



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Syeikh Ibnu 'Athailah As-Sakandari tinggal di Mesir pada masa pemerintahan Dinasti Mameluk. Ia dilahirkan di kota Alexandria (Iskandariyah) dan kemudian pindah ke Kairo. Ia dikenal dengan julukan Al-Iskandari atau As-Sakandari yang merujuk pada kota kelahirannya. Di kota ini, ia menghabiskan hidupnya dengan mengajar fikih mazhab Imam Maliki di berbagai lembaga intelektual, termasuk Masjid Al-Azhar. Selain itu, ia juga terkenal di bidang tasawuf sebagai seorang "master" (syekh) ternama ketiga di kalangan tarekat sufi Syadziliyah.

Sejak kecil, Ibnu 'Athailah terkenal karena kegemarannya dalam belajar. Ia memperoleh pengetahuan dari beberapa syekh secara bertahap. Salah satu guru terdekatnya adalah Abu Al-Abbas Ahmad ibnu Ali Al-Anshari Al-Mursi, yang merupakan murid dari Abu Hasan Syadzili, pendiri tarikat Al-Syadzili. Dalam bidang fiqih, Ibnu 'Athailah mengikuti dan menguasai Mazhab Maliki, sementara dalam bidang tasawuf, ia adalah pengikut dan tokoh dalam tarikat Al-Syadzili.

Ibnu 'Athailah dapat dikategorikan sebagai seorang ulama yang sangat produktif, dengan tidak kurang dari 20 karya yang dihasilkannya. Karyanya meliputi bidang tasawuf, tafsir, aqidah, hadits, nahwu, dan ushul fiqh. Salah satu karya yang paling terkenal adalah kitab al-Hikam, yang

dianggap sebagai magnum opusnya. Kitab ini telah disyarah oleh beberapa tokoh, termasuk Muhammad bin Ibrahim ibn Ibad ar Rundi, Syaikh Ahmad Zarruq, dan Ahmad ibn Ajiba.

Selain itu, Ibnu 'Athailah juga menciptakan beberapa karya lainnya, seperti *Al-Tanwir fi Isqath al-Tadbir*, *'Unwan at-Taufiq fi'dab al-Thariq*, *miftah al-Falah*, dan *al-Qaul al-Mujarrad fil al-Isim al-Mufrad*. Kitab terakhir ini adalah responnya terhadap pandangan Syaikhul Islam ibn Taimiyyah tentang masalah tauhid. Diketahui bahwa kedua ulama besar ini hidup pada periode yang sama dan dikabarkan pernah terlibat dalam dialog yang berkualitas tinggi dan sangat sopan. Ibnu Taimiyyah memiliki sikap yang tidak menyukai praktik sufisme, sementara Ibnu 'Athailah dan para pengikutnya melihat bahwa tidak semua jalan sufisme itu salah. Mereka juga tetap berpegang teguh pada aspek syariat dalam praktik keagamaan mereka.

Ibnu 'Athailah dikenal sebagai sosok yang sangat dihormati dan memiliki integritas yang tinggi. Ia menjadi teladan bagi banyak orang yang berusaha mendekatkan diri kepada Tuhan. Ia menjadi panutan bagi mereka yang memiliki ketulusan hati dan menjadi imam bagi mereka yang memberikan nasihat. Dalam lingkungan tarikat Syadzili, Ibnu 'Athailah diakui sebagai "master" atau syaikh ketiga setelah pendirinya, Abu al Hasan Asy Syadzili, dan penerusnya, Abu Al Abbas Al Mursi. Ibnu 'Athailah juga menjadi orang pertama yang mengumpulkan ajaran, pesan, doa, dan biografi keduanya, sehingga warisan tarikat Syadzili tetap terjaga dan terpelihara.

Meskipun Ibnu 'Athailah adalah tokoh kunci dalam sebuah tarikat, hal itu tidak berarti bahwa aktivitas dan pengaruh intelektualnya terbatas hanya dalam lingkungan tarikat tersebut. Buku-buku Ibnu 'Athailah dibaca secara luas oleh umat Muslim dari berbagai kelompok, termasuk lintas mazhab dan tarikat. Kitab *Al Hikam* yang legendaris menjadi salah satu contohnya. Meskipun namanya tetap terkenal hingga saat ini, tidak ada catatan yang pasti mengenai tanggal kelahirannya. Dengan melihat jejak hidupnya, Taftazani dapat menyimpulkan bahwa ia lahir sekitar tahun 658 hingga 679 Hijriah.

Keluarga Ibnu 'Athailah memiliki latar belakang pendidikan agama yang kuat, dimana kakeknya dari jalur nasab ayahnya merupakan seorang ulama fiqih terkenal pada masanya. Sejak remaja, Ibnu 'Athailah telah belajar di bawah bimbingan ulama tingkat tinggi di Iskandariah, seperti al-Faqih Nasiruddin al-Mimbar al-Judzami. Kota Iskandariah pada masa itu memang menjadi salah satu pusat ilmu pengetahuan di Semenanjung Mesir, dengan kehadiran banyak ulama dalam bidang fiqih, hadits, usul, dan ilmu-ilmu bahasa Arab. Selain itu, kota ini juga dipenuhi dengan tokoh-tokoh tasawuf dan para wali yang saleh.

Tasawuf merupakan suatu proses yang bertujuan untuk memperbaiki akhlak dan melatih jiwa melalui berbagai kegiatan. Tujuannya adalah untuk melindungi manusia dari pengaruh negatif kehidupan dunia dan mendekatkan diri kepada Allah, sehingga jiwa menjadi suci dan memiliki akhlak mulia seperti yang dicontohkan oleh Nabi Muhammad saw.<sup>1</sup> Inti dari tasawuf adalah

---

<sup>1</sup> Sayyed Hussien Nasr, *Tasawuf Dulu Sekarang* (Jakarta: Pustaka Firdaus, 2006) 16.

menyadari adanya hubungan dan komunikasi antara ruh manusia dengan Tuhan, yang dapat dicapai dengan membersihkan diri dari sifat-sifat tercela dan mencapai ma'rifat (pengetahuan yang mendalam) tentang Allah SWT.

Aliran tasawuf memiliki variasi dalam metode dan proses untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dari segi sosiologis, suatu kelompok keagamaan akan menunjukkan perilaku dan melaksanakan segala sesuatu sesuai dengan keyakinan yang mereka anut. Oleh karena itu, dalam aspek sosial, ajaran tertentu akan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kelompok tersebut.<sup>2</sup>

Tasawuf dapat dibagi menjadi tiga bagian, yaitu tasawuf akhlaki, tasawuf amali, dan tasawuf falsafi. Secara umum, tujuan dari tasawuf adalah agar seorang hamba dapat mendekatkan diri kepada Tuhan. Namun, ketiga jenis tasawuf ini memiliki sasaran yang berbeda-beda. Tasawuf akhlaki adalah tasawuf yang fokus pada pengembangan akhlak, moralitas, dan etika yang baik terhadap Allah dan sesama makhluk Allah. Tujuannya adalah untuk memperbaiki budi pekerti dan perilaku seseorang. Tasawuf amali adalah tasawuf yang memprioritaskan peningkatan amal ibadah individu agar dapat mencapai kedekatan dengan Allah melalui berbagai cara yang dituntut dalam agama. Tasawuf falsafi adalah tasawuf yang lebih berkaitan dengan pemikiran dan filsafat. Ia melibatkan penelaahan mendalam tentang hubungan antara manusia dan Tuhan, serta pencarian makna dalam realitas spiritual. Dengan demikian, meskipun tujuan umumnya sama yaitu mendekatkan diri kepada

---

<sup>2</sup> F.O dea, *Sosiologi Agama*, (Jakarta: Rajawali, 2002), 21.

Tuhan, masing-masing jenis tasawuf ini memiliki fokus dan pendekatan yang berbeda dalam mencapai tujuan tersebut.<sup>3</sup>

Dalam konteks tasawuf amali, terdapat berbagai tarikat yang berbeda. Menurut penjelasan yang dikutip oleh Asmaran dari Massignon, tarikat dalam tasawuf memiliki makna sebagai metode yang dilakukan oleh para sufi. Dari penjelasan ini, kita dapat memahami tentang konsep Maqamat dan Ahwal. Maqamat mengacu pada tingkatan-tingkatan spiritual yang dicapai oleh seorang sufi dalam perjalanan spiritualnya. Setiap maqam memiliki karakteristik dan tantangan tersendiri, dan seorang sufi bertujuan untuk naik dari satu maqam ke maqam yang lebih tinggi. Ahwal, di sisi lain, mengacu pada kondisi spiritual yang dialami oleh seorang sufi dalam perjalanan tasawufnya. Ahwal merujuk pada pengalaman transformatif yang meliputi keadaan hati, kesadaran diri, dan pengalaman mistik yang dalam. Dengan demikian, tarikat dalam tasawuf amali melibatkan penggunaan metode dan pendekatan tertentu dalam perjalanan spiritual sufi, yang mencakup pemahaman tentang maqamat (tingkatan) dan ahwal (kondisi spiritual).<sup>4</sup>

Tasawuf falsafi, pada sisi lain merupakan cabang tasawuf yang membahas pendekatan diri kepada Allah SWT secara filosofis.<sup>5</sup> Tujuan dari ketiga jenis tasawuf ini adalah sama, yaitu untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui proses membersihkan diri dari perbuatan tercela dan mempraktikkan perilaku yang terpuji.

---

<sup>3</sup> Sokhi Huda, *Tasawuf Kultural Shalawat Wahidiyah*, (Yogyakarta: LKiS, 2008) 58.

<sup>4</sup> Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada) 97.

<sup>5</sup> Dahlan Tamrin, *Tasawuf Irfani* (Malang: UIN Maliki Press, 2010) 26-27.

Modernisasi tidak boleh menjadi alasan untuk mengorbankan atau mencela nilai-nilai agama sebagai penghambat kemajuan. Di zaman sekarang, penting untuk mempertimbangkan dan merekonstruksi mentalitas remaja melalui pendidikan agama. Penyalahgunaan narkoba, erotisme di luar pernikahan, dan perilaku perselingkuhan yang menjadi tren di kalangan anak muda, merupakan bentuk "kemunkaran" yang tidak dapat ditoleransi hanya dengan alasan kebebasan berekspresi. Kita membutuhkan solusi konkret dan jawaban atas fenomena-fenomena ini. Membiarkan perilaku kenakalan remaja berlanjut sama dengan mengizinkan negara kita terjerumus ke dalam kehancuran dan kehilangan martabat. Oleh karena itu, perlu dibangun fondasi moral yang kuat di tengah-tengah masyarakat kita.

Penting untuk menghidupkan kembali nilai-nilai dan semangat agama Islam sebagai patokan. Ini bukan berarti memaksakan Islam di tengah keberagaman agama, budaya, dan etnis. Namun, persaingan norma sepanjang sejarah bangsa telah membuktikan bahwa nilai-nilai agama Islam adalah penilaian yang paling objektif terhadap norma-susila bangsa Indonesia. Konstruksi moral yang kuat harus dibangun melalui perbaikan di berbagai aspek kehidupan bangsa, mulai dari sosial-kemasyarakatan hingga sistem pendidikan. Dari agama Islam, kita dapat menemukan fiqh dan studi lainnya yang menjadi warisan yang tidak hanya mapan secara konseptual, tetapi juga terbukti dalam mengatur budaya berbagai bangsa, termasuk Indonesia, meskipun tidak secara resmi diakui dalam konstitusi dan sistem negara.

Isi kitab al-Hikam Ibnu 'Athailah mengandung elemen tasawuf yang relevan dengan kebutuhan umat Muslim saat ini dalam mempelajari tasawuf dan psikoterapi. Akhir-akhir ini, kitab al-Hikam tidak hanya dipelajari oleh santri pondok pesantren, tetapi juga oleh eksekutif Muslim dan kalangan sosialita di kota-kota besar. Di Indonesia, terdapat beberapa terjemahan al-Hikam yang diterbitkan oleh beberapa penerbit, bahkan dicetak berulang kali. Hal ini menunjukkan bahwa antusiasme umat muslim Indonesia dalam mempelajari buku ini sangat tinggi.

Dalam pandangan Ibnu 'Athailah yang terdapat dalam kitab Al-Hikam, dipercayai dengan tegas bahwa keimanan kepada Tuhan adalah terapi terbaik untuk mengatasi keresahan jiwa. Keimanan kepada Tuhan menjadi kekuatan yang tak terbantahkan yang harus dipenuhi untuk memandu kehidupan seseorang. Ibnu 'Athailah juga menyatakan bahwa antara manusia dan Tuhan terdapat hubungan yang tidak dapat diputuskan. Ketika manusia tunduk pada petunjuk-Nya, aspirasi dan keinginan manusia akan tercapai. Manusia yang hidup dengan keimanan yang kuat akan dilindungi dari keresahan, menjaga keseimbangan batinnya, dan siap menghadapi segala kesulitan yang muncul.

Hubungan antara psikoterapi dan kajian kitab al-Hikam sangatlah signifikan, karena kajian yang mendasari kitab al-Hikam adalah kajian hikmah. Beberapa poin dalam psikoterapi dapat dengan jelas ditemukan dalam kitab al-Hikam, seperti kajian tentang pendekatan *riyadah al-qulub* (latihan spiritual) dan aspek pembinaan akhlak, yang semuanya berhubungan dengan psikologi individu.



Hal ini adalah fenomena yang positif, di mana di tengah-tengah krisis moral yang melanda masyarakat Indonesia terdapat individu yang antusias untuk meningkatkan moralitas pribadi. Mereka tidak hanya berfokus pada menjalankan ibadah ritual secara rutin tetapi juga memperhatikan dampak sosial dari ibadah tersebut. Oleh karena itu, menurut penulis perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan mengambil topik tersebut sebagai judul skripsi, yaitu "*Konsep Psikoterapi Syekh Ibnu 'Athailah As-Sakandari dalam Kitab Al-Hikam*".

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana corak Tasawuf Ibnu 'Athailah dalam kitab Al-Hikam?
2. Bagaimana konsep psikoterapi Ibnu 'Athailah dalam kitab Al-Hikam?
3. Bagaimana relevansi psikoterapi dalam kitab Al-Hikam dengan kehidupan modern?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang konsep psikoterapi yang terdapat dalam kitab Al-Hikam karya Syekh Ibnu 'Athailah. Penelitian ini bertujuan untuk menggali dan menganalisis pemikiran serta ajaran-ajaran yang relevan dengan psikoterapi dalam kitab tersebut. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam

mengembangkan pemahaman dan penerapan psikoterapi yang berbasis pada nilai-nilai Islam. Tujuan penelitian selanjutnya yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui corak Tasawuf Ibnu 'Athailah dalam kitab Al-Hikam.
2. Untuk mengetahui metode psikoterapi Ibnu Athaillah dalam kitab Al-Hikam.
3. Untuk mengetahui relevansi psikoterapi dalam kitab Al-Hikam dengan kehidupan modern.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Kegunaan penelitian merupakan dampak dari tercapainya tujuan.<sup>6</sup> Maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta kegunaan, selain itu penelitian ini juga berisi kontribusi penelitian dalam pengembangan ilmu pengetahuan yang bermanfaat atau untuk memperkaya kepustakaan Islam. diantaranya adalah:

1. Bagi ilmu pengetahuan, hasil dari kajian ini diharapkan dapat menambahkan khazanah keilmuan keagamaan Islam, terutama dalam bidang tasawuf yang selalu dituntut untuk berkembang dan menjadi pemain inti sebagai rujukan permasalahan umat.
2. Bagi praktis akademis, hasil dari kajian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai rujukan bahan kajian lebih lanjut, serta memberi wawasan baru tentang psikoterapi dalam kitab Al-Hikam.

---

<sup>6</sup> Riduwan, *Metode & Teknik Menyusun Proposal Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2010), 11.

## E. Penelitian Terdahulu

Untuk mendukung penelaahan yang lebih integral dan komperhensif, maka peneliti berusaha melakukan tinjauan lebih awal terhadap pustaka (karya-karya) yang mempunyai relevansi dengan objek yang diteliti.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Elvira Purnamasari dalam Jurnal El-Afkar Vol 8 Nomor 2 yang berjudul "*Psikoterapi dan Tasawuf Dalam Mengatasi Krisis Manusia Modern*" pada penelitian tersebut menjelaskan bahwa Tasawuf merupakan aspek esoteris dalam Islam yang berada dalam ranah kebatinan atau spiritual Islam. Oleh karena itu, miskinnya nilai spiritual dalam aspek kehidupan manusia modern saat ini yang mengakibatkan terjadinya krisis manusia modern dengan berbagai problematikanya, perlu mengangkat tasawuf sebagai solusinya. Tasawuf dapat menjadi solusi alternatif terhadap kebutuhan spiritual dan pembinaan manusia modern, karena tasawuf merupakan tradisi yang hidup dan kaya dengan doktrin-doktrin metafisis, kosmologis dan psikoterapi religius yang dapat menghantarkan kita menuju kesempurnaan dan ketenangan hidup.<sup>7</sup>

Persamaan dan perbedaan penelitian peneliti dengan penelitian yang ini yaitu sama-sama meneliti tentang konsep tasawuf psikoterapi. Sedangkan perbedaannya yaitu penelitian ini membahas secara umum konsep tasawuf psikoterapi sedangkan penelitian yang saya lakukan hanya berfokus pada satu tokoh sufistik yaitu Ibnu Athoillah dan konsep psikoterapinya.

---

<sup>7</sup> Elvira Purnamasari, "Psikoterapi Dan Tasawuf Dalam Mengatasi Krisis Manusia Modern," ElAfkar 8, no. 2 (2019), 35

2. Skripsi yang di tulis oleh Dewi Kurnia Putri, dengan judul: “*Peranan Ajaran Tasawuf Sebagai Psikoterapi Dalam Mengatasi Stres Di Pondok Pesantren Al-Hikmah Wayhalim Bandar Lampung*”, Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung 1439 H / 2018.<sup>8</sup>

Hasil penelitian menunjukkan: (1) Ajaran tasawuf di pondok pesantren Al-Hikmah Wayhalim Bandar Lampung sudah diterapkan. Hakikat tasawuf adalah mendekatkan diri kepada Allah SWT. Menjadikan manusia kepribadian yang shaleh dan shalehah, berakhlak baik, lebih mendekatkan manusia kepada Tuhan, dan sebagai obat kerohanian manusia. (2) Para santri yang menempati pondok pesantren, tidak terlepas dari permasalahan-permasalahan sosial. Santri yang baru masuk di pondok pesantren ada yang mengalami stres dengan gejala malas, mudah tersinggung, kehilangan nafsu makan, sering marah dan sering melanggar aturan pondok dikarenakan faktor yang mempengaruhi santri mengalami stress yaitu belum bisa berinteraksi dengan lingkungan, mengelola keuangan, dan faktor internal, tidak sedikit santri yang menganggap hal tersebut sebagai suatu tekanan, sehingga hal tersebut dapat membuat para santri mengalami suatu keadaan stress. (3) Ajaran Tasawuf yang digunakan di pesantren ini dengan tahapan khusus kepada snatri yang mengalami stress dengan metode takhalli tahalli, tajalli dan dzikir, karna

---

<sup>8</sup> Dewi Kurnia Putri, dengan judul: peranan Ajaran Tasawuf Sebagai Psikoterapi Dalam Mengatasi Stres Di Pondok Pesantren Al-Hikmah Wayhalim Bandar Lampung

dengan dzikir bisa menghilangkan penyakit hati, sehat jiwa, dan semakin tenang.

Implementasi tasawuf sebagai psikoterapi dengan khusus sholat tobat, shalat hajat, shalat tasbis ditutup dengan shalat witr dan dilanjutkan dengan kegiatan dzikir, karena dapat meningkatkan keimanan, merasa dekat dengan Allah SWT, berada dalam lindungan-Nya sehingga muncul rasa tenang, percaya diri, tenang, nyaman dan bahagia bagi seluruh manusia terutama santri yang mengalami stres.

Persamaan penelitian yaitu sama-sama membahas tentang psikoterapi sedangkan perbedaannya yaitu pada fokus kajian nya yang mana penelitian ini berfokus kepada stres (Tasawuf Sebagai Psikoterapi Dalam Mengatasi Stres pada santri) sedangkan penelitian akan peneliti lakukan berfokus pada pandangan tokoh tasawuf tentang konsep psikoterapi.

3. Jurnal yang di tulis oleh Abdul Moqsith Ghazali dengan judul: Pemikiran Tasawuf Ibnu ‘Athailah Al-Askandari kajian terhadap kitab al-Hikam al-‘Athailah oleh dosen tetap fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Sebagai pemikir tasawuf yang bercorak khuluqi-‘amali, Ibnu‘Athailah masuk ke dalam pembahasan terminal-terminal spiritual (maqamat) yang sebelumnya telah dirintis oleh al-Harits al-Muhasibi (w. 243 H.), Abu Nashr alSarraj (w. 378 H./ 988 M.), al-Kalabadzi (w. 380 H.), al-Qusyairi (w. 465 H./1072 M.), Abu Hamid al-Ghazali (505 H.). Di

dalam kitab al-Hikam ini, sekalipun tak disistematisasikan seperti yang dilakukan pemikir tasawuf lain, Ibnu‘Athailah membahas tentang maqam-maqam spiritual seperti taubat, zuhud, shabar, tawakkal, dan ridha. Ia juga membahas tentang ahwal seperti khauf-raja’, tawadhu’, ikhlas, dan syukur. Bahkan, Ibnu‘Athailah membahas tentang ma’rifat, fana-baqa, dan mahabbah. Namun, tak seperti para sufi lain yang banyak mendasarkan maqamat dan ahwal pada al-Qur’an dan Hadits, maka Ibnu‘Athailah dalam kitab ini seperti dikatakan sebelumnya lebih banyak bertumpu pada pengalaman batin yang bersangkutan.<sup>9</sup>

Kesamaan penelitian ini yaitu sama-sama membahas pemikiran tokoh tasawuf yaitu Ibnu Athoillah. Sedangkan perbedaannya yaitu terletak fokus kajiannya yang mana penelitian terdahulu hanya mengkaji Pemikiran tasawuf Ibnu Atha’illah. Sedangkan peneliti berfokus pada kajian tasawuf dan psikoterapi Ibnu Athoillah.

4. Revitalisasi Ajaran Tasawuf (Studi Terhadap Kitab Al-Hikam Karya Ibnu ‘Athailah As-Sakandariy. Hasil penelitian menjelaskan bahwa dalam kitab al-Hikam sangat kental dengan nuansa tauhid sufi, mengajarkan kepasrahan yang mendalam pada Allah dan sifat *mahabbah* pada Allah, kenikmatan ibadah, kesucian rohani, sabar dan syukur dan menjauhi segala materi yang menjauhkan diri pada Allah.<sup>10</sup>

Persamaan penelitian yaitu sama meneliti tokoh yang sama yaitu Ibnu ‘Athailah sedangkan perbedaannya ada pada fokus kajiannya yaitu

<sup>9</sup> Abdul Halim Mahmud, *Lathaif al-Minan li Ibn Atha’illah al-Sakandari*, . 125.

<sup>10</sup> Abdurrahman, *Revitalisasi Ajaran Tasawuf*, (Studi Terhadap Kitab Al-Hikam Ibnu Athaillah), (IAIN Antasari Banjarmasin, 2008).

peneliti terdahulu meneliti tentang Revitalisasi Ajaran Tasawuf Ibnu Atho illa, sedangkan peneliti berfokus pada konsep psikoterapi Ibnu Atho illah

5. Jurnal yang ditulis oleh Hermala Fitriani dengan judul Relevansi Konsep Neurosains Spiritual Taufiq Pasiak terhadap Psikoterapi Sufistik. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep neurosains spiritual menurut Taufiq Pasiak merupakan sebuah kajian untuk melihat spiritualitas manusia dari perspektif kesehatan dan kedokteran dengan pendekatan ilmu otak. Taufiq Pasiak berhasil memetakan empat komponen otak yang bekerja ketika seseorang melakukan aktivitas spiritual yang disebut sebagai operator neurospiritual (ONS).<sup>11</sup>

Selain itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat relevansi antara neurosains spiritual dan psikoterapi sufistik yang berupa aktivitas zikir, shalat, puasa, membaca shalawat, dan berdoa. Pada saat melakukan aktivitas psikoterapi sufistik terdapat sirkuit otak yang bekerja pada bagian korteks prefrontal, area asosiasi, sistem limbik, dan sistem saraf otonom yang juga berpengaruh terhadap kesehatan.

Sama-sama meneliti tentang tokoh tasawuf tentang konsep tasawuf dan psikoterapi. Sedangkan perbedaannya peneliliti terdahulu meneliti secara umum sedangkan peneliti yang akan saya lakukan yaitu hanya berfokus pada konsep psikoterapi Ibnu 'Athailah

---

<sup>11</sup> Hermala Fitriani, *Relevansi Konsep Neurosains Spiritual Taufiq Pasiak terhadap Psikoterapi Sufistik*, 2021.

6. Jurnal yang ditulis oleh N Cholis S Syahril dengan judul Konsep Tasawuf Sebagai Psikoterapi Bagi Problematika Masyarakat Modern (Study Terhadap Kitab Ihya' 'Ulumudin Karya Imam Al-Ghazali).<sup>12</sup>

Hasil penelitian ini adalah bahwa permasalahan masyarakat modern dapat dikelompokkan menjadi lima bagian yaitu: kekosongan, kehilangan nilai dan makna hidup, rasa sakit dan frustrasi, dan kehilangan harga diri dan masa depan. Oleh karena itu tasawuf sangat diperlukan dalam kehidupan modern, karena di era ini banyak manusia yang mulai meninggalkan aspek spiritual atau ibadahnya kepada Tuhannya, banyak pula yang mulai melupakan keberadaannya sebagai hamba Tuhan, sehingga banyak permasalahan dalam kehidupan modern. kehidupan. Psikoterapi yang diberikan terhadap permasalahan yaitu: (1) tobat adalah kembali ke jalan yang benar, menyesali perbuatan yang salah dan tidak akan mengulanginya lagi, (2) riyadhah dan mujahadah yaitu terus menerus melakukan amalan dan bersungguh-sungguh untuk kembali kepada Allah, (3) Zuhud adalah menggunakan fasilitas dunia dengan tidak mengalahkan urusan akhirat, (4) Sabar tidak selalu memaksakan kehendak dan mampu menjalani ketentuan Allah selama hidup di dunia, dan (5) tawakkal yaitu berserah diri. hasil usaha yang dilakukan hanya kepada Allah dan selalu berprasangka baik kepada-Nya.

Paparan penelitian terdahulu yang telah peneliti paparkan diatas merupakan beberapa penelitian yang memiliki kemiripan dengan

---

<sup>12</sup> N Cholis. S Syahril, *Konsep Tasawuf Sebagai Psikoterapi Bagi Problematika Masyarakat Modern*, (Study Terhadap Kitab Ihya' 'Ulumudin Karya Imam Al-Ghazali)



penelitian yang akan peneliti lakukan. persamaan penelitian tersebut yaitu sama-sama meneliti pemikiran tokoh dan kajian kitab yang sama pula yakni Ibnu 'Athailah As-Sakandari dalam kitab Al-Hikam, dengan berfokus pada konsep tasawuf. Sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu kajian pemikiran As-Sakandari dalam kitab Al-Hikam, dengan memfokuskan kajiannya terhadap pandangannya tentang konsep Psikoterapi. Dengan demikian tentu hasil penelitian dari penelitian yang akan peneliti lakukan ini merupakan temuan baru yang secara prinsip akan melengkapi kajian pemikiran Ibnu 'Athailah As-Sakandari, secara kompleks dalam studi Tasawuf Psikoterapi.

## **F. Kerangka Teori**

### **1. Psikoterapi**

#### **a. Pengertian Psikoterapi**

Pertanyaan mengenai psikoterapi Islam dan berbagai aspek yang terkait masih menjadi perdebatan yang meluas. Diskusi ini mencakup berbagai hal seperti definisi, eksistensi, fungsi, objek, metode, pendekatan, cakupan, dan masih banyak lagi yang terus dikaji untuk mengembangkan pemahaman yang lebih sempurna dalam disiplin ilmu ini.

Dalam hal penamaan, terdapat variasi dalam menyebut psikoterapi yang berkaitan dengan Islam. Ada yang menyebutnya sebagai psikoterapi Islam, yang merujuk pada pendekatan psikoterapi yang berakar dari ajaran Islam dan menggunakan Al-Qur'an dan Hadis

sebagai sumber utamanya. Sementara itu, ada juga yang menyebutnya sebagai psikoterapi yang Islami, yang mengacu pada pendekatan psikoterapi Barat yang diintegrasikan dengan nilai-nilai dan prinsip Islam. Dalam konteks penamaan terakhir, psikoterapi Islam merupakan hasil dari proses Islamisasi ilmu yang melibatkan tidak hanya bidang psikoterapi, tetapi juga disiplin ilmu lainnya.

Dalam praktek konseling, terdapat dua istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan proses penyembuhan atau pengobatan terhadap klien, yaitu terapi (*therapy*) dan psikoterapi (*psychotherapy*). Menurut Andi Mappiare, terapi (*therapy*) merujuk pada suatu proses korektif, kuratif, atau penyembuhan. Istilah ini umumnya digunakan dalam konteks bidang medis atau kedokteran. Namun istilah terapi juga tidak selalu digunakan secara bergantian dengan konseling (*counseling*) dan psikoterapi (*psychotherapy*).<sup>13</sup>

Psikoterapi (*psychotherapy*) terdiri dari dua kata, yaitu "*psycho*" yang berarti jiwa, dan "*therapy*" yang berarti penyembuhan. Oleh karena itu, psikoterapi (*psychotherapy*) dapat diartikan sebagai penyembuhan jiwa.<sup>14</sup> Selain itu, menurut definisi dalam kamus ilmiah yang umum dipahami, psikoterapi adalah suatu upaya penyembuhan secara psikologis melalui pemberian nasehat dan dukungan.<sup>15</sup>

Pengertian psikoterapi juga dapat dijabarkan sebagai suatu bentuk

---

<sup>13</sup> Andi Mappiare, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2006), 334

<sup>14</sup> amsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), 186.

<sup>15</sup> Pius A partanto, *Kamus Ilmiah Populer*, (Surabaya: Arkola, 1994), 638.

pengobatan, dimana gangguan psikis diobati dan dirawat melalui pendekatan dan metode yang bersifat psikologis.<sup>16</sup>

Dalam bahasa Inggris, kata "*therapy*" memiliki arti sebagai pengobatan dan penyembuhan, sementara dalam bahasa Arab, istilah yang sepadan adalah "*al-istisyfa*", yang berasal dari kata "*syafa-yasyfi-syifa*" yang berarti menyembuhkan. Penggunaan istilah ini telah diperkenalkan oleh Muhammad Abd. al-'Aziz al-Khalidi. Di dalam Al-Qur'an, kita sering menjumpai kata-kata seperti "*syifa*" yang memiliki konotasi penyembuhan. Di antaranya pada surah Yunus: 57 dan al-Isra: 82, yaitu:

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

“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”. (QS. Yunus : 57).

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

“Dan Kami turunkan dari Al Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian”. (QS. Al-Israa': 82).

Psikoterapi (psychotherapy) merupakan bentuk pengobatan jiwa yang melibatkan penggunaan metode kebatinan atau penerapan teknik khusus, termasuk pendekatan konseling, untuk menyembuhkan

<sup>16</sup> Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikoterapi Kontemporer*, (Malang: UIN Malang Press, 2009), 191.

penyakit mental atau mengatasi kesulitan penyesuaian diri sehari-hari. Psikoterapi juga dapat dilakukan melalui keyakinan agama dan melalui diskusi dengan para pakar, seperti guru, ustadz, atau konselor. Para ahli psikologi memiliki berbagai pengertian yang penting mengenai psikoterapi.

Menurut Chaplin yang dikutip dalam buku Ahmad Saifuddin, definisi psikoterapi adalah melakukan modifikasi atau perubahan terhadap perilaku individu dengan tujuan meningkatkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih efektif terhadap lingkungan sekitarnya.<sup>17</sup>

Menurut Ramayulis, pengertian psikoterapi adalah upaya psikologis untuk mengatasi gangguan jiwa melalui penyesuaian dan pembiasaan diri terhadap norma-norma yang baik. Metode ini juga dapat melibatkan bantuan orang lain yang memberikan sugesti kepada penderita agar mengikuti norma-norma yang baik.<sup>18</sup>

Dalam arti harfiah, Islam berasal dari kata salima yang memiliki makna keselamatan, kedamaian, dan kesentosaan. Dari kata salima, terbentuk kata aslama yang berarti berserah diri, patuh, dan tunduk setia. Oleh karena itu, Islam memiliki pengertian sebagai agama yang mengajarkan keselamatan, kedamaian, dan kesentosaan. Pengertian Islam ini sejalan dengan fitrah dan kebutuhan jiwa manusia yang menginginkan kehidupan yang aman, damai, dan tenteram.<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup> Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019), 207.

<sup>18</sup> Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2007), 170.

<sup>19</sup> Abuddin Nata, *Psikologi Pendidikan Islam*, (Depok: PT Rajagrafindo Persada, 2018), 41.

Pengertian Islam dari segi kebahasaan ini juga sejalan dengan tujuan misi ajaran Islam, yaitu memberikan rahmat kepada seluruh alam (*wa maa arsalnaka illa rahmatan lil 'alamien*)

Dalam pengertian secara terminologi atau penggunaan istilah, Islam merujuk kepada agama yang ajaran-ajarannya diwahyukan oleh Tuhan kepada Nabi Muhammad SAW. dengan tujuan untuk disampaikan kepada umat manusia.<sup>20</sup> Ajaran Islam yang dibawa oleh Nabi Muhammad SAW. merupakan kelanjutan dan penyempurnaan dari ajaran Islam yang dibawa oleh para nabi sebelumnya. Dengan demikian, secara psikologis, ajaran Islam ini dapat diterima oleh berbagai lapisan masyarakat di seluruh dunia, tidak terbatas pada satu zaman tertentu.

Misi mulia ajaran Islam yang dibawa oleh Nabi Muhammad SAW adalah untuk menyatukan jiwa manusia dengan iman dan takwa kepada Allah SWT mengarahkan mereka keluar dari kesesatan menuju jalan yang terang, merestui perdamaian di antara mereka yang berselisih, mengarahkan mereka dari kehidupan yang sesat menuju kehidupan yang lurus, serta menyelamatkan mereka dari bahaya kehancuran. Misi ini sejalan dengan aspirasi manusia untuk memiliki tatanan kehidupan yang penuh cahaya, terbebas dari kerugian, dan bebas dari penderitaan.

---

<sup>20</sup> Harun Nasution, *Islam Ditinjau dari Berbagai Aspeknya*, ( Jakarta: UI Press, 1978), 87.

Dari berbagai penjelasan yang telah disampaikan mengenai psikoterapi dan Islam, sekarang saatnya untuk menguraikan definisi komprehensif mengenai psikoterapi Islam. Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky, dalam bukunya "Konseling dan Psikoterapi Islam", ia memberikan definisi khusus bahwa psikoterapi Islam adalah bentuk pengobatan yang melibatkan dimensi kebatinan, penerapan teknik khusus dalam penyembuhan gangguan mental atau kesulitan dalam penyesuaian diri sehari-hari, atau penyembuhan melalui keyakinan agama dan diskusi pribadi dengan guru atau teman sejawat.<sup>21</sup>

Dalam bukunya yang berjudul "Aplikasi Psikologi Islam", Fuad Anshori juga menyampaikan pandangannya mengenai psikoterapi Islam. Menurutnya, psikoterapi Islam adalah usaha untuk menyembuhkan jiwa (nafs) manusia secara spiritual yang didasarkan pada petunjuk yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadis. Pendekatan ini menggunakan metode analisis esensial empiris dan pemahaman yang mendalam terhadap segala aspek yang terlihat dalam diri manusia.<sup>22</sup> Allah SWT. berfirman;

قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ قَائِمًا يَأْتِيَنَّكُمْ  
مِنِّي هُدًى ۚ فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَىٰ

*“Maka jika datang kepadamu petunjuk daripada-Ku, lalu barang siapa yang mengikut petunjuk-Ku, ia tidak akan sesat dan tidak akan celaka”. (QS. Thaha. :123)*

<sup>21</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al-Manar, 2008), 228.

<sup>22</sup> Fuad Anshori, *Aplikasi Psikologi Islam*, (Yogyakarta: 2000), 242.

Dalam pandangan tersebut, Al-Qur'an dianggap memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejiwaan umat Muslim. Al-Qur'an dianggap sebagai obat atau penawar bagi segala masalah dan penyakit jiwa manusia. Dengan demikian, psikoterapi Islam bertujuan untuk mengatasi berbagai masalah kejiwaan dengan berlandaskan pada prinsip-prinsip agama Islam. Psikoterapi Islam meyakini bahwa keimanan dan kedekatan dengan Sang Penyembuh menjadi kekuatan penting dalam mengatasi masalah kejiwaan seseorang. Selain mencegah masalah kejiwaan, psikoterapi Islam juga bertujuan untuk meningkatkan kualitas individu secara keseluruhan. Pendekatan ini menggabungkan pola pikir dan upaya nyata manusia untuk memperbaiki diri. Psikoterapi Islam tidak hanya bertujuan untuk menyembuhkan penyakit jasmani dan rohani, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas kehidupan jiwa individu agar mencapai kebahagiaan.

## **2 Al-Hikam Ibnu 'Athailah**

### **a. Kitab al-Hikam**

Dalam bahasa Arab, kata "Hikam" merupakan bentuk jamak dari kata "hikmah". Dalam konteks sehari-hari, ketika seseorang mengalami musibah, nasihat yang sering diberikan oleh sahabat atau guru adalah "sabar ya..ambil hikmahnya saja." Dalam bahasa Indonesia, istilah "hikmah" memiliki arti "sisi baik dari sesuatu". Dalam setiap peristiwa, seberat apapun, pasti terdapat hikmah atau

sisi baiknya yang bisa dipetik. Hal ini mencerminkan keyakinan bahwa di balik kesulitan atau ujian terdapat pelajaran berharga yang dapat diperoleh.<sup>23</sup> Al-Hikam adalah sebuah kitab yang ditulis oleh Syekh Ibnu 'Athailah As-Sakandari yang menjadi sangat terkenal dan dihargai hingga saat ini. Kitab ini berisi ajaran-ajaran spiritual dan pemahaman hakikat ma'rifat yang memiliki kualitas sastra yang tinggi. Kitab ini mengandung petuah-petuah yang mendalam dan bijak dalam memandang kehidupan dan hubungan manusia dengan Tuhan. Isinya mengajak pembaca untuk mendalami makna kehidupan dan mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang kebenaran dan eksistensi diri. Al-Hikam dianggap sebagai salah satu karya penting dalam tradisi tasawuf dan telah memberi pengaruh besar dalam pengembangan spiritualitas Islam.<sup>24</sup>

Kitab al-Hikam karya Syaikh Ibnu 'Athailah As-Sakandari, telah menjadi bahan ajaran yang disampaikan di berbagai tarekat di seluruh dunia termasuk di sejumlah pesantren di Indonesia. Syaikh Ibnu 'Athailah As-Sakandari sendiri merupakan seorang ulama sufi yang berhasil menyatukan pengetahuan tentang hukum syariat dengan pemahaman tentang hakikat spiritual. Kitab Al-Hikam memiliki daya tarik yang luar biasa karena mengandung pemahaman yang mendalam tentang ma'rifat (pengetahuan batin) yang disampaikan melalui kata-

---

<sup>23</sup> Syekh Abdullah Asy-Syarqawi, *Al-Hikam: Kitab Tasawuf Sepanjang Masa*, (Jakarta Selatan: Tuross Pustaka, 2013).

<sup>24</sup> Nur Hakim Syah, *Perjalanan dan Petuah Mursyid Thariqoh Syadzilyah*, (Kediri: Al-Qolbu, 2017), 145.



kata mutiara yang memukau. Namun, sebelum karya Al-Hikam oleh Syaikh Ibnu 'Athailah As-Sakandari ada, bahkan sebelum kelahiran beliau, sudah ada sebuah karya lain yang juga disebut Al-Hikam, yaitu Al-Hikam Al-Ghoutsiyah oleh Abu Madyan Syu'aib bin Husain Al-Anshori yang lahir di Spanyol pada abad ke-6 H. Pada masa itu, terdapat banyak karya tasawuf yang memiliki ciri yang serupa dengan Al-Hikam, yaitu berupa kata-kata mutiara yang mengandung pemahaman mendalam dan memikat tentang ma'rifat.<sup>25</sup>

Kitab Al-Hikam telah menginspirasi banyak ulasan atau syarah yang ditulis oleh para ulama. Menurut penjelasan Syaikh Zarruq, kitab ini sebenarnya tidak ditulis langsung oleh Syaikh Ibnu 'Athailah As-Sakandari, melainkan dikisahkan bahwa kitab tersebut didiktekan kepada muridnya yang bernama Syaikh Taqiyuddin As-Subki. Syaikh Taqiyuddin As-Subki sendiri adalah seorang ahli fiqh dan kalam yang terkenal karena kecermatan dan kejujurannya. Dalam proses ini, Syaikh Ibnu 'Athailah As-Sakandari menyampaikan ajaran-ajarannya kepada Syaikh Taqiyuddin As-Subki, yang kemudian mencatatnya dalam bentuk kitab Al-Hikam.

Dalam kitab Al-Hikam, Syaikh Ibnu 'Athailah As-Sakandari menggunakan berbagai rujukan dari Al-Qur'an, Hadis, ilmu kalam (Tauhid), serta menggabungkan inti nasihat dari beberapa tokoh sufi terkenal seperti Syaikh Junaid Al-Baghdadi dan Syaikh Muhasibi.

---

<sup>25</sup> Syekh Abdullah Asy-Syarqawi, *Al-Hikam: Kitab Tasawuf Sepanjang Masa*, xxi.

Selain itu, beliau juga mengambil nasihat-nasihat dari para leluhur dalam tarekat Syadziliyah seperti Syaikh Abul Hasan Asy-Syadzili dan Syaikh Abul Abbas Al-Mursi. Semua ini dilakukan dengan tujuan utama untuk membersihkan dan menyucikan hati. Dalam kitab Al-Hikam, beliau menggabungkan dan merangkai pemikiran-pemikiran tersebut dalam bentuk nasihat-nasihat yang dalam dan bermakna.

Al-Hikam dianggap sebagai kitab yang berat bukan karena struktur kalimat yang sulit dipahami, tetapi karena kedalaman makrifat yang terdapat dalam kalimat-kalimat singkatnya. Kitab ini memiliki gaya bahasa yang indah dan kaya makna. Oleh karena itu, banyak ulama terkemuka yang telah menulis syarah atau komentar-komentar tentang kitab ini, seperti Ibn Abbad (1332-1390) dan Ibn Ajibah (1747-1809). Beberapa penulis komentar, seperti Ibnu Ajibah, al-Bouthi, dan Zarruq, berpendapat bahwa Al-Hikam karya Ibnu 'Athailah As-Sakandari adalah karya terbaik dan paling komprehensif dibandingkan dengan karya-karya lainnya. Banyak ulama mengakui keindahan dan kedalaman makna yang terkandung dalam Al-Hikam ini.<sup>26</sup>

Al-Hikam menjadi kitab yang sering disebut karena mampu memadukan kedewasaan pengalaman spiritual dengan keindahan sastra. Kitab ini menjadi panduan yang efektif bagi mereka yang menempuh perjalanan spiritual, yang dalam tasawuf dikenal sebagai

---

<sup>26</sup> Nurhafid Ishari, *Pendidikan Karakter dalam Kitab Al-Hikam*(malang: pilita abadi, 2017), 17

murid atau salik. Murid merujuk pada individu yang berkeinginan memperbaiki hubungan dengan Allah, sedangkan salik merujuk pada mereka yang mencari atau meniti jalan menuju Allah.

### **3 Kehidupan Modern**

Kehidupan modern merupakan istilah yang terdiri dari dua kata, yaitu "kehidupan" dan "modern". Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, kehidupan diartikan sebagai pergaulan hidup manusia, yakni himpunan orang yang hidup bersama di suatu tempat dengan ikatan-ikatan aturan yang tertentu. Sedangkan kata "modern" merujuk pada segi atau aspek yang terkait dengan perkembangan zaman, kemajuan teknologi, dan perubahan sosial yang terjadi dalam masyarakat. Jadi, kehidupan modern mengacu pada cara hidup dan tatanan sosial yang mengikuti perkembangan zaman dan pengaruh dari kemajuan teknologi serta perubahan dalam masyarakat.<sup>27</sup> Benar, dalam pengertian harfiah, "modern" berarti yang terbaru, baru, dan mutakhir. Dalam konteks kehidupan, "modern" mengacu pada adanya perubahan dan perkembangan dalam cara hidup, budaya, teknologi, dan sistem sosial yang mengikuti perkembangan zaman. Kehidupan modern mencerminkan keberlanjutan perubahan dan penyesuaian dengan tuntutan dan kemajuan zaman.

Secara etimologis, "modern" berhubungan dengan masa kini atau masa sekarang. Sebagai lawan kata, "kuno" mengacu pada masa lampau atau sesuatu yang sudah usang dan tidak lagi relevan dengan zaman

---

<sup>27</sup> W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1991), 636

sekarang. Dalam konteks kehidupan modern, terdapat pergeseran nilai, norma, dan teknologi yang membedakan antara kehidupan modern dengan kehidupan masa lalu yang lebih tradisional atau kuno.<sup>28</sup>

Benar, era modern merupakan era kehidupan yang dibangun atas dasar sikap hidup yang terkait dengan kehidupan masa kini. Peradaban modern mencakup berbagai sistem kehidupan yang berkembang dalam era ini. Era modern ditandai oleh perubahan yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, perubahan mentalitas manusia, perkembangan teknik dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari, kemajuan dalam komunikasi dan transportasi, urbanisasi, serta perubahan dalam harapan dan tuntutan masyarakat.

Perubahan-perubahan ini saling terkait dan memiliki dampak yang signifikan dalam kehidupan secara keseluruhan. Kehidupan modern sering dianggap sebagai lawan dari kehidupan tradisional, yang mengacu pada pola kehidupan yang lebih mengedepankan nilai-nilai, norma, dan praktik-praktik yang telah lama berlaku dalam masyarakat sebelum era modern.

Perubahan dalam kehidupan modern sering kali melibatkan transformasi dalam pola pikir, gaya hidup, struktur sosial, dan interaksi manusia dengan teknologi dan lingkungannya. Era modern juga ditandai oleh percepatan dan kompleksitas dalam berbagai aspek kehidupan,

---

<sup>28</sup> Sayidiman Suryahadipraja, *Makna Modernitas dan Tantangannya terhadap Iman dalam Kontekstual Ajaran Islam*, (Jakarta: Paramadina, 1993), 553

termasuk bidang ekonomi, politik, budaya, dan sosial.<sup>29</sup> Deliar Noer misalnya sering menyebutkan kehidupan modern dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Bersifat rasional: yakni lebih mengutamakan pendapat akal pikiran, daripada pendapat emosi. Sebelum melakukan pekerjaan selalu dipertimbangkan lebih dahulu untung dan ruginya. Dan pekerjaan tersebut secara logika dipandang menguntungkan.
- b. Berpikir untuk masa depan yang lebih jauh. Tidak hanya memikirkan masalah yang berdampak sesaat, tetapi selalu dilihat dampak sosialnya secara lebih jauh.
- c. Menghargai waktu. Yaitu selalu melihat bahwa waktu adalah sesuatu yang sangat berharga, dan perlu dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya.
- d. Bersikap terbuka, yakni mau menerima saran, masukan, baik berupa kritik, gagasan dan perbaikan, dari manapun datangnya.
- e. Berpikir objektif yakni melihat segala sesuatunya dari sudut fungsi dan kegunaannya bagi kehidupan.

Era modern merupakan era kehidupan yang dibangun atas dasar sikap hidup yang terkait dengan kehidupan masa kini. Peradaban modern mencakup berbagai sistem kehidupan yang berkembang dalam era ini. Era modern ditandai oleh perubahan yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, perubahan mentalitas manusia, perkembangan

---

<sup>29</sup> Astrid S. Susanto, Pengantar Sosiologi dan Perubahan Sosial, (Bandung: Bina Cipta, 1979), 178.

teknik dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari, kemajuan dalam komunikasi dan transportasi, urbanisasi, serta perubahan dalam harapan dan tuntutan masyarakat.

Perubahan-perubahan ini saling terkait dan memiliki dampak yang signifikan dalam kehidupan secara keseluruhan. Kehidupan modern sering dianggap sebagai lawan dari kehidupan tradisional yang mengacu pada pola kehidupan yang lebih mengedepankan nilai-nilai, norma, dan praktik-praktik yang telah lama berlaku dalam masyarakat sebelum era modern.

Perubahan dalam kehidupan modern sering kali melibatkan transformasi dalam pola pikir, gaya hidup, struktur sosial, dan interaksi manusia dengan teknologi dan lingkungannya. Era modern juga ditandai oleh percepatan dan kompleksitas dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk bidang ekonomi, politik, budaya, dan sosial.

Dari sikap mental yang demikian itu, kehadiran ilmu pengetahuan dan teknologi, telah melahirkan sejumlah problematika kehidupan modern, diantaranya adalah:

- a. Desintegrasi Ilmu Pengetahuan; Kehidupan modern antara lain ditandai oleh adanya spesialisasi dibidang ilmu pengetahuan. Masing-masing ilmu pengetahuan memiliki paradigma (cara pandang) nya sendiri dalam memecahkan masalah yang dihadapi. Jika seseorang mengalami masalah kemudian pergi kepada kaum teolog, ilmuwan, politisi, ekonom psikolog dan lain-lain, ia akan memberikan jawaban yang berbeda-beda sehingga dapat membingungkan manusia.

- b. Kepribadian yang terpecah; Karena kehidupan manusia modern dipolakan oleh ilmu pengetahuan yang coraknya kering dari nilai-nilai spiritual dan berkotak-kotak itu, maka manusia menjadi pribadi yang terpecah. Kehidupan manusia modern diatur oleh rumus ilmu yang eksak dan kering. Akibatnya hal ini dapat menghilangkan nilai rohaniyah, jika keilmuan yang berkembang itu tidak berada dibawah kendali agama maka proses kehancuran manusia akan terus berjalan.
- c. Penyalahgunaan Iptek; Sebagai akibat dari lepasnya ilmu pengetahuan dan teknologi dari ikatan spiritual, maka iptek telah disalahgunakan dengan segala implikasi negatifnya. Kemampuan membuat senjata telah diarahkan untuk penjajahan satu bangsa. Kemampuan dibidang rekayasa genetika diarahkan untuk jual beli manusia. Sehingga semua itu dapat terlihat akan rusaknya moral umat dan lain sebagainya.
- d. Pendangkalan Iman; Sebagai akibat dari pola fikir keilmuan diatas, khususnya ilmu-ilmu yang hanya mengakui fakta-fakta yang bersifat empiris menyebabkan manusia dangkal imannya. Ia tidak tersentuh oleh informasi yang diberikan oleh wahyu, bahkan informasi yang diberikan oleh wahyu kadang hanya menjadi bahan tertawaan karena tidak ilmiah.
- e. Pola Hubungan Materialistik; Semangat persaudaraan dan saling tolong menolong yang didasarkan akan panggilan iman sudah tidak nampak lagi. Pola hubungan satu sama lain hanya dilihat dari sejauh mana seseorang memberikan manfaat secara material terhadap lainnya.

Akibatnya ia menempatkan pertimbangan material diatas pertimbangan akal sehat, nurani, hati, kemanusiaan dan keimanannya.<sup>30</sup>

- f. Menghalalkan segala Cara; Sebagai akibat lebih jauh dari dangkalnya iman dan pola hidup materialistic sebagaimana yang disebutkan diatas, maka manusia mudah menggunakan prinsip menghalalkan berbagai cara dalam mencapai tujuannya.
- g. Jika ini terus berlanjut akan terjadi kerusakan akhlak dalam berbagai bidang kehidupan Stres dan Frustrasi; Kehidupan modern yang kompetitif seperti ini mengakibatkan manusia terus bekerja dan bergerak tanpa mengenal batas dan kepuasan. Hal ini mengakibatkan tidak pernah ada rasa syukur yang muncul dari hati manusia. Ketika mengalami kegagalan terkadang mereka stress dan frustrasi, sehingga mereka tidak dapat berfikir dengan jernih akibat dari jauhnya kehidupan mereka dari nilai-nilai spiritual.
- h. Kehilangan Harga Diri dan Masa depannya; ada sebagian orang yang terjerumus atau salah mengambil keputusan. Masa mudanya dihabiskan untuk memperturutkan hawa nafsunya, dan ketika sudah tua, ketika fisik sudah tidak berdaya lagi, segala fasilitas dan kemewahan tidak berguna lagi. Maka ketika inilah mereka merasa kehilangan harga diri dan masa depannya, dan ketika ini pula mereka merasa perlunya bantuan dari kekuatan yang berada di luar dirinya,

---

<sup>30</sup> Salman Nashif al-Dahduh, *Bebas dari Jerat Dunia*, terj. Lukman Junaidi. (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002), 20.



yaitu bantuan Tuhan.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang pesat dalam era modern memang memiliki dampak yang kompleks terhadap kehidupan manusia. Sebagaimana yang disebutkan, hal ini dapat menyebabkan tumpang tindih budaya antar bangsa dan pergeseran sikap serta pandangan hidup manusia. Pada satu sisi, kemajuan tersebut dapat memberikan kemudahan dalam berinteraksi dan berbagi informasi antarbudaya. Namun di sisi lain, kemajuan ini juga dapat menghadirkan tantangan dalam mempertahankan dan memadukan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa orang mungkin cenderung lebih fokus pada aspek materialistik, egois, dan kurang memperhatikan orang lain dalam sikap dan pandangan hidup mereka.

Pergeseran nilai dan komitmen terhadap nilai-nilai agama dapat berdampak pada munculnya penyimpangan sosial, seperti korupsi dan kolusi. Hal ini merupakan keprihatinan yang nyata di banyak masyarakat saat ini. Ketika seseorang terlalu terikat pada kehidupan dunia yang serba material, ia mungkin menjauh dari nilai-nilai spiritual dan memprioritaskan kepentingan diri sendiri. Lingkungan, teman, dan kerabat juga memiliki peran penting dalam membentuk kehidupan seseorang di era modern ini. Pengaruh dari lingkungan sosial dan hubungan personal dapat mempengaruhi pandangan hidup dan nilai-nilai yang diadopsi seseorang. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk tetap sadar akan nilai-nilai agama dan menjaga komitmen terhadapnya, meskipun

dihadapkan pada tekanan dan godaan yang ada dalam kehidupan modern.

Lingkungan dan pergaulan memiliki pengaruh yang kuat dalam membentuk sikap, mental, dan kepribadian seseorang. Pilihan teman dan lingkungan sosial yang kita pilih dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kehidupan kita, termasuk dalam hal menjaga nilai-nilai agama. Penting bagi individu untuk memilih lingkungan yang mendukung pengembangan nilai-nilai agama yang kuat. Bergaul dengan orang-orang yang memiliki kesamaan nilai dan prinsip agama dapat memberikan dukungan, motivasi, dan inspirasi dalam menjaga komitmen terhadap nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, refleksi pribadi juga penting dalam menjaga keseimbangan antara perkembangan teknologi dan nilai-nilai agama. Setiap individu perlu mengintrospeksi diri secara teratur untuk mengevaluasi sejauh mana mereka telah mengaplikasikan nilai-nilai agama dalam tindakan dan sikap sehari-hari. Refleksi pribadi ini dapat membantu mengenali kelemahan dan kekuatan diri dalam menjaga komitmen terhadap nilai-nilai agama.

Pendidikan agama yang kuat juga merupakan faktor penting dalam mengembangkan pemahaman dan pengamalan nilai-nilai agama. Pendidikan agama yang berkualitas dan berkelanjutan dapat membantu individu memahami prinsip-prinsip agama dengan lebih mendalam, sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pembangunan masyarakat yang mengedepankan nilai-nilai moral dan etika yang

diperkuat oleh ajaran agama juga menjadi upaya penting. Hal ini melibatkan peran semua pihak, termasuk keluarga, lembaga pendidikan, dan lembaga sosial lainnya, dalam mempromosikan dan mengamalkan nilai-nilai agama dalam tindakan nyata dalam kehidupan masyarakat.

Penting bagi kita untuk memilih teman dan lingkungan yang mendukung nilai-nilai agama dan kesadaran sosial. Berteman dengan orang-orang yang memiliki kesadaran spiritual dan peduli terhadap kehidupan manusia serta memperhatikan panggilan Allah dapat membantu kita menjaga fokus pada hal-hal yang lebih penting dalam hidup ini. Berteman dengan orang-orang yang rakus terhadap dunia, yang hanya terobsesi dengan kekayaan materi dan kesenangan duniawi, dapat mengalihkan perhatian kita dari nilai-nilai agama dan kebenaran yang sejati. Mereka mungkin tidak mampu melihat atau mendengar kebutuhan dan penderitaan orang-orang di sekitar mereka. Penting bagi kita untuk tetap berpegang pada nilai-nilai agama dan mengingat tujuan sejati hidup ini, yaitu mencari keridhaan Allah dan memperoleh kebahagiaan serta ketenangan hidup dalam perspektif yang lebih luas. Kita perlu menghindari terjebak dalam keserakahan, keegoisan, dan kesesatan yang mungkin terjadi ketika kita terlalu terikat pada urusan dunia semata.

Dalam menjalani hidup, penting untuk menjaga kesadaran akan sementara dan fana-nya dunia ini. Kita harus mengingat bahwa kehidupan ini hanya sementara, dan kita akan menghadapi kehidupan yang abadi setelahnya. Dengan memperkuat hubungan kita dengan Allah dan

menjalankan ajaran-Nya, kita dapat mencapai keberkahan dan kebahagiaan sejati dalam kehidupan modern ini, sambil tetap menjalankan tugas-tugas kita di dunia ini dengan penuh tanggung jawab dan kesadaran. Dalam menghadapi godaan dan kesesatan yang ada di dunia, penting untuk selalu merujuk pada nilai-nilai agama sebagai pedoman hidup. Menghidupkan nilai-nilai tersebut dalam tindakan dan sikap sehari-hari akan membantu kita menjaga perspektif yang seimbang dalam menjalani kehidupan modern ini. Keadaan semacam ini akan membentuk sikap mental dan kepribadian yang mewah. Segala perbuatan dan sikap hidupnya akan melahirkan usaha untuk mendapatkan harta sebanyak-banyaknya, tanpa memperhatikan lagi peraturan dan ketentuan pemerintah maupun agama. Maraknya kasus korupsi dan kolusi yang merupakan penyakit dan penghambat Pembangunan Nasional merupakan akibat cinta dunia (*hubb al-dunya*) yang berlebihan tersebut.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang pesat tanpa diimbangi dengan keimanan dan ketaqwaan, dapat menimbulkan dampak negatif. Misalnya, penyalahgunaan ilmu dan teknologi yang dapat memperburuk kesenjangan sosial, seperti kemiskinan yang tersembunyi di balik kemewahan hotel-hotel berbintang lima. Makanan mewah yang hanya dijangkau oleh kalangan tertentu dapat memperlihatkan ketidakpedulian terhadap kehidupan orang-orang miskin.

Penting bagi kita untuk mengembangkan empati dan kepedulian terhadap sesama manusia, terlepas dari perbedaan status sosial dan

ekonomi. Bagaimana kita dapat mencintai dan memperjuangkan nasib orang-orang yang menderita jika kita tidak pernah merasakan penderitaan mereka? Oleh karena itu, program-program pemerintah untuk mengentaskan kemiskinan harus mencakup aspek ekonomi, pendidikan, agama, dan akhlak. Kita perlu mendukung dan mensukseskan program-program ini sebagai upaya konkret untuk mengurangi kesenjangan sosial.

Dalam konteks kemajuan ilmu dan teknologi yang semakin dirasakan oleh semua orang di seluruh dunia, kita perlu memiliki pegangan yang abadi dan tidak tergantung pada perubahan dan arus negatif globalisasi dan modernisasi. Agama dapat menjadi pegangan yang memberikan landasan moral dan nilai-nilai yang tetap dalam kehidupan ini. Dengan berpegang teguh pada ajaran agama dan mengamalkannya secara konsisten, kita dapat menghindari pengaruh negatif dan menjaga keseimbangan dalam menjalani kehidupan modern.

Namun, penting juga untuk diingat bahwa agama tidak hanya berhubungan dengan dunia, tetapi juga memberikan pedoman dalam menjalani kehidupan yang seimbang dan bermanfaat di dunia ini. Agama melibatkan hubungan kita dengan Tuhan dan dengan sesama manusia. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan aspek spiritual dan moral dalam menjalankan agama kita, sambil tetap berperan aktif dalam memenuhi kebutuhan hidup kita secara bertanggung jawab.

Kesadaran akan pergeseran yang terjadi dalam kehidupan saat ini adalah langkah awal yang penting. Dengan menyadari dampak dari

kemajuan ilmu dan teknologi serta memperkuat komitmen agama dan nilai-nilai moral dalam kehidupan sehari-hari, kita dapat menghadapi tantangan zaman modern ini dengan bijaksana dan menjalani kehidupan yang bermakna dan berarti.dunia.

## **G. Metodologi Penelitian**

### **1. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kepustakaan (*library research*), yakni penelitian yang dalam pengumpulan data sepenuhnya menggunakan telaah kepustakaan. Artinya, penelitian ini akan didasarkan pada data tertulis, baik yang berbentuk buku, jurnal, atau artikel lepas yang ada relevansinya dengan objek studi penelitian di atas.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan. Sebagaimana lazimnya studi tokoh, pendekatan yang dipakai adalah pendekatan historis (*historical approach*). Pendekatan historis dimaksudkan untuk menelusuri arti dan makna bahasa sebagaimana yang sudah tertulis, dipahami pada saat ditulis, oleh pengarang yang benar-benar menulis, disamping juga perlu menghubungkannya dengan karya-karya lain.<sup>31</sup>

Oleh karena pendekatan yang dipakai adalah *historical approach*, maka penelitian ini bersifat kepustakaan murni (*library research*). Artinya

---

<sup>31</sup> Nyoman Kutha Ratna, *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet. Ke-4, 2008), 65.

data-data yang digunakan berasal dari sumber kepustakaan baik primer maupun sekunder.<sup>32</sup>

## 2. Sumber Data

Pengumpulan data merupakan langkah utama yang sangat penting dalam penelitian, karena yang dicari dalam penelitian adalah data. Tanpa memahami teknik pengumpulan data yang benar. Maka tidak akan mendapatkan hasil yang maksimal.<sup>33</sup> Karena riset yang di gunakan adalah riset kepustakaan, maka peneliti menggunakan dua sumber, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

Sumber Primer penelitian ini bersumber dari kitab Al-Hikam karya Syekh Ibnu 'Athailah As-Sakandari serta beberapa kitab-kitab dan buku yang lain seperti Terjemah Kitab Al-Hikam Tangga Suci Kaum Sufi Ibnu 'Athailah As-Sakandari, dan terjemah Kitab Al-Hikam lainnya dan Penjelasannya.

Sedangkan data sekunder adalah data yang berasal dari buku-buku atau dokumen-dokumen yang ada hubungannya dengan pembahasan yang dimaksud seperti jurnal dan skripsi yang bertema tentang Kitab Al-Hikam dan Konsep Psikoterapi. Data-data yang menunjang itu diharapkan nantinya mampu membantu dalam menganalisa permasalahan yang ada.

## 3. Metode Pengumpulan Data

Secara teoritis data dalam penelitian ini merupakan data kualitatif, yakni data yang tidak berupa angka-angka. Teknik pengumpulan data

---

<sup>32</sup> Hamid Nasuki, Dkk, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Skripsi, Tesis dan Disertasi*, (Jakarta, Ceqda, 2007), 34.

<sup>33</sup> Arikunto Suharsimi, *Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rieneka Cipex, 2002), 107.

dalam penelitian ini menggunakan metode dokumentasi, yakni pengumpulan data dengan menggunakan sumber data berupa kitab kitab, buku-buku, jurnal jurnal ilmiah, makalah-makalah, ensiklopedi, website, dan tulisan lain sesuai dengan tema yang diangkat. Langkah-langkah yang ditempuh adalah penelusuran data, pengumpulan, klasifikasi, pengorganisasian, reduksi dan display data.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka Langkah-langkah praktis yang peneliti tempuh dalam pengumpulan data tentang resepsi fungsional dalam kitab al-Hikam karya Syekh Ibnu 'Athailah adalah meneliti secara cermat kitab karangannya, untuk mendapatkan setiap bagian, isi ataupun tema dari kitab yang berkaitan dengan psikoterapi. Sebab tidak seluruh isi dari kitab berkaitan dengan tema tersebut, lalu dilanjutkan dengan mengklasifikasikan data dari kitab tersebut untuk mempermudah jalannya proses analisis data.

#### **4. Teknik Analisis Data**

Tehnik pengumpulan data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah Heuristik. Tehnik heuristik berasal dari bahasa Yunani Heureshein yang berarti memperoleh. Tehnik ini merupakan proses yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data-data dari sumber sejarah yang di peroleh dari lisan, tulisan, benda sejarah (artefak) yang memiliki hubungan dengan pemikiran dan pokok bahasan yang akan diteliti, baik dari sumber utama maupun sumber pendukung. Jadi penelitian ini, peneliti berupaya mengumpulkan sumber data-data literatur



seperti buku, jurnal, artikel dan sebagian dokumentasi yang membahas mengenai konsep psikoterapi Ibnu ‘Athallah. Dan kemudian di kelompokkan menjadi sumber data primer utama dan sekunder pendukung.<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> Juliansyah Noor, *Metode Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dalam Karya Ilmiah*, (Kencana, Jakarta, 2011), 33

