



MODEL TERAPI JIWA AL-GHAZĀLĪ (MTG) BERDASARKAN KARYA AL-ARBA'IN FĪ UṢŪL AL-DĪN

Omar S.H.S.¹, Zin E.I.E.W.², Zin, A. D. M.², Syuhari M.H., Muhammad Z., Baru R. & Adam S.²

¹ Institute of Islamic Product Research and Islamic Civilization, Universiti Sultan Zainal Abidin, Malaysia.

²Faculty of Islamic Contemporary Studies, Universiti Sultan Zainal Abidin (UniSZA), Malaysia

ABSTRAK

Terapi jiwa dari perspektif tasawuf didefinisikan sebagai suatu proses penyucian jiwa yang melibatkan dua elemen utama iaitu *tazkiyah* (penyucian) jiwa daripada sifat-sifat negatif dan *taḥliyyah* (menghiasi) jiwa dengan sifat-sifat positif. Kedua-dua elemen ini saling berkait antara satu sama lain bagi menjayakan proses terapi jiwa dilaksanakan. Namun begitu, artikel ini cuba membincangkan satu model terapi jiwa berdasarkan teori spiritual al-Ghazālī menerusi karyanya *al-Arb'ain fi Uṣūl al-Dīn*. Kajian kualitatif ini telah menggunakan kaedah analisis kandungan dengan merujuk karya asal al-Ghazālī yang berjudul "*al-Arb'ain fi Uṣūl al-Dīn*" di samping artikel, jurnal dan bahan-bahan cetakan yang berkaitan. Kajian mendapati bahawa model terapi jiwa berdasarkan metode *tazkiyah* dan *taḥliyyah* yang ditonjolkan oleh al-Ghazālī mampu memberi kesan yang positif terhadap pembangunan jiwa seseorang individu. Justeru sekiranya model ini dipraktikkan dalam kalangan masyarakat pastinya akan melahirkan sebuah masyarakat yang hidup dalam keadaan harmoni, saling hormat-menghormati dan bertolak ansur. Kajian menyimpulkan bahawa konsep terapi jiwa yang diketengahkan oleh al-Ghazālī amat sesuai dipraktikkan dalam kalangan masyarakat hari ini dalam membentuk insan yang memiliki jiwa yang luhur.

Kata kunci: Terapi Jiwa, al-Ghazālī, *Tazkiyah al-Nafs*, *al-Arb'ain fi Uṣūl al-Dīn*, *Tazkiyah*, *Taḥliyyah*.

Pendahuluan

Terapi jiwa merupakan sesuatu yang sangat penting terhadap seseorang individu seumpama penawar dalam menyembuhkan penyakit. Meneliti kajian literatur, kebanyakannya hanya mengetengahkan kajian yang berkait dengan model spiritual secara umum tanpa mengetengahkan isu perbincangan tentang kaedah untuk menanganinya (Che Zarrina, 2003; Mohd Rosmizi, Mohamed Mihlar, Muhammad Khairi, et. al. , 2017). Mengkaji tentang definisi terapi jiwa yang dikemukakan oleh pengkaji terdahulu antaranya (Ahmad Razak, Mustafa Kamal dan Wan Sharazad, 2013), dapat dirumuskan bahawa terapi jiwa daripada perspektif Islam merujuk kepada kaedah penyembuhan gangguan psikologi yang berasaskan ayat-ayat al-Quran dan hadith Nabi

s.a.w. Dalam hal ini, konsep terapi jiwa atau dikenali juga dengan istilah *tazkiyah al-nafs* dalam kalangan tokoh-tokoh sufi telah dibincangkan dengan panjang lebar.

Oleh hal yang demikian, artikel ini cuba mengkaji tentang satu model yang telah dibangunkan menerusi teori spiritual al-Ghazālī berdasarkan karyanya *al-Arba'in fī Uṣūl al-Dīn*. Ini kerana al-Ghazālī juga merupakan antara tokoh sufi yang banyak membincangkan konsep terapi jiwa menerusi karya-karyanya (al-Ghazālī, 1988). Al-Ghazālī atau nama penuh beliau ialah Abū Ḥāmid Muḥammad bin Muḥammad bin Muḥammad al-Ghazālī telah dahirkan di Ṭūs (bandar kedua di Khurasan selepas Naisabur) pada Dzu al-Qa'idah 450H/ 1058M. Beliau telah meninggal dunia di waktu Subuh, hari Isnin pada 14 Jamādi al-Akhir 505H/ 18 Disember 1111M (al-Ghazālī, 1988; Nabil, 2000; Muhammad Edi, 2011). Semasa hayatnya, al-Ghazālī yang pernah menjadi tenaga pengajar di Niẓamiyyah telah menghasilkan banyak karya. Antara karya beliau ialah *Ihya'*; *Ulūm al-Dīn*, *Bidāyah al-Hidāyah*, *Tarbiyah al-Awlād*, *al-Arba'in Fī Uṣūl al-Dīn* dan banyak lagi.

Kitab *al-Arba'in fī Uṣūl al-Dīn* dijadikan rujukan utama kerana setiap isu yang dibincangkan amat berkait dengan elemen spiritual dan turut disertai dengan penjelasan yang terperinci dengan mengemukakan dalil daripada al-Quran dan hadis Nabi s.a.w. di samping turut menyediakan saranan yang berguna untuk dipraktikkan.

Perbincangan Dan Dapatan

Artikel ini memfokuskan perbincangan tentang satu model terapi jiwa berdasarkan teori spiritual al-Ghazālī (MTG) menerusi karyanya *al-Arba'in fī Uṣūl al-Dīn*.

Tentang Kitab *al-Arba'in fī Uṣūl al-Dīn*

Kitab ini merupakan salah satu daripada karya-karya yang telah ditulis oleh al-Ghazālī. Di dalam kitab ini terdapat empat bahagian yang utama iaitu kepercayaan tauhid, ibadah zahir, penyucian jiwa daripada sifat *madhmūmah* dan menghiasi jiwa dengan sifat *maḥmūdah*. Pada bahagian pertama kitab ini iaitu kepercayaan tauhid, al-Ghazālī telah menjelaskan asas akidah terhadap membersihkan Allah daripada sebarang kekurangan, Sifat Kuasa, Sifat Ilmu, Sifat Kehendak, Sifat Pendengaran dan Penglihatan, Sifat Kalam, perbuatan Allah, Hari akhirat dan kenabian. Manakala pada bahagian kedua, al-Ghazālī

telah menghuraikan tentang ibadat zahir seperti solat, zakat dan sedekah, puasa, haji, membaca al-Quran, *dhikr*, mencari halal, menunaikan hak muslim, menyuruh kebaikan dan menghapus kemungkaran, dan mengikut sunah yang dibawa oleh Nabi s.a.w.

Dalam bahagian ketiga kitab *al-Arba'in fi Uṣūl al-Dīn*, al-Ghazālī telah menjelaskan tentang sifat-sifat *madhmūmah* yang perlu disucikan daripada jiwa. Sifat-sifat tersebut ialah tamak makan, tamak bercakap banyak, marah, hasad dengki, kedekut dan kasihkan harta, kasih kemegahan, cinta dunia, sombong, bangga diri dan riak. Bahagian keempat atau bahagian terakhir, al-Ghazālī telah membincangkan sifat-sifat *maḥmūdah* yang menghiasi jiwa setelah berjaya menyucikan sifat-sifat *madhmūmah* daripada jiwa tersebut. Sifat-sifat *maḥmūdah* tersebut ialah taubat, takut, zuhud, sabar, syukur, ikhlas dan benar, tawakal, cinta, rida dan ingat mati (al-Ghazālī, 2003). Hasil daripada analisis terhadap teori spiritual al-Ghazali berdasarkan karya tersebut, satu Model Terapi Jiwa Ghazali (MTG) telah sempurna dibina.

Metodologi Kajian

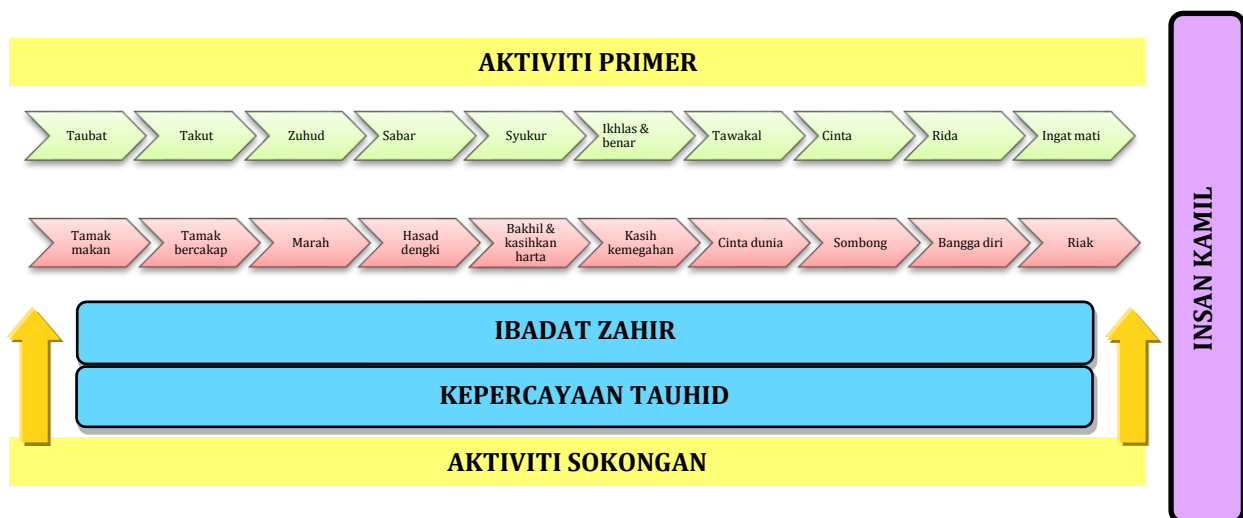
Artikel ini telah merumuskan pandangan al-Ghazālī berdasarkan teori terapi jiwa menerusi karya beliau *al-Arba'in fi Uṣūl al-Dīn*. Oleh hal yang demikian, bagi mendapatkan data-data yang berkaitan, pengkaji telah menggunakan kaedah kajian kualitatif (Siti Uzairah, 2016; Othman, 2017) dengan menjadikan kitab tersebut sebagai rujukan utama di samping jurnal, artikel dan buku yang berkaitan (Sabitha, 2005). Kemudian data-data yang diperolehi tersebut dianalisis dengan menggunakan metode analisis kandungan. Seterusnya, data-data tersebut diklasifikasikan mengikut kategori berdasarkan objektif kajian yang telah ditetapkan yang kemudiannya dibina satu model terapi jiwa.

Model Terapi Jiwa al-Ghazālī (MTG)

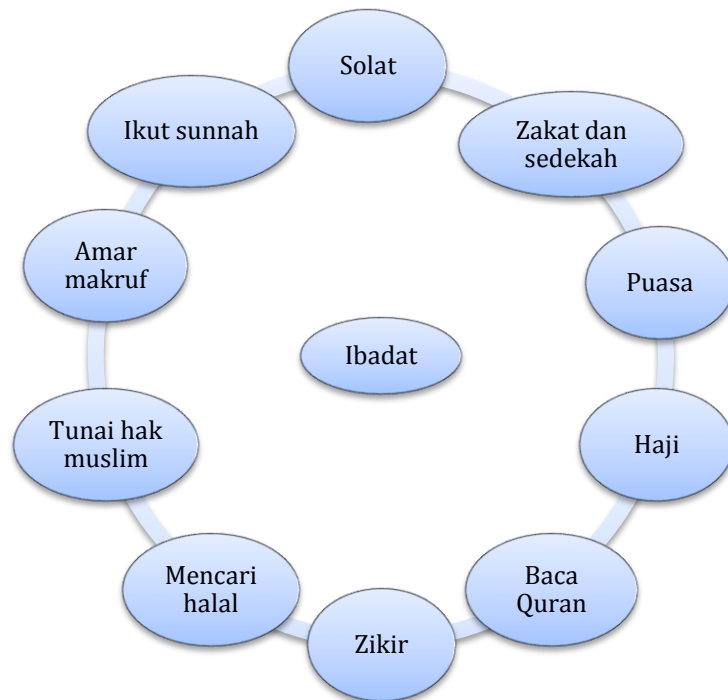
Model ini telah menggunakan kerangka Analisis Rantai Nilai (Value Chain Analysis) dengan memuatkan elemen-elemen penting teori spiritual berdasarkan karya al-Ghazālī yang berjudul "*al-Arba'in fi Uṣūl al-Dīn*". Kerangka model amat sesuai untuk mengetahui fungsi utama dan sokongan setiap elemen yang berkaitan dengan jiwa agar berjaya mencapai matlamat yang disasarkan. Hal ini kerana, model ini pada kebiasaannya dipraktikkan dalam bidang kewangan bagi mencapai tahap keuntungan yang semaksimum mungkin (Kristina, 2018).

Pelbagai kenyataan beliau dalam proses terapi jiwa menerusi karyanya *al-Arba'in fi Uṣūl al-Dīn* telah dirumuskan sebagai satu model. Di dalam model tersebut mengandungi dua aktiviti yang memainkan peranan penting bagi menyempurnakan proses terapi jiwa iaitu aktiviti primer dan aktiviti sekunder. Elemen-elemen yang terdapat dalam aktiviti primer model MTG ialah sepuluh sifat *madhmūmah* yang perlu disucikan daripada jiwa dan sepuluh sifat *maḥmūdah* yang mesti mengiasi jiwa. Aktiviti primer adalah tumpuan utama dalam pembinaan model ini. Walaupun begitu, aktiviti primer memerlukan aktiviti sokongan bagi mencapai matlamat pembinaan MTG. Aktiviti sokongan model ini mengandungi sepuluh kepercayaan tauhid dan sepuluh ibadat zahir yang terdapat di dalam karya tersebut. Aktiviti sokongan juga tidak kurang penting untuk melengkapkan aktiviti primer. Dalam hal ini, dapat difahami bahawa kedua-dua aktiviti sokongan ini saling berkait antara satu sama lain agar matlamat untuk mencapai keadaan jiwa yang bersih berjaya direalisasikan.

Model Sarana Terapi Jiwa Berpandukan Teori Spiritual Al-Ghazali



Proses Aktiviti Sokongan (Kepercayaan Tauhid Dan Ibadat Zahir)



Kesimpulan

Konsep terapi jiwa telah lama dibincangkan oleh tokoh-tokoh sufi terdahulu seperti al-Ghazālī dengan menggunakan istilah *tazkiyah al-nafsu*. Oleh kerana memiliki jiwa yang bersih amat dituntut dalam Agama Islam, al-Ghazālī telah menulis sebuah karya yang bertajuk *al-Arba'in fi Uṣūl al-Dīn*. Berdasarkan analisis terhadap karya tersebut, satu model terapi jiwa MTG telah dibangunkan bagi menangani kemelut kejiwaan. Justeru, diharap model ini dapat melahirkan individu yang menggunakan MTG dalam sesi pembinaan peribadi, dapat diterapkan kepada mereka suatu gagasan asas nilai murni Qur'ani yang disimpulkan dalam teori spiritual Ghazali yang terpasak dalam model MTG yang dibina, berpaksikan kepada tauhid mengesakan zat Allah, tauhid mengesakan sifat-sifat Allah dan tauhid mengesakan dalam perbuatan Allah. Kefahaman mereka terhadap ketiga-tiga aspek yang diterap tersebut membolehkan mereka menghayati tuntutan terkandung dalam al-Quran dengan baik dan sempurna.

Penghargaan

Artikel ini adalah sebahagian daripada dapatan kajian projek penyelidikan yang ditaja oleh Pusat Pengurusan Penyelidikan, Inovasi & Pengkomersilan (CRIEM), Universiti Sultan Zainal Abidin (UniSZA) Gong Badak Campus 21300 Kuala Nerus, Terengganu.

Rujukan

- Abu Hamid al-Ghazali. (1988). *Ihya' 'Ulum al-Din*. Kaherah: Markaz al-Ihtiram Li al-Tarjamah Wa al-Nasyr.
- Abu Hamid al-Ghazali. (2003). *al-Arba'in fi Usul al-Din*. Damsyiq: Dar Qalam.
- Ahmad Razak, Mustafa Kamal Mokhtar & Wan Sharazad Wan Sulaiman,. (Vol. 14, No. 1, Juni 2013). Terapi Spiritual Islami Suatu Model Penanggulangan Gangguan Depresi. *Jurnal Dakwah Tabligh*, 141- 151.
- Che Zarrina Binti Sa'ari. (Bil. 3, 2003). Purification of Soul According to Sufis: A Study of Ghazali's Theory. *Jurnal AFKAR*, 95- 112.
- Kristina Zucchi. (2018, Feb 13). *Investopedia*. Retrieved Jul 25, 2019, from <https://www.investopedia.com>
- Mohd Rosmizi bin Abd Rahman, Mohamed Mihlar Bin Abdul Muthaliff, Muhammad Khairi Bin Mahyuddin, Ahmad Najaa' Bin Mokhtar & Yuseri Ahmad,. (Vol. 8, No. 2; February 2017). A Spiritual Model of Good Deeds According to Imam al-Ghazali. *International Journal of Business and Social Science*, 181- 189.
- Muhammad Edi Kurnanto. ((Vol. 1, No. 2) 2011). Pendidikan Dalam Pemikiran al-Ghazali. *Jurnal Khatulistiwa*, 161- 176.
- Nabil Nofal. ((Vol. XXIII, No. 3/4, 1993, p. 519-542) 2000). *al-Ghazali (A. D. 1058- 1111M; A. H. 450- 505H)*. Paris: UNESCO: International Bureau of Education.
- Othman Bin Lebar. (2017). *Kajian Kualitatif*. Tanjong Malim: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Sabitha Marican. (2005). *Kaedah Penyelidikan Sains Sosial*. Selangor: Prentice Hall/ Pearson Malaysia.
- Siti Uzairah Binti Mohd Tobi. (2016). *Qualitative Research, Interview Analysis and Nvivo 11 Exploration*. Kuala Lumpur : ARAS Publisher.