

Psikoterapi Islam Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Karakter Pada Masa Modernisasi

Desti Agustin¹, Fatima Hannani², Nur Adilah³

¹²³UIN Raden Fatah Palembang

*Corresponding Email : destiagustin17@gmail.com

ABSTRAK

Penulisan skripsi ini mendapati bahwa Pendidikan karakter pada masa modernisasi sangat memprihatinkan karena dipengaruhi oleh pesatnya perkembangan teknologi, yang menyebabkan anak remaja cenderung kecanduan dengan gadget dan terpengaruh oleh budaya luar yang tidak pantas, sehingga berdampak buruk pada akhlak, mental, dan spiritual. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui konsep psikoterapi Islam dan implikasinya dalam pendidikan karakter pada masa modernisasi, dengan merujuk pada karya Hamdani Bakhran Adz-Dzaky. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kajian pustaka atau library research, di mana data dan informasi dikumpulkan dari berbagai dokumen yang berkaitan dengan objek penelitian. Tujuannya adalah untuk mengatasi suatu masalah dengan melakukan penelaahan kritis dan mendalam terhadap bahan-bahan pustaka yang relevan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Psikoterapi Islam merupakan bentuk penyembuhan atau pengobatan yang mengutip ajaran Al-Quran dan sunah dalam kehidupan, sehingga menghasilkan mental, akhlak, dan spiritual yang baik sebagai manusia pemimpin di muka bumi. Metode psikoterapi yang digunakan adalah Takhalli, Tahalli, dan Tajalli. 2) Implikasi psikoterapi Islam dalam pendidikan karakter pada masa modernisasi adalah melibatkan pendidikan dan bimbingan dengan menggunakan metode psikoterapi Hamdani Bakhran Adz-Dzaky yaitu Takhalli, Tahalli, dan Tajalli. Tiga metode ini merupakan penguat dalam pendidikan karakter, dan dengan konsep agama yang ditawarkan dalam psikoterapi Islam, dapat memberikan dampak positif bagi generasi emas yang berakhlak dan berakidah kuat.

Kata Kunci : Psikoterapi Islam, Pendidikan Karakter, Modernisasi

Pendahuluan

Psikoterapi adalah metode pengobatan yang berfokus pada masalah-masalah pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang. Wulur (2015) juga mengatakan bahwa Psikoterapi Islam bisa diartikan sebagai upaya membantu penyembuhan dan perawatan klien melalui aspek emosi dan spiritual seseorang dengan cara yang Islami. Di dunia modern saat ini, integrasi antara agama dan psikologi menjadi kebutuhan penting, karenanilai-nilai agama dapat memberikan dukungan bagi perkembangan psikologi. Individu yang memiliki keyakinan kepada Tuhan cenderung mencari kesembuhan dalam masalahnya melalui pendekatan psikologi yang berlandaskan agama. Kajian agama selalu mengalami perkembangan sesuai dengan perkembangan manusia itu sendiri. Baik dalam kehidupan individu, keluarga, maupun masyarakat, nilai-nilai agama selalu memainkan peran penting. Pandangan dari mereka yang menganut psikoterapi Islam juga menganggap nilai-nilai agama dapat membantu menyembuhkan penyakit melalui psikoterapi.

Psikoterapi Islam yang diusulkan oleh Bakran (2015) dilakukan melalui bimbingan Al-Quran dan As-Sunnah Nabi SAW, atau secara empiris melalui bimbingan dan ajaran Allah, Malaikat, Rasul, atau ahli waris nabi. Psikoterapi Islam berasal dari kata "psikoterapi" yang berarti pengobatan jiwa dan "Islam" yang menyatakan bahwa psikoterapi tersebut dijalankan sesuai dengan ajaran dan norma Islam. Dengan demikian, Psikoterapi Islam merupakan proses penyembuhan masalah kejiwaan melalui

teknik dan metode psikologi berdasarkan ajaran dan norma Islam, dengan melibatkan bimbingan Al-Quran dan As-Sunnah. Tujuan utamanya adalah membantu seseorang mencapai ketenangan, kedamaian, dan kesehatan mental dan spiritual yang baik. Dalam undang-undang sistem pendidikan nasional nomor 20 tahun 2003, pendidikan memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan untuk diri mereka sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara.

Peraturan Presiden nomor 87 tahun 2017 tentang Penguatan Pendidikan Karakter menegaskan perlunya penguatan nilai-nilai religius, jujur, toleran, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan bertanggung jawab dalam rangka mewujudkan bangsa yang berbudaya. Namun, pada masa modernisasi ini, pendidikan karakter menghadapi tantangan yang menyedihkan karena dampak perkembangan teknologi yang pesat. Anak remaja cenderung ketagihan dengan gadget yang membuat mereka terpengaruh oleh budaya luar yang tidak pantas, mengakibatkan akhlak, mental, dan spiritual mereka terpengaruh negatif. Konten-konten yang merusak akhlak sering dijumpai dalam media sosial, dan banyak anak remaja yang menghabiskan waktu bermain game online tanpa mengontrol diri, mengabaikan pendidikan mereka. Kebebasan informasi tanpa batas membawa dampak kompleks pada interaksi sosial dan budaya, sehingga banyak orang menghadapi gangguan mental, akhlak, dan spiritual karena tidak memiliki kendali atas perilaku mereka.

Kemajuan teknologi, sementara membantu manusia, juga menjadi penghalang bagi aspek religius dan psikologis manusia. Oleh karena itu, banyak orang mengalami penyakit hati dan gangguan mental karena terpengaruh oleh perkembangan teknologi yang tidak seimbang dengan nilai-nilai spiritual dan psikologis. Al-Qur'an sebagai pedoman dalam hidup seorang muslim dan al-qur'an juga sebagai penyembuhan bagi penyakit seperti firman Allah dalam Surah Yunus 57

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى
وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

yang artinya “Hai, manusia sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu penyembuhan bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada serta petunjuk serta rahmat bagi orang bagi orang-orang beriman.”

Dari ayat tersebut, Al-Qur'an dianggap sebagai obat penyembuh untuk penyakit hati, seperti kebodohan, keragu-raguan, dan kebimbangan. Salah satu contoh penyakit hati yang muncul pada era modern seperti yang dijelaskan sebelumnya. Oleh karena itu, masalah tersebut menyarankan agar anak-anak dan remaja sebaiknya menghabiskan masa muda mereka dengan hal-hal positif untuk mengembangkan karakter dan akhlak yang baik. Karakter adalah salah satu pilar utama dalam pendidikan yang harus dimiliki oleh individu yang berilmu. Dengan demikian, penulis memilih judul penelitian ini menjadi "Psikoterapi Islam dan Dampaknya pada Pendidikan Karakter di Era Modern".

Metode

Berdasarkan objek kajian penelitian ini, penelitian ini adalah jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yang berfokus pada analisis dan telaah teks. Pendekatan ini dipilih karena sumber data yang digunakan berupa literatur. Sukardi (2010) mengatakan bahwa *Library research* adalah proses memperdalam, menganalisis, dan mengidentifikasi pengetahuan yang ada dalam kepustakaan (buku referensi, literatur, atau hasil penelitian lainnya) yang terkait dengan masalah penelitian.

Penelitian kepustakaan atau *library research* dilakukan dengan mengumpulkan data atau karya tulis ilmiah yang berkaitan dengan objek penelitian, berfokus pada data kepustakaan atau telaah secara kritis dan mendalam terhadap bahan-bahan pustaka yang relevan untuk memecahkan suatu

masalah. Sebelum melakukan telaah bahan pustaka, peneliti harus menentukan dengan pasti sumber-sumber di mana informasi ilmiah akan diperoleh. Beberapa sumber yang digunakan mencakup buku teks, jurnal ilmiah, referensi statistik, hasil-hasil penelitian seperti skripsi, tesis, disertasi, internet, dan sumber-sumber lainnya yang relevan.

Metode penelitian yang digunakan penulis adalah kajian pustaka. Sugiono (2010) mengungkapkan bahwa metode kajian pustaka atau studi kepustakaan berisi teori-teori yang relevan dengan masalah atau fenomena yang menjadi objek penelitian. Kajian pustaka merupakan langkah penting dalam penelitian, terutama penelitian akademik, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek teoritis maupun praktis. Kajian pustaka berfungsi untuk membangun konsep atau teori sebagai dasar studi dalam penelitian. Masalah yang ingin diketahui dalam penelitian ini adalah "Psikoterapi Islam dan Implikasinya dalam Pendidikan Karakter pada Era Modernisasi".

Dikarenakan penelitian ini merupakan studi pustaka, maka metode pengumpulan datanya dilakukan dengan membaca literatur yang terkait dengan topik penelitian. Furqon (2013) menyatakan bahwa literatur yang digunakan mencakup berbagai jenis, seperti buku, jurnal, artikel, laporan hasil penelitian, majalah ilmiah, surat kabar, hasil seminar, dan tulisan-tulisan lainnya. Metode pengumpulan data ini juga dikenal sebagai metode dokumen. Secara umum, terdapat dua sumber data dalam penelitian ini, yaitu data primer dan data sekunder. Sumber data yang akan digunakan peneliti dalam penulisan karya ilmiah ini adalah:

1. Sumber Primer

Sumber primer adalah sumber yang menyediakan data secara langsung dari objek penelitian atau merupakan sumber asli. Dalam penelitian ini, sumber primer yang dijadikan acuan adalah buku "Konseling Dan Psikoterapi Islam" karya Hamdani Adz Dzaky karena buku tersebut berisi data yang relevan dengan penelitian.

2. Sumber Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber-sumber lain yang masih terkait dengan masalah penelitian dan memberikan interpretasi terhadap sumber primer. Sumber data sekunder yang digunakan penulis mencakup buku "Psikoterapi Perspektif Islam Dan Psikologi Kontemporer" karya Iin Tri Rahayu, "Rahasia Membangun Kecerdasan Emosional dan Spiritual ESQ (*Emotional Spiritual dan Questation*)" karya Ari Ginanjar Agustina, dan jurnal-jurnal yang berhubungan dengan Psikoterapi Islam untuk membantu memecahkan permasalahan yang menjadi fokus penelitian ini.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian analisis isi (*Content Analysis*). Muhadjir (1998) menyatakan bahwa metode ini merupakan analisis ilmiah mengenai isi pesan sebuah pemikiran dan hasil penelitian mempunyai sumbangan teoristik. Dalam konteks ini penulis berangkat dari pemikiran tokoh yang membahas tentang psikoterapi islam kemudian data tersebut dianalisa dan di konsep yang sesuai dengan nilai-nilai islam dan memasukkannya kedalam pendidikan karakter

Hasil

Psikoterapi Hamdani Bakhran bercirikan pada kemampuan Psikoterapi beliau dalam membedakan antara penyakit mental dan penyakit spiritual. Sementara dalam Psikoterapi umum atau Psikoterapi barat, hanya fokus pada penyakit mental. Selain itu, indikasi keberhasilan dalam Psikoterapi Barat adalah jika seseorang tidak lagi mengganggu orang lain dan dapat mengendalikan diri. Metode barat juga hanya menggunakan pendekatan empiris dan logika, tanpa mempertimbangkan qalbu dalam pembahasannya (Adz-Dzakiy, 2015). Sebaliknya, Psikoterapi Islam mencakup dimensispiritual, agama wahyu, dan Nabi Muhammad SAW sebagai model.

Penjelasan Hamdani Bakhran tentang Psikoterapi Islam yang terdapat dalam bukunya "Konseling dan Psikoterapi Islam" mengungkapkan tentang penyembuhan secara kebatinan dan dapat dianalisis dalam pembahasannya. Ada tiga hal penting yang perlu diperhatikan dalam Psikoterapi Islam. Pertama adalah takhalli (pembersihan diri) yang dilakukan melalui taubat nasuha, yaitu mengakui kesalahan secara tulus di hadapan Allah SWT, disaksikan oleh seorang pembimbing, guru, atau Syaikh yang berpengalaman untuk melepaskan diri dari bekas-bekas kedurhakaan dan dosa dalam diri. Kedua adalah tahalli (pengisian diri), setelah melakukan taubat secara sungguh-sungguh, selanjutnya harus dibuktikan dengan tindakan konkret sebagai bukti dari keinginan dan usaha untuk berubah, memperbaiki diri, dan menyucikan diri. Ketiga adalah tajalli (kelahiran baru), yaitu munculnya eksistensi yang baru dari seseorang dalam perbuatan, ucapan, sikap, dan gerak-gerik yang lebih baik dan esensi yang baru. Semua konsep ini dijelaskan secara rinci dalam buku "Konseling dan Psikoterapi Islam" karya Hamdani Bakhran Adz-Dzaky.

1. Takhalli

Metode pengosongan diri dari dosa dan kesalahan terhadap Allah Ta'ala dilakukan melalui proses tobat yang tulus (nasuha). Tahap pertama adalah takhalli, yaitu fase pembersihan pikiran, jiwa, akal, qalbu, dan akhlak dengan sifat-sifat yang mulia dan terpuji. Metode takhalli ini mencakup lima langkah teknis:

- a. Membersihkan yang najis dengan melakukan istinja dengan baik, teliti, dan benar menggunakan air atau tanah.
- b. Membersihkan yang kotor dengan mandi atau menyiram air ke seluruh tubuh dengan baik, teliti, dan benar.
- c. Membersihkan yang bersih dengan berwudhu menggunakan air dengan baik, teliti, dan benar.
- d. Membersihkan yang murni (Fitrah) dengan mendirikan shalat taubat dan memohon ampunan kepada Allah SWT.
- e. Membersihkan Yang Maha Suci dengan berdzikir dan menguatkan keimanan.

Metode penyucian rohani melibatkan merenungkan keburukan dunia ini dan menyadari bahwa dunia hanyalah sementara dan akan segera berlalu. Hal ini hanya dapat dicapai dengan mengendalikan hawa nafsu dan tekad yang sungguh-sungguh untuk terus menerapkan peraturan disiplin lahiriah dalam segala kondisi (Adz-Dzakiey, 2015).

2. Tahalli

Proses pengisian diri dengan ibadah dan ketaatan, penerapan tauhid dan akhlak yang baik dan mulia sangat penting dalam mencapai esensi tauhid. Ada beberapa langkah yang harus diambil untuk mencapai tujuan tersebut:

1. Peningkatan Pemahaman dan Aplikasi Ilmu Tauhid

Pemahaman tentang esensi ilmu tauhid harus mencakup dimensi akal-fikiran, indrawi, qalbu, jiwa, dan tingkah laku. Pemahaman yang lengkap harus mencakup pemahaman tentang perbuatan Allah (af'al), nama-nama Allah (Asma'Allah), sifat-sifat Allah, dan Dzati-Nya.

2. Peningkatan Pemahaman dan Aplikasi Syariat

Pemahaman tentang syariat harus lebih luas, mendalam, dan tidak hanya terbatas pada teks saja, tetapi juga harus dilihat dari konteksnya. Penerapan syariat harus dilakukan dengan tekun, penuh keyakinan, dan kesadaran akan kewajiban untuk taat kepada Allah.

3. Peningkatan Pemahaman dan Aplikasi Thariqat

Thariqat merujuk pada metode aplikasi syariat secara sistematis, obyektif, metodologis, dan argumentatif untuk menyucikan diri secara lahiriah dan bathiniyah agar mencapai kedekatan dan cinta Allah. Proses thariqat memerlukan tiga tingkatan kualitas metode pendidikan:

- a. Tingkat pemula: Pembelajaran tentang maksud dan tujuan ibadah, ketaatan, dan akhlak yang baik
- b. Tingkat menengah: Peningkatan pemahaman wirid dan keilmuan tentang ketuhanan dan tauhid.
- c. Tingkat atas: Dialog dan musyawarah antara guru dan murid dengan penuh kasih sayang dan tanpa hawa nafsu.

4. Peningkatan Pemahaman dan Aplikasi Hakikat

Hakikat merujuk pada sesuatu yang merupakan kebenaran yang terang dan meyakinkan, yaitu kebenaran Allah yang datang dari Dzat-Nya, sifat-sifat-Nya, nama-nama-Nya, dan perbuatan-Nya. Orang yang telah mencapai hakikat akan menerima Nur Ketuhanan yang memampukan mereka untuk terus berkembang di bawah bimbingan dan pendidikan Allah.

5. Peningkatan Pemahaman dan Aplikasi Ma'rifat

Ma'rifatullah adalah mengenal Allah dengan baik dan benar, yang hanya dapat dicapai jika seseorang telah mencapai hakikat dengan baik dan benar. Ma'rifatullah berarti mengenali Allah dan hubungan dengan-Nya melalui potensi hakikat yang dimiliki oleh individu.

Semua langkah ini sangat penting dalam proses pengisian diri dan pencarian kebenaran hakiki (Adz-Dzakiey, 2015).

3. Tajalli

Makna tajalli dalam bahasa bisa diartikan sebagai tampak, terbuka, menampakkan, atau menyatakan diri. Pada tingkat ini, Allah Ta'ala menunjukkan diri-Nya dengan luas kepada hamba-Nya yang dikehendaki-Nya. Bukan hanya cahayakebenaran hakiki, tetapi Dzat yang memiliki cahaya itulah yang tampak. Semua hijab, baik yang lahir maupun batin, telah terbuka lebar dan sepenuhnya. Kemunculan ini hadir dalam wujud martabat secara empiris, yaitu:

- a. Martabat Ahadiyah, yaitu wujud mutlak Allah yang tak bernama, tak bersifat, tak berbentuk, tak bersuara, dan tak dapat dipahami atau dihayalkan oleh siapapun kecuali diri-Nya sendiri.
- b. Martabat wahidiyah, yaitu penampakan diri awal, atau dikenal dengan tajalli dzat pada sifat dan asma'-Nya. Dalam tajalli ini, Dzat-Nya dinamakan Allah, yang mengumpulkan dan menyatakan sifat-sifat dan Nama-Nama-Nya yang Maha Sempurna (Asmaul Husna-Nya). Sifat dan nama-nama itu identik dengan Dzat-Nya. Di sini, kita berhadapan dengan Dzat Yang Maha Esa, tetapi Dia mengandung berbagai bentuk potensial dari hakikat alam semesta dalam Diri-Nya.
- c. Martabat Tajalli Syuhudi, yaitu penampakan Diri-Nya yang kedua. Pada martabat ini, Allah Ta'ala menunjukkan diri-Nya melalui nama-nama dan sifat-sifat-Nya dalam kenyataan empiris. Dengan kata lain, melalui firman-Nya "Kun" (jadilah), maka a'yan sabitah (kenyataan yang kuat) secara aktual muncul dalam berbagai citra alam empiris.
- d. Martabat Alam Arwah, yaitu Nur Muhammad yang dijadikan Allah SWT. Dari Nur-Nya dan Nur Muhammad ini, muncul ruh segala makhluk.
- e. Martabat Alam Mitsal, yaitu diferensiasi dari Nur Muhammad dalam bentuk ruh individu seperti laut yang melahirkan dirinya dalam citra kembali.
- f. Martabat Alam Ajsam, yaitu alam makhluk yang terdiri dari empat unsur, yaitu api, angin, tanah, dan air. Keempat unsur ini bersatu dan berpisah sesuai dengan kehendak-Nya.
- g. Martabat Insan Kamil (Alam Paripurna) merupakan penggabungan dari semua martabat sebelumnya. Martabat-martabat ini paling jelas tampak, terutama pada diri Nabi Muhammad SAW.

Tujuan utama metode sufisme atau tasawuf dalam aplikasi proses psikoterapi adalah mendapatkan pengetahuan, pengobatan, dan perawatan diri secara totalitas dan sempurna. Metode ini tidak hanya menyembuhkan gangguan mental, spiritual, dan mental, tetapi juga membimbing seseorang untuk menjadi pribadi yang baik, bersih, suci, dan menemukan eksistensi Tuhan secara hakiki dan empiris.

Rasulullah adalah sumber pendidikan sepanjang zaman. Beliau diutus ke dunia untuk menyempurnakan akhlak, khususnya dalam mengatasi penyakit syirik yang merupakan krisis keyakinan pada saat itu. Tugas Nabi Muhammad adalah menanamkan keyakinan atau tauhid kepada umat-Nya.

Penyakit bathiniyah atau spiritual ini sangat sulit disembuhkan atau diobati karena tersembunyi di dalam diri setiap orang. Tanpa pertolongan, petunjuk, dan bimbingan dari Allah Ta'ala, Rasul-Nya Muhammad SAW, Malaikat Jibril, dan hamba-hamba-Nya yang hak, penyakit ini sulit disembuhkan dengan mudah.

Demikian pula, penyakit bathiniyah lainnya seperti fasiq, yaitu sikap yang menganggap enteng hukum-hukum dan hak-hak Allah Ta'ala serta menunda-nunda perbuatan kebenaran dan kebaikan. Penyakit ini disebabkan oleh fitrah hati nurani dan indrawinya yang tertutup dan terbelenggu oleh kotoran-kotoran dan najis bathiniyah. Meskipun Allah adalah Maha Penyembuh, Maha Obat, dan Maha Penyehat, proses penyembuhan kadang-kadang dilakukan langsung oleh Allah, atau melalui Malaikat-Nya, Nabi-Nya, atau ahli waris Nabi-Nya (Adz-Dzakiey, 2015).

Implikasi Psikoterapi Islam dalam Pendidikan Karakter Pada masa Modernisasi

Tujuan utama dalam Psikoterapi Islam adalah menciptakan kesehatan rohani pada individu dan menjadikan mereka sebagai orang yang bertaqwa. Tujuan ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional yang tercantum dalam Undang-Undang tentang sistem pendidikan Nasional Nomor 20 tahun 2003, yang juga menyebutkan tujuan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Psikoterapi Islam dan tujuan pendidikan nasional memiliki tujuan yang sama, yaitu untuk menciptakan individu yang bertaqwa. Psikoterapi Islam dapat dimasukkan dalam pendidikan karakter pada era modernisasi dengan menggunakan metode Psikoterapi Islam yang dikembangkan oleh Hamdani Bakhran Adz-Dzakiey. Metode ini dapat menyentuh ranah kesehatan spiritual individu, namun perlu diperhatikan bahwa makna taqwa yang digunakan di sini berbeda. Dalam konteks tujuan pendidikan nasional, taqwa berarti patuh dalam melaksanakan ajaran agama yang dianutnya, sedangkan dalam Psikoterapi Islam taqwa merujuk pada seseorang yang bebas dari gangguan mental dan spiritual, menjadi orang yang sehat rohani, dan bertaqwa.

Hamdani (2015) mengungkapkan bahwa syarat-syarat untuk menjadi seorang Psikoterapis dalam Islam terdiri dari tiga aspek, yaitu aspek spiritualitas, aspek moralitas, dan aspek keilmuan dan keterampilan. Aspek spiritualitas mencakup keimanan, kemakrifatan, keketauhan, dan kualitas dalam beribadah. Aspek moralitas menekankan nilai-nilai sopan santun, adab, etika, dan tata krama ketuhanan, serta mengutamakan niat baik, iktikad yang benar, siddiq (kejujuran), amanah, tabligh (memberi nasihat), sabar, ikhtiyar dan tawakkal (usaha dan tawakal), mendo'akan, memelihara kerahasiaan, dan memelihara pandangan mata. Aspek keilmuan dan keterampilan mencakup penguasaan ilmu pengetahuan tentang manusia dan psikologi Islam, serta keahlian dan ketrampilan dalam melakukan terapi. Dalam proses pendidikan Psikoterapis Islam, calon terapis harus melakukan pembersihan dan penyucian diri dari dosa dan kedurhakaan kepada Allah, kemudian mengisi diri dengan berbagai ibadah lahiriah dan bathiniyah. Selanjutnya, terapis harus mengalami kelahiran baru yang mencakup perubahan perilaku dan eksistensi yang lebih baik, serta mengalami pemberdayaan menuju Insan Kamil (individu yang sempurna). Semua syarat-syarat tersebut harus dikerjakan dan diikuti oleh para Psikoterapis agar mendapatkan kesehatan rohani dan menjadi orang yang bertaqwa, sehingga secara otomatis motivasi positif dan pola pikir yang baik akan muncul dalam diri mereka.

Pembahasan

Diskusi mengenai hasil literasi jurnal "Konsep Psikoterapi Islam Dalam Buku Konseling Dan Psikoterapi Islam Karya Hamdani Bakhran Adz-Dzaky". Dalam literasi jurnal ini, dijelaskan tentang konsep Psikoterapi Islam yang berbeda dengan Psikoterapi umum atau Psikoterapi barat. Psikoterapi Islam memiliki ciri khas dalam membedakan antara penyakit mental dan penyakit spiritual, sementara Psikoterapi barat hanya fokus pada penyakit mental saja. Psikoterapi Islam mencakup dimensi spiritual, agama wahyu, dan Nabi Muhammad SAW sebagai model, sementara metode barat hanya menggunakan pendekatan empiris dan logika, tanpa mempertimbangkan qalbu dalam pembahasannya. Pada buku "Konseling dan Psikoterapi Islam" karya Hamdani Bakhran Adz- Dzaky, penulis menjelaskan tentang tiga hal penting yang perlu diperhatikan dalam Psikoterapi Islam, yaitu takhalli (pembersihan diri), tahalli (pengisian diri), dan tajalli (kelahiran baru). Takhalli melibatkan proses taubat yang tulus di hadapan Allah SWT, tahalli berfokus pada pembuktian tindakan konkret sebagai bukti dari keinginan dan usaha untuk berubah, dan tajalli merupakan munculnya eksistensi yang baru dariseseorang dalam perbuatan, ucapan, sikap, dan gerak-gerik yang lebih baik dan esensi yang baru.

Selain itu, penulis juga menjelaskan proses penyucian rohani melibatkan merenungkan keburukan dunia dan menyadari bahwa dunia hanyalah sementara dan akan segera berlalu. Proses pengisian diri dengan ibadah dan ketaatan, penerapan tauhid dan akhlak yang baik dan mulia juga sangat penting dalam mencapai esensi tauhid. Implikasi Psikoterapi Islam dalam Pendidikan Karakter pada masa modernisasi juga dibahas dalam literasi jurnal ini. Dijelaskan bahwa tujuan utama Psikoterapi Islam adalah takan kesehatan rohani pada individu dan menjadikan mereka sebagai orang yang bertaqwa. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional yang juga mencantumkan tujuan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Proses pendidikan Psikoterapis Islam melibatkan tiga aspek, yaitu aspek spiritualitas, aspek moralitas, dan aspek keilmuan dan keterampilan. Calon terapis harus melakukan pembersihan dan penyucian diri dari dosa dan kedurhakaan kepada Allah, kemudian mengisi diri dengan berbagai ibadah lahiriah dan bathiniyah. Selanjutnya, terapis harus mengalami kelahiran baru yang mencakup perubahan perilaku dan eksistensi yang lebih baik, serta mengalami pemberdayaan menuju Insan Kamil (individu yang sempurna).

Psikoterapi Islam menawarkan pendekatan yang holistik dan mencakup dimensi spiritual yang dapat memberikan manfaat dalam penyembuhan gangguan mental dan spiritual serta membimbing individu menuju kebaikan dan kebenaran hakiki. Psikoterapi Islam juga memiliki relevansi dengan pendidikan karakter pada era modernisasi dengan tujuan menciptakan individu yang bertaqwa dan memiliki motivasi positif serta pola pikir yang baik

Kesimpulan

Psikoterapi Islam merupakan proses penyembuhan gangguan mental dan spiritual dengan menggunakan teknik dan metode yang berlandaskan ajaran Islam, seperti Al Qur'an, As Sunah, dan pengalaman empiris. Metode Psikoterapi Islam meliputi tiga tahap, yaitu Takhalli untuk mengosongkan diri dari dosa dan penolakan terhadap Allah SWT, Tahalli untuk mengisi diri dengan perubahan, perbaikan, dan penyucian, serta Tajalli yang menghasilkan eksistensi baru dalam ucapan, sikap, dan perilaku. Tujuan dari Psikoterapi Islam adalah mencapai kesehatan rohani.

Implikasi Psikoterapi Islam dalam pendidikan karakter pada era modernisasi adalah membentuk generasi bangsa yang memiliki akhlakul karimah. Ketiga metode tersebut menjadi penunjang dalam pendidikan karakter, sehingga peserta didik dapat menghadapi berbagai gangguan mental dan spiritual dengan siap. Konsep ketaatan dalam agama yang ditawarkan oleh psikoterapi Islam diharapkan dapat menghasilkan generasi yang terampil, cerdas, brilian, dan bijaksana.

Acknowledgement

Peneliti mengucapkan terima kasih khususnya kepada civitas akademika Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. Telah memberikan penulis kesempatan untuk melakukan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Agustian, A. G. (2007). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual, ESQ (Emotional Spiritual Quotient): the ESQ Way 165 (1 ihsan 6 rukun iman dan 5 rukun islam)*. Arga.
- Asry, L. (2019). Modernisasi dalam Perspektif Islam. *At-Tanzir: Jurnal Ilmiah Prodi Komunikasi Penyiaran Islam*, 10(2).
- Anwar, S. (2016). Metodologi Penelitian Bisnis. *IOSR Journal of Economics and Finance*, 7(3), 29-35.
- Bakran, A.D.H. (2015). *Konseling dan Psikoterapi Islam Edisi Revisi*, Yogyakarta: Al- Manar.
- Bakran, A.D.H. (2008). *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Jakarta: Al-Manar.
- Damayanti, Deni. (2014). *Panduan Implementasi pendidikan Karakter di Sekolah Teori dan Praktik Internalisasi Nilai*. Yogyakarta: Araska.
- I. P. I., dan Nizar, S. (2002). *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Kalam Mulia. Kemendiknas, T.P. *Panduan Pelaksanaan Pendidikan Karakter*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Badan Penelitian dan Pengembangan Kemendiknas.
- Mahmud. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Muhadjir, Noeng. (1998). *Metodologi Peneitian Kualitatif (Pendekatam Positivistik, Phenomenologik, dan Realisme Metaphisik, elaaah Studi Teks dan Penelitian Agama)*. Yogyakarta: Rake Sراسi.
- Nasution. (2011). *Metode Research Penelitian Ilmiah, Edisi I*. Jakarta : Bumi Aksara Rahayu Iin Tri. (2009). *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*. Malang: UIN Malang Press.
- Rosana, E. (2015). Modernisasi Dalam Perspektif Perubahan Sosial. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 10(1), 67-82.
- Sukardi. (2010). *Metodologi penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sugiono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfa Beta.
- Tri Mashuri, Furqon. (2013). *Konsep Psikoterapi Menurut Islam dan Implementasinya dalam Pendidikan Keluarga*. Yogyakarta: Jurusan Kependidikan Islam UIN Sunan Kalijaga.
- Uno, H. B. (2011). *Teknologi Komunikasi dan Informasi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wulur, M. B. (2015). *Psikoterapi Islam*. Deepublish.
- Zuchdi, D. (2015). *Pendidikan Karakter, Konsep Dasar dan Implementasi di Perguruan Tinggi*. UNY Press