

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Di era modern saat ini problematika kehidupan yang dihadapi sangat kompleks dan beragam. Disamping masalah ekonomi, pendidikan, budaya, dan politik, juga disebabkan oleh adanya faktor degradasi yang terjadi di lingkungan masyarakat baik secara moral maupun spiritual. Pada kondisi tertentu, seseorang terkadang cenderung sulit menerima problematika kehidupan yang menimpa dirinya. Mereka beranggapan bahwa ujian atau masalah yang dialami begitu berat, tidak dapat terpecahkan, sehingga dengan begitu mereka lebih memilih untuk menyelesaikan masalah dengan suatu cara, yang pada hakikatnya tidak sepenuhnya dapat menyelesaikan masalah tersebut. Hal ini telah tampak pada perubahan perilaku seseorang dalam menjalani kehidupannya di era modern saat ini.<sup>1</sup>

Perilaku materialistik dan hedonistik yang secara umum telah dikuasai, serta kecenderungan dalam memisahkan nilai agama dalam kehidupan duniawi semakin sulit dihindari. Selain itu pola hidup *materialistic* yang merambah diberbagai kalangan masyarakat modern, mampu membawa pengaruh hingga perubahan pada pola hidup mereka yang serba glamor dan konsumtif demi mengejar kepuasan hedonistik

---

<sup>1</sup> Hardiyanti Rahmah, *Konsep Berpikir Positif (Husnuzhon) Dalam Meningkatkan Kemampuan Self Healing*, Al-Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan, Vol. 15. No. 2, 2021, hlm. 119.

semata karena tuntutan hawa nafsu. Sebagai akibatnya banyak diantara masyarakat modern saat ini yang lupa akan hakikat hidup sesungguhnya dan mengakibatkan diri mereka mudah terseret dalam arus pergerakan yang menyimpang.<sup>2</sup>

Fredrich Schumacher mengatakan bahwa orang-orang baru menyadari bila kemunduran yang terjadi saat ini yang mencakup segala aspek kehidupan mereka, berawal dari dan bermuara pada kemunduran spiritual. Hal ini sejalan dengan Hanna Djumhanna Bastaman yang juga berpendapat adanya kemunduran secara spiritual ini ditandai dengan banyaknya diantara mereka yang mengalami kecemasan, kegelisahan, dan kehampaan secara eksistensial.<sup>3</sup>

Selain itu menurut Hawari apabila hal ini berkelanjutan maka dapat mengakibatkan gangguan kesehatan mental pada seseorang, seperti menimbulkan perasaan tidak nyaman, ketakutan secara berlebihan, dan rasa tertekan terhadap suatu keadaan, hingga dapat menurunkan martabat manusia yang dapat mengancam eksistensi manusia itu sendiri, seperti banyaknya kasus pembunuhan akhir-akhir ini.<sup>4</sup>

Di Indonesia sendiri persoalan mengenai gangguan kesehatan mental belakangan menjadi sorotan yang dianggap penting dan serius.

---

<sup>2</sup> Siti Nur Aini, *Konsep Sufi Healing Menurut M. Amin Syukur Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam*, Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, 2015, hlm.1.

<sup>3</sup> Andi Eka Putra, *Tasawuf Sebagai Terapi Atas Problem Spiritual Masyarakat Modern*, Al-AdYaN VIII, Vol. 8. No. 1, 2013, hlm. 46.

<sup>4</sup> Andri Yulian Christyanto, *Metode Self Healing Dalam Kitab Minhajul 'Abidin Imam Al-Ghazali*, Ristekdik Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 6. No. 2, 2021, hlm. 189.

Maria Endang selaku Dirjen Kesmas mengatakan bahwa presentase gangguan kesehatan mental mengalami peningkatan yang cukup drastis beberapa tahun belakang terlebih setelah adanya pandemi COVID-19.<sup>5</sup>

Berdasarkan hasil survei penelitian yang dilakukan oleh The Indonesia Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) dan Universitas Gajah Mada, ditemukan selama 12 bulan terakhir lebih dari 2,45 juta remaja di Indonesia memiliki gangguan mental. Adapun mengenai gangguan mental yang paling sering diderita oleh kebanyakan remaja pada umumnya yaitu seperti kecemasan, fobia sosial, depresi, dan stres.<sup>6</sup> Hal ini juga dilatar belakangi oleh adanya faktor perubahan kondisi alam, populasi dan kompetisi antar manusia yang cukup massif, hingga faktor lingkungan sosial yang kurang suportif.

Dalam waktu belakangan ini berbagai upaya juga telah banyak dilakukan seseorang dalam mengatasi gangguan kesehatan mental yang mereka alami, salah satunya yaitu dengan melakukan *self healing*. *Self healing* sendiri menjadi tren dan topik pembahasan yang bermula dari banyaknya orang-orang yang peduli akan kesehatan mental. Banyak diantaranya yang mengartikan tentang *self healing* sebagai cara mengatasi

---

<sup>5</sup> Rokom, 2022, *Kemenkes Perkuat Jaringan Layanan Kesehatan Jiwa di Seluruh Fasyankes*, (<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20221010/4041246/kemenkes-kembangkan-jejaring-pelayanan-kesehatan-jiwa-di-seluruh-fasyankes/>, diakses tanggal 5 Desember 2022)

<sup>6</sup> CNN Indonesia, 2022, *Studi: 2,45 Juta Remaja Indonesia Kena Gangguan Jiwa* (<https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20221212142530-255-886337/studi-245-juta-remaja-indonesia-kena-gangguan-jiwa>, diakses tanggal 22 Desember 2022)

atau menyembuhkan diri dari luka batin maupun gangguan mental lainnya secara mandiri.

Dengan begitu banyak diantara mereka yang melakukan *self healing* dengan berbagai cara positif seperti mengunjungi tempat-tempat rekreasi, berkonsultasi pada yang ahli, mendatangi kajian-kajian islami, dan ada pula yang memilih jalan untuk mengikuti beberapa tarekat sufi. Namun tidak sedikit pula diantara mereka yang bahkan menerapkan *self healing* dengan cara negatif, seperti mengunjungi tempat-tempat yang dilarang dengan berfoya-foya dan meminum minuman yang memabukkan.<sup>7</sup>

Di dalam Islam, gagasan mengenai *healing* (penyembuhan) tidak dapat dipisahkan dari sisi keberagamaan dan spiritualitas. Hal ini berangkat dari faktanya bahwa dalam menyembuhkan suatu penyakit selalu dilakukan dengan dua cara, yaitu dengan *treatment medis* dan spiritual. Istilah *healing* sendiri sering disamakan dengan kata *asy-syifa* di dalam Al-Quran yang berarti pengobatan atau penyembuhan.<sup>8</sup> Oleh sebab itu diharapkan setiap individu mampu mengatasi gangguan kesehatan mental yang dialami melalui penyembuhan diri atau *self healing*. Tentu *self healing* yang dilakukan berlandaskan pada pesan-pesan dari ayat-ayat Al-Quran.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Abdullah Al-Hadad, *Terapi Self Healing Perspektif Imam Al-Ghazali (Kajian Analisis Kitab Kimiya As'Sa'adah)*, Skripsi Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten, 2021, hlm. 2.

<sup>8</sup> Heriyanto, *Konsep Makna Syifa Dalam Wacana Tafsir Sufi*, JOURNAL OF SUFISM AND PSYCHOTHERAPY, Vol. 1. No. 2. 2021, hlm. 208.

<sup>9</sup> Afni Mulyani Harefa, *Self-Healing Dalam Al-Quran (Analisis Psikologi Dalam Surat Yusuf)*, Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022, hlm. 2.

Al-Quran sendiri merupakan pedoman dasar dan sumber ajaran Islam yang telah Allah Swt. berikan kepada umat-Nya sebagai landasan dalam menjalani kehidupan. Al-Quran memuat banyak ayat-ayat yang berkaitan dengan ketenangan jiwa, sebagai hal prinsipil dalam penyembuhan mental. Allah berfirman pada QS. Yunus (10):57.

يَأْتِيهَا النَّاسُ فَمَا جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ  
وَهُدًى وَرَحْمَةً لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

*“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.”*

Sekilas ayat di atas menerangkan bahwasanya Allah Swt. telah menghadirkan Al-Quran sebagai petunjuk untuk umat manusia agar tidak berhenti dalam rangka melaksanakan *amar ma'ruf nahi munkar*, selain itu Al-Quran juga sebagai obat bagi penyakit hati yang bersarang di dalam dada manusia seperti keraguan-keraguan yang dapat mengganggu ketentraman dan ketenangan jiwa.

Beberapa pakar spiritualitas berpendapat seseorang dapat melakukan kegiatan *self healing* melalui pendekatan spiritual Islam, yaitu melalui pendekatan nilai-nilai agama Islam seperti dengan melaksanakan ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah Swt. Hal ini dibenarkan oleh Solihin dalam buku *Terapi Sufistik* yang mengatakan bahwa objek

penyembuhan melalui pendekatan nilai-nilai spiritual tidak hanya berkaitan dengan fisik, mental, dan moral, namun juga spiritual manusia.<sup>10</sup>

Penerapan *self healing* berdasarkan nilai Islam telah lama dan banyak dilakukan oleh para salik dan zahid terdahulu, dikarenakan upaya pemulihan kesehatan jiwa melalui pendekatan spiritual memiliki tempat tersendiri di hati para sufi dan ulama. Bagi mereka, seseorang yang dapat menggerakkan jiwanya untuk melakukan aktivitas yang mengarah pada kebaikan, maka diri dan batin akan memperoleh ketenangan dan kebahagiaan.<sup>11</sup> Sebagaimana dijelaskan dalam QS. al-Fajr (89):27-28.

يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ اِرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ فَأَدْخُلِي فِي عِبْدِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّاتِي ﴿٣٠﴾

*“Wahai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang ridha lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku. Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku. Masuklah ke dalam surga-Ku.”*

Dalam kitab Tafsir *Fath Al-Qadr* karya Muhammad al-Syaukani dikatakan bahwa *muthmainnah* yaitu ketenangan yang hadir disebabkan oleh keimanan yang penuh kepada Allah Swt. hingga tidak ada keraguan

<sup>10</sup> Ajeng Pertiwi dan Cucu Setiawan, *Nilai Sufistik Dalam Prosedur Self Healing*, Syifa Al-Qulub: Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik, Vol. 10. No. 3, 2020, hlm. 26.

<sup>11</sup> Jarman Arroisi, *Spiritual Healing Dalam Tradisi Sufi*, TSAQAFAH Jurnal Peradaban Islam, Vol. 14. No. 2, 2018, hlm. 331-332.

sedikitpun di dalam lubuk hatinya.<sup>12</sup> Sehingga seseorang yang telah mendapati ketenangan jiwa sebagaimana *muthmainnah* tersebut, maka jiwa yang kembali kepada Allah dalam keadaan riḍa (*radhiyyatan*) dan diriḍai (*mardhiyyatan*).

Salah satu tokoh sufi sekaligus mufassir terkemuka yang telah banyak menghasilkan karya dalam bidang tasawuf, tafsir, bahasa, dan sastra adalah Imam Al-Qusyairi. Namun keahlian Imam Al-Qusyairi dalam bidang tasawuf lebih melekat kepadanya. Selain karena penguasaannya dalam bidang ilmu tasawuf, Imam Al-Qusyairi juga ahli dalam berbagai bidang ilmu lainnya, sehingga dapat dikatakan hampir seluruh karya beliau mampu menjawab problematika yang tengah berkembang di masyarakat modern saat ini.<sup>13</sup>

Adapun sebagian ulama yang mengatakan bahwa kitab Tafsir *Lathaiif Al-Isyarat* karya Imam Al-Qusyairi adalah salah satu kitab tafsir sufistik terbaik yang pernah ada.<sup>14</sup> Berbeda dari kitab tafsir sufistik sebelumnya, di dalam kitab Tafsir *Lathaiif Al-Isyarat* Imam Al-Qusyairi berupaya menafsirkan ayat-ayat Al-Quran dengan mengungkapkan makna *isyarah* yang dimaksud dalam suatu ayat dengan menyatukan potensi akal

---

<sup>12</sup> Ade Pradiansyah, 2019, *Tafsir QS. Al-Fajr Ayat 27 dan 28, Tentang Hati Yang Tenang*, <https://islami.co/tafsir-qs-al-fajr-ayat-27-dan-28-tentang-hati-yang-tenang/>, diakses tanggal 4 Januari 2023)

<sup>13</sup> Ahmad Subakir, *Pemikiran Tasawuf Imam Qusyairi*, (Depok: PT RajaGrafindo Persada, 2021), hlm. 13-14.

<sup>14</sup> Abbas Arfan, *Ayat-Ayat Kauniah: Analisis Kitab Tafsir Isyari (Sufi) Imam Al-Al-Qusyairi Terhadap Beberapa Ayat Kauniah Dalam Al-Quran*, (Malang: UIN Malang Press, 2019), hlm. 88.

dan *qolb* dalam penafsirannya.<sup>15</sup> Sehingga hasil daripada penafsiran dalam kitab Tafsir *Lathaif Al-Isyarat* mudah untuk dipahami.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai *self healing* perspektif Imam Al-Qusyairi dalam upaya penyembuhan jiwa berdasarkan ayat-ayat Al-Quran. Adapun dalam melihat hasil penafsiran ayat-ayat mengenai *self healing*, peneliti merujuk pada kitab Tafsir *Lathaif Al-Isyarat* karya Imam Al-Qusyairi. Oleh karena itu, dalam hal ini peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **“Self Healing Dalam Kitab Tafsir *Lathaif Al-Isyarat*”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan di atas, maka penulis merumuskan masalah utama yang ada dalam penelitian ini yaitu bagaimana *self healing* dalam kitab Tafsir *Lathaif Al-Isyarat* perspektif Imam Al-Qusyairi?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka adanya tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan konsep *self healing* dalam kitab Tafsir *Lathaif Al-Isyarat* perspektif Imam Al-Qusyairi.

## **D. Manfaat Penelitian**

Adapun penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat yaitu:

---

<sup>15</sup> Nida Amalia dan Siti Madinatul, *Metode Tafsir Lathaif Al-Isyarat Karya Imam Al-Qusyairi*, Jurnal Iman dan Spiritualitas, Vol. 1. No. 1, 2021, hlm. 42.



1. Secara teoritis, diharapkan penelitian ini dapat menambah khazanah pengetahuan dan pengembangan terutama dalam bidang studi ilmu Al-Quran dan Tafsir, selain itu juga sebagai bahan telaah bagi penulis lainnya dalam mengkaji ilmu ini.
2. Secara praktis, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai wawasan masyarakat luas terkait *self healing* yang dilakukan berdasarkan nilai-nilai spiritual. Selain itu diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai solusi dalam menghadapi persoalan kehidupan pada masa kini berdasarkan perspektif Imam Al-Qusyairi dalam kitab Tafsir *Lathaiif Al-Isyarat*.