udin, Maman Abd. Djaliel. *Jembatan Menuju Surga Dan Neraka*, Bandung : Pustak Setia, 1998
- Rahayu, Iin Tri. *Psikoterapi perspektif Islam dan psikologi Kontemporer* Yogyakarta : UIN-Malang Press, 2009.
- Rahman, Jalaluddin, *KonsepPerbuatan Manusiamenurut al-Quran*, Jakarta : Bulan Bintang, 1992.
- Rahman, Abdul Abdul Khalid. *Garis Pemisah Antara Kufur Dan Iman*, Jakarta : Bumi Aksara, 1996.
- Rakhmat, Jalaluddin. *Meraih Kebahagiaan*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2006.
- Safrihsyah, *Psikologi Ibadah Dalam Islam*, Banda Aceh : Ar-raniry Press, 2013.
- Shaleh, Abdul Rahman. *Psikologi*. Jakarta : Kencana, 2004.
- Sanusi Anwar, *Jalan Kebahagiaan*, Jakarta : Gema Insani Press, 2006.
- Shihab, M. Quraish, *Mukjizat Al-Qur'an*, Bandung : Mizan, 1998.
- Shihab, M.Quraish. *Wawasan Al-Quran tentang zikir dan Doa*. Jakarta : Lentera Hati, 2006.
- Sholichatun, Yulia. *Psikologis Klinis*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007.
- Solihin M. *Melacak Pemikiran Tasawuf Di Nusantara* ,Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada, 2005.
- Sobary, Mohamad. *Fenomena Dukun Dalam Budaya Kita*. Jakarta : PT Pustaka Firdaus, 1997.
- Sujanto, Agus. *Psikologi Umum*, Jakarta : Aksara Baru, 1986.
- Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Kepribadian*, Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2006.
- Takariawan, Cahyadi dan Ghazali Mukri. *Kitab Tazkiyah (Metode Pembersih Hati Aktivis Dakwah)*, Solo : Era Intermedia, 2003.
- Taufiq. *Panduan Lengkap dan Praktis : Psikologi Islam*. Jakarta : Gema Insan Press, 2006.
- Tristiadi, Ardi Ardani. *Psikiatri Islam*,Yogyakarta : UIN-Malang Press, 2008.
- Walgito, Bimo. *Pengantar Psikologi* .Yogyakarta : Andi Offset, 1989.
- Ya'qub, Hamzah. *Ilmu Ma'rifah Sumber Kekuatan Dan Ktentraman Bathin*, Jakarta : Atisa, 1988.
- Yusnita, Erli . *Peranan Dhikir Terhadap Jiwa Manusia Menurut Al-Qura*, Banda Aceh : Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry, 2014.

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

### **1. Identitas Diri:**

Nama : Maula Sari  
Tempat/Tgl Lahir : Langsa, 17 Juni 1996  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pekerjaan/Nim : Mahasiswi/140303028  
Agama : Islam  
Alamat : Tualang Teungoh, Kota Langsa

### **2. Orang Tua/Wali:**

Nama Ayah : Zulkifli S.E  
Pekerjaan : PNS  
Nama Ibu : Rosnawati S.Pd.I.  
Pekerjaan : PNS

### **3. Riwayat Pendidikan:**

a. TK Al-Azhar Langsa	Tahun lulus 2007
b. MIN Paya Bujok Langsa	Tahun lulus 2008
c. MTsn MUQ Langsa	Tahun lulus 2011
d. MAS MUQ Langsa	Tahun lulus 2014
e. UIN Ar-Raniry Banda Aceh	Tahun lulus 2018

Demikian daftar riwayat ini saya perbuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan seperlunya.

Banda Aceh, 13 Juli 2018

Penulis,

Maula Sari