SALAT SEBAGAI MEDIA TERAPI JIWA PERSPEKTIF TAFSIR SUFISTIK *RŪḤ AL-MA'ĀNĪ* KARYA AL-ALUSI

Skripsi:

Disusun untuk Memenuhi Tugas Akhir Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S-1) dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat

Oleh:

TIARA SUKMAWATI

NIM: E73214068

PROGRAM STUDI ILMU ALQUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA
2020

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Tiara Sukmawati

NIM : E73214068

Semester : XI

Jurusan : Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Dengan ini menyatakan sebenar-benarnya bahwa skripsi yang berjudul **"Shalat Sebagai Media Terapi Jiwa Perspektif Tafsir Sufistik *(Rūḥ al-Ma'ānī)*"**. secara keseluruhan adalah hasil peneliti atau karya saya sendiri dan bukan hasil dari plagiat kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Demikan pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 06 Januari 2020

Saya yang menyatakan,

METERAI TEMPEL
53B0BAHF196941364
6000
ENAM RIBU RUPIAH

TIARA SUKMAWATI

NIM:E73214068

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang ditulis oleh Tiara Sukmawati, NIM: E73214068 ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 06 Januari 2020

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Dr. H. Abu Bakar, MA.g	**Dr. Hj. Musyarofah, M.HI**
NIP:197304041998031006	NIP:197106141998032002

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi berjudul **SHALAT SEBAGAI MEDIA TERAPI JIWA PERSPEKTIF TAFSIR SUFISTIK *RŪḤ AL-MA'ĀNĪ* KARYA AL-ALUSI** yang ditulis oleh Tiara Sukmawati ini telah disetujui pada tanggal 06 Januari 2020

Tim Penguji:

1. Dr. H. Abu Bakar, M.Ag (Ketua) : .....
2. Dr. Hj. Musyarrofah, M.HI (Sekretaris) : .....
3. Drs. H. Muhammad Syarief, MH (Penguji I) : .....
4. Dr. Hj. Iffah, M.Ag (Penguji II) : .....

Surabaya, 06 Januari 2020

Dekan,

KEMENTERIAN AGAMA FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT UIN SUNAN AMPEL SURABAYA REPUBLIK INDONESIA

Dr. H. Kunawi, M. Ag.

NIP. 196409181992031002

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Tiara Sukmawati
NIM : E7321408
Fakultas/Jurusan : Tafsir Hadist / Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (IAT)
E-mail address : tiaratiaraku1@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
Shalat Sebagai Media Terapi Jiwa Perspektif Tafsir *Ruh al-Ma'ani* Karya al-Alusi

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 06 Januari 2020

Penulis

METERAI TEMPEL
14FBDAHF196941369
6000
ENAM RIBU RUPIAH

(Tiara Sukmawati)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ABSTRAK

Salat sebagai Media Terapi Jiwa Perspektif Tafsir Sufistik *Ruh al-Ma'ani* karya al-Alusi

Penulis memilih tema ini karena merasa sangat tertarik untuk membahas atau meneliti mengenai salat sebagai terapi jiwa. Terlepas salat merupakan ibadah yang sifatnya kontinyu, namun selalu lengah dan kurang diperhatikan dalam pelaksanaannya. Dalam menganalisa tentang salat sebagai media terapi jiwa, penulis menggunakan al-Alusi mufassir yang coraknya sufi. Penelitian ini masuk dalam kategori penelitian library research (kepustakaan). Tujuan dari penelitian ini adalah, untuk mencaritahu urgensi salat dalam menangani kejiwaan seseorang. Permasalahan yang diteliti adalah: 1) bagaimana interpretasipenafsiran al-Alusi terhadap ayat salat sebagai terapi jiwa dari segi sufistiknya, 2) bagaimana kontekstualisasi penafsiran al-Alusi terhadap terapi jiwa?. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa menurut Imam al-Alusi salat tidak bisa jika hanya dilaksanakan dengan datangnya jasmani tanpa hati. Al-Alusi dalam tafsirnya banyak mengutip pendapat ulama-ulama terdahulu, lalu akan menuliskan pendapatya di akhir atau sebagai kritikan .menurut al-Alusi salat harus didirikan dengan khusyuk. Salat merupakan ibadah yang tidak dapat diremehkan dalam pelaksanaannya. Mengingat betapa besar dampak salat yang akan terasajika dilaksanakan dengan benar, sesuai tuntunan Alquran, apalagi di zaman yang dipenuhi kecarut-marutan seperti saat ini.

Kata kunci :*Gelisah, al-Alusi*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN ..... **ii**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **iii**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**

PERSEMBAHAN ..... **v**

MOTTO ..... **vi**

ABSTRAK ..... **vii**

KATA PENGANTAR ..... **viii**

DAFTAR ISI ..... **xii**

PEDOMAN TRANSLITERASI ..... **xv**

BAB I PENDAHULAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 9

C. Batasan Masalah 9

D. Rumusan Masalah 10

E. Tujuan Penelitian 10

F. Kerangka Teori 10

G. Telaah Pustaka 11

H. Metodologi Penelitian 13

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

I. Sistematika Pembahasan 16

BAB II SALAT DAN TERAPI JIWA

A. Term Salat 18

B. Istilah dan Pengertian Terapi Jiwa 26

1. Jiwa Menurut Filosof Yunani dan Filosof Islam 29

2. Jiwa Menurut Sufi 33

C. Definisi Terapi Jiwa dalam Islam 34

BAB III PENAFSIRAN AL-ALUSI TERHADAP AYAT SALAT DARI SEGI TERAPI JIWA

A. Biografi al-Alusi 37

1. Riwayat Hidup al-Alusi 37

2. Karya-karya al-Alusi 39

B. Kitab Tafsir *Rūḥ al-Ma'ānī* 40

1. Latar Belakang Penulisan *Rūḥ al-Ma'ānī* 41

2. Metode dan Corak 41

C. Penafsiran al-Alusi Terhadap Ayat-ayat Salat 42

1. Terapi Kegelisahan *(anxiety)* 42

2. Salat Memberi Solusi 45

3. Salat Penenang Jiwa 46

4. Salat Memberi Kebahagiaan 48

BAB IV ANALISA KONTEKSTUALISASI PENAFSIRAN AL-ALUSI SEBAGAI TERAPI JIWA

A. Interpretasi Penafsiran al-Alusi sebagai Terapi Jiwa 52

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Kontekstualisasi Penafsiran al-Alusi Terhadap Terapi Jiwa 55

1. Ketenangan Jiwa..... 59

2. Sumber Keimanan dan Ketentraman..... 62

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan..... 65

B. Saran 66

DAFTAR PUSTAKA

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan zaman memberikan banyak dampak dalam perubahan hidup manusia. Saat ini rasanya manusia tidak hanya hidup dalam peraturan-peraturannya sendiri, namun mereka harus mengikuti dan menyesuaikannya dengan peradaban yang terus saja berkembang. Akibat dari terus berkembangnya ilmu pengetahuan, teknologi, dan lain-lain yang begitu kasat dampaknya terhadap aspek sosial masyarakat, perekonomian, industri, serta religiusitas seseorang pun menurun.Padahal agama memiliki peranan penting serta pengaruh kepada pemeluknya dalam bersikap, berfikir, bereaksi dan bertingkah laku.[1]

Saat ini, untuk mendapatkan sesuatu dapat dicapai dengan sangat mudah. Namun itu semua tidak mampu memberikan kebahagiaan serta ketenangan pada individunya. Bahkan yang tampak mewarnai zaman modern yaitu kecemasan, kegelisahan dan kehilangan ketenteraman batin, serta ketegangan yang menimbulkan berbagai macam problem kontradiksi.[2] Hal ini dikarenakan suatu individu mengalami krisis spiritualitas. Banyak manusia lupa bagaimana dia mengembalikan ketenangan batin serta kesehatan jiwa pada era sekarang. Beberapa dari mereka tidak menyadari bahwa agama merupakan salah satu jalan utama untuk menuju pada kesehatan serta ketenangan jiwa. Ajaran Islam sendiri,

[1]Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama,* (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), 12
[2]Zakiah Darajat, *Pendidikan Aggama dalam Pembinaan Mental,* (Jakarta: Bulan Bintang, 1982),100

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memiliki hubungan yang erat dan mendalam dengan ilmu jiwa dalam pendidikan akhlak dan pembinaan mental spiritualitas. Keduanya sama-sama bertujuan untuk mencapai kesejahteraan jiwa dan ketinggian akhlak manusia.[3]

Dari banyaknya faktor yang mengubah kehidupan manusia, sehingga menimbulkan kecemasan dan kegelisahan, disinilah seseorang memerlukan bimbingan agama dalam dirinya. Meningkatkan spiritualisasi dalam beragama menjadikan jiwa individu menjadi tenang. Sesungguhnya spiritualisasi Islam adalah metode agama dalam pembinaan jiwa dan pendidikan akhlak manusia, karena pokok pengajarannya bersumberkan al-Quran dan hadis.[4] Agama memiliki peran besar dalam kehidupan manusia. Fondasi dasar kehidupan manusia merupakan agama, jadi sudah seharusnya seseorang kembali dan memperbaiki agamanya saat kehilangan arah dalam hidupnya dalam artian mengalami ketidak-tenagan dalam jiwanya.

Zakiah Darajat dalam bukunya yang berjudul *Peranan Agama dan Kesehatan Mental* menjelaskan bahwa ada perbedaan besar antara orang yang beriman yang menjalankan syariat-syariat agamanya, dengan orang yang tidak beragama atau acuh tak acuh terhadap agamanya.[5] Cukup logis apabila seseorang membiasakan menjalankan kehidupan sesuai dengan ajaran agama yang dianut, maka saat ia mengalami suatu masalah atau kesulitan dalam hidupnya, ia akan tidak mudah putus asa dan tidak mudah cemas dalam menyelesaikan masalahnya. Karena dia memiliki Tuhannya sebagai penolong dan pengabul doa-doanya.

---

[3]Yahya Jaya, *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: CV Ruhama, 1994), 6.
[4]Ibid., 67.
[5]Zakiah Darajat, *Peranan Agama dan Kesehatan Mental*, 56.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Selain itu akan tertanam dalam dirinya budi pekerti luhur. Dan dia akan merasakan kesuksesan serta kepuasan tersendiri sebagai pengabdi bagi Tuhannya. Salah satu ibadah yang memberikan dampak positif terhadap jiwa adalah salat. Salat merupakan tunggak Agama Islam dan identitas utama bagi seorang muslim.Salat inilah yang nantinya akan menjadi bahan pokok pembahasan bagi peneliti.

Peranan salat dalam mengatasi segala ketegangan yang dialami oleh manusia saat ini sudah diakui oleh beberapa pakar ilmu kejiwaan dan terbukti pada pasien yang mereka rawat. Thomas Heslubb memberikan pengakuan, "setelah eksperimen dan pengalaman beberapa tahun, kapasitas saya sebagai dokter, saya mengakui salat memberikan pengaruh besar pada perngakat syaraf manusia. Salat menghilangkan ketegangan dan menenangkan pergolakan syaraf, sehingga memberi kemudahan seseorang untuk tidur". Selain itu, Prof. Abdullah Coleem memberikan pernyataan, mengenai dirinya yang masuk Islam dikarenakan terheran menyaksikan beberapa muslim yang justru melaksanakan salat berjamaah saat kapal yang ditumpanginya akan tenggelam. Dia terkagum dengan jiwa pasrah mereka.Dengan tenangnya mereka mengatakan, "Kami justru salat untuk memohon pertolongan Allah. Jika kami ditakdirkan mati, maka mati, dan jika dikehendaki hidup, ya hidup".[6]Tampak betapa berpengaruhnya sikap pasrah seorang hamba pada Tuhannya dalam menimbulkan sikap optimisme. Hidup dan mati seorang muslim merupakan kehendak Sang Pencipta.

Menurut Hasbi Ash-Shiddiqie, beliau mendefinisikan bahwa salat terambil dari Bahasa Arab yang artinya doa memohon kebajikan dan pujian. Adapun para

[6]Moh. Ali Aziz, *60 menit Terapi Salat Bahagia* (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2018), 198.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

fuqaha (ahli fikih) menyebutkan bahwa salat adalah beberapa ucapan dan perbuatan yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, dengannya kita beribadah kepada Allah sesuai dengan syarat-syarat yang telah ditentukan. Sementara itu, Imam Syafi'i menyatakan bahwa salat dalam pandangan syar'i ialah ucapan-ucapan yang dimulai dengan *takbiratul Iḥrām* dan ditutup dengan salam. Sementara menurut ulama tasawwuf salat adalah menghadapnya kalbu kepada Allah hingga menimbulkan rasa takut serta kesempurnaan kekuasaan-Nya dengan khusyuk di hadapan-Nya.[7]Dalam salat sendiri berisi bacaan-bacaan yang esensinya merupakan pujian-pujian terhadap Tuhan. Selain itu, dalam rakaatnya, seorang muslim membaca ayat-ayat Al-quran yang dapat menenangkan jiwa bagi siapa saja yang membacanya. Salat yang dimaksudkan adalah, baik salat wajib maupun salat sunnah, yang mana keduanya sama-sama berfungsi sebagai pembersihan kotoran atas penyakit dalam diri manusia.[8] Oleh karena itu, peneliti mencoba mencari bagaimana dampak salat sebagai rujukan pengembangan menuju jiwa yang sehat bagi penganutnya.

Melihat fenomena yang begitu kompleks dengan berbagai permasalahan, menimbulkan kecemasan dan kegelisahan pada jiwa manusia. Pada dasarnya manusia memang diciptakan dengan tabiat berkeluh-kesah. Sebagaimana penjelasan pada Surat al-Ma'arij.

إِنَّ الإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩)إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠)وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١)إِلا الْمُصَلِّينَ (٢٢)الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلاتِهِمْ دَائِمُونَ (٢٣)

[7]H. Ahmad Zacky El-Syafa, *Nikmatnya Ibadah Tinjauan Psikologis dan Medis Ibadah Sehari-hari*, (Surabaya: Genta Group Production 2018), 99

[8]Iin Tri Rahayu, "Salat Sebagai Bentuk Terapi Jiwa dan Fisik" , *JurnalPsikologi dan Keislaman*, Vol. 2No.1 (Malang: Fakultas Psikologi UIN Malang, 2005), 33

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah,dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan salat yang mereka itu tetap mengerjakan salatnya,

Dalam surat ini, al-Alusi menafsirkan, bahwa sudah menjadi tabiat manusia berkeluh-kesah. Manusia akan merasa takut saat dia ditimpa musibah, sampai-sampai menunjukkan kesedihan di hadapan orang lain. Sebaliknya, saat diberikan kebaikan berupa harta atau kesehatan, mereka menjadi kikir. Sifat ini dikecualikan pada orang-orang yang salat, yang sifat salatnya *dawaim* atau terus menerus, tidak bolong-bolong pada salat yang diwajibkan. Di sini al-Alusi mengutip pendapat Ibnu Mas'ud, bahwa salat yang dimaksud adalah, salat yang dilaksanakan tepat waktu, dan saat melaksanakn salat tidak menoleh ke kanan dan kiri yang mana akan menyebabkan tidak khusyu'.[9]

Begitu pentingnya mendirikan salat serta menjaganya agar senantiasa dalam keadaan khusyu'. Kewajiban salat ini seakan memberikan sinyal kebahagiaan bagi orang muslim. Allah SWT telah mewajibkan salat atas seorang mukmin. Hal ini telah disebutkan sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Quran Surat An-Nisa' ayat 103:

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلاةَ فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَى جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلاةَ إِنَّ الصَّلاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا (١٠٣)

> Maka apabila kamu telah menyelesaikan salat(mu), ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. kemudian apabila kamu telah merasa aman, Maka dirikanlah salat itu (sebagaimana biasa). Sesungguhnya salat itu adalah fardhu yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman.

---

[9]Al-Alusi, Abu al-Sana Shihab al-Din al-Sayyid Mahmud, *Ruh al-Ma'ani*, Jilid 15 (Beirut: Dar al-Kitab al-'Ilmiyah , 1994),105.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Salat merupakan ibadah yang begitu istimewa dalam Agama Islam. Dapat dilihat bagaimana wahyu salat ini sampai kepada Nabi Muhammad SAW seacara langsung, dengan kata lain tidak melalui Malaikat Jibril. Menurut Ash-Shiddieqiy, seluruh fardhu dan ibadah lainnya disampaikan melalui Malaikat jibril untuk kemudian sampai pada Nabi Muhammad SAW. Maka berbeda dengan kasus salat ini, yang perintahnya langsung disampaikan Allah kepada Nabi Muhammad. Inilah yang menjadikan salat sebagai ibadah yang istimewa.[10]

Dalam ajaran Islam, salat memiliki kedudukan yang begitu agung. Salat merupakan rukun kedua dalam Rukun Islam. Yang artinya salat merupakan ibadah utama yang berperan sebagai tonggak beridirinya Agama Islam.[11]Hal ini sesuai dengan sabda Rasulullah *"salat merupakan tiang agama".*[12]Rasulullah bersabda sebagaimana dikutip dalam buku *Berobatlah dengan Salat dan Al-Quran* karya Ahmad bin Salim Baduwailan[13]: *Islam dibangun di atas lima fondasi, bersaksi bahwa tiada Rabb selain Allah dan Muhammad sebagai utusan Allah, mendirikan salat, menunaikan zakat, melaksanakan ibadah haji serta berpuasa pada Bulan Ramadhan.*[14]

Dalam buku *Ṭhibbun Nabawīyy,* Ibnu Qayyim al-Jauziyah pernah berkata, salat dapat mendatangkan rejeki, memelihara kesehatan, menolak gangguang, menjauhkan dari penyakit, menjauhkan kemalasan, mengaktifkan anggota tubuh,

---

[10]Sentor Haryanto, *Psikologi Salat*(Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2007), 60.
[11]Ahmad bin Salim Baduwailan, *Berobatlah dengan Salat dan Al-Quran*(Solo: Aqwam Media Profertika, 2010), 11.
[12]Jalal Syafi'i, *Dahsyatnya Gerakan Salat*(Jakarta: Gema Insana, 2009), 23.
[13]Ahmad bin Salim Baduwailan, *Berobatlah dengan Salat dan Al-Quran,*11.
[14]*Shahih Bukhari, Bab Buniyal Islamu 'ala Khamsin,* Hadis no.7, Juz 1, hlm. 11, Software *Maktabah Syamilah,* Muasasah al-Maktabah asy-Syamilah, 2005.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membantu melapangkan dada, santapan bagi ruh, menerangi hati, memelihara nikmat, menolak bencana, mendatangkan berkah, menjauhkan dari setan, dan mendekatkan diri pada Tuhannya.[15]

Salat dan ibadah-ibadah lainnya akan terasa dampaknya ketika seseorang melaksanakannya dengan baik. Dengan begitu, salat dapat menjadi tameng seseorang untuk menghadapi berbagai bentuk masalah yang timbul saat ini. Dalam salat mengandung kalimat dzikir yang mampu menjadi obat sebagai penenang hati. Dzikir sebagai salah satu ajaran Islam yang mempunyai segi menarik, karena dzikir merupakan upaya praktis untuk menciptakan dan membina kesehatan mental.[16]Seorang mukmin dapat berdzikir kapanpun, dimanapun, dan dalam kondisi bagaimanapun. Karena itulah, dzikir menjadi cara paling praktis dan mudah untuk mengamunisi jiwa. Sebagaimana dalam Firman Allah SWT:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨)

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

Dalam ayat ini, Al-Alusi menafsirkan bahwa hati menjadi tenang dengan mengingat rahmat/kasih sayang Allah dan ampunan yang sebelumnya penuh kegelisahan karena ketakutan kepada-Nya. Dalam artian dzikir dapat memberikan

---

[15]Imam Musbikin, *Rahasia Salat Bagi Penyembuhan Fisik dan Psikis*(Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003), 23.

[16]M. 'Utsman Naajati, *Al-Quran dan Ilmu Jiwa*, terj. Ahmad Rofi' Umani, (Bandung: Pustaka , 2000), 66

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ketenangan pada jiwa-jiwa yang gelisah. Karena dzikir mengandung pujian serta permohonan ampun kepada Sang Pencipta.[17]

Saat ini, masyarakat Islam memberikan perhatian pada aspek dzikir. Hal ini dapat dilihat pada kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan oleh lembaga-lembaga Islam, maupun suatu kelompok yang bertujuan mengembangkan nilai-nilai keislaman pada suatu individu. Dzikir sendiri merupakan bentuk bersyukur dan ingatnya hamba kepada Sang Pencipta. Dengan mengingat Tuhan, akan menimbulkan perasaan tenang dalam jiwa. Hal ini merupakan terapi kegelisahan yang dirasakan manusia ketika ia mendapatkan dirinya lemah dalam menghadapi persoalan hidup.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dzikir kepada Allah dalam pengertiannya secara luas memiliki pengaruh terhadap kesehatan jiwa. Sedangkan dalam salat seseorang membaca ayat Alquran pada tiap rakaatnya dan itu merupakan bentuk dzikir yang mempunyai manfaat dan dampak positif terhadap kesehatan jiwa. Seorang muslim yang mendirikan salatnya dengan baik sesuai yang telah disyariatkan, maka akan terbentuklah budi pekerti yang luhur. Melihat betapa besarnya pengaruh salat atas kejiwaan seseorang, di sinilah penulis mengkorelasikan penafsiran al-Alusi terhadap ayat-ayat salat sebagai terapi kejiwaan dari segi sufistik.

---

[17] Abū al-Fadl Shihāb al-Dīn al-Sayyid Mahmūd al-Alūsī al-Bagdādī, *Rūḥ al-Ma'ānī Fī Tafsīr Al-Qurān wa Sab'u al-Mathānī*, jilid 7, (Kairo: Dar al-Taufiqiyah li al-Turath, 2009), 141

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Identifikasi Masalah

Adapun melihat dari latar belakang, maka timbul masalah-masalah yang akan diidentifikasi sebagi berikut:

1. Pengertian salat dalam pandangan fikih dan sufi
2. Penjelasan terapi jiwa
3. Macam-macam terapi jiwa dalam Islam
4. Faktor yang mempengaruhi kesehatan jiwa
5. Pengertian salat dalam pandangan fikih dan sufi
6. Interpretasi penafsiran al-Alusi pada ayat-ayat salat bagi terapi jiwa
7. Kontekstualisasi ayat-ayat salat terhadap kejiwaan.

C. Batasan Masalah

Dari masalah yang telah dipaparkan melalui latar belakang di atas, pembahasan hanya difokuskan pada ayat-ayat salat yang memiliki pesan terhadap kejiwaan manusia. Dan hanya focus pada penafsiran al-Alusi.

D. Rumusan Masalah

Agar dalam penelitian ini pembahasannya lebih terarah, maka sesuai dari latar belakang di atas, dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Bagaimana interpretasi al-Alusi terhadap makna salat dari segi sufistik dalam Tafsir *Rūḥ al-Ma'ānī* bagi terapi jiwa?

2. Bagaimana kontekstualisasi penafsiran al-Alusi terhadap terapi jiwa?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di atas, yang menjadi tujuan penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui penafsiran al-Alusi terhadap ayat-ayat salat dari segi sufistik dalam Tafsir *Rūḥ Al-Ma'ānī* sebai terapi jiwa.

2. Untuk menjelaskan bagaimana kontekstualisasi penafsiran al-Alusi pada terapi jiwa.

F. Kerangka Teori

Salat adalah ibadah yang wajib didirikan oleh seorang muslim sesuai dengan waktu-waktu dan syarat-syarat yang telah ditentukan. Salat juga memiliki kedudukan yang begitu istimewa dalam Islam, selain itu salat identitas bagi seorang muslim. Saat ini tidak sedikit yang mendirikan salat hanya untuk menggugurkan suatu kewajiban, tanpa mengetahui dan merenungi esensi diwajibkannya salat itu sendiri. Pada hakikatnya, salat sangat mampu untuk mengembalikan kejiwaan seorang muslim yang diwarnai kecemasan dan kegelisahan. Karena saat ini, zaman telah menggiring jiwa manusia untuk merasakan kebahagiaan duniawi, yang sifatnya adalah sementara.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Melihat betapa kompleksnya kondisi saat ini, bukan tidak pasti memberikan dampak pada kejiwaan seseorang. Apabila tidak memiliki keimanan yang cukup dalam menghadapinya, bisa saja seseorang mengalami gangguan kejiwaan yang berakhir pada depresi dan stres. Salah satu cara untuk mempertahankan dan meningkatkan keimanan yaitu dengan salat. Salat yang dimaksudkan adalah, salat yang dilakukan dengan segala konsentrasi atau khusyu', serta tidak ada unsur kemunafikan di dalamnya. Khusyu' merupakan kondisi dan situasi dimana seorang hamba merendahkan dirinya di hadapan Tuhannya.[18]

G. Telaah Pustaka

Adapun penelitian yang telah dilakukan oleh para peneliti sebelumnya, akan penulis paparkan dibawah sebagai berikut:

1. Jurnal laporan penelitian Terapi Islam Untuk Gangguan Kejiwaan, ditulis oleh Tristiadi Ardi Ardani mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang, 2005. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tristiadi memberikan kesimpulan bahwa sangat penting memahami Al-Quran agar seseorang dapat berkembang dengan baik, benar dan selamat dari godaan setan, yang semua itu berdampak buruk bagi kesehatan mental seseorang.

2. Jurnal laporan penelitian Salat Sebagai Bentuk Terapi Jiwa Dan Fisik, ditulis oleh Iin Tri Rahayu mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri

[18]Abu Sangkan, *Menemukan Khusyu' yang Hilang,* (Jakarta: Gybraltar Wahyamaya, 2014), 10

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Malang, 2005. Hasil penelitiannya memberikan kesimpulan, salat adalah sarana paling efektif untuk menyegarkan jasmani dan menenangkan jiwa.

3. Jurnal laporan penelitian Psikologi Salat (Kajian Tematik Ayat-Ayat Salat dengan Pendekatan Psikologi Perspektif Muhammad Bahnasi), ditulis oleh Ibnu Hajar Ansori, Nailul Hubbah Harisah, Mohammad Fathan Asyrofi, Ahmad Khoirul Rooziqiin mahasiswa Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri. Kesimpulan dari penelitian mereka adalah, salat merupakan sekolah bagi seorang muslim. Salat memberikan pengajaran yang banyak, di antaranya tentang bagaimana manusia mampu untuk beradaptasi dengan segala situasi yang terjadi dan juga mengajarkan menjalani hidup dengan tenang, sehingga kebahagiaan hidup akan tercapai.

4. Skripsi yang berjudul "Manfaat Salat Terhadap Kesehatan Mental Dalam Al-Quran", ditulis oleh Yuanita Ma'rufah mahasiswi Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015. Hasil penelitian Yuanita memberikan kesimpulan bahwa salat mempunyai peranan besar terhadap tekanan dan permasalahan hidup yang timbul. Dalam penelitiannya Yuanita tidak memfokuskan pada mufassir tertentu.

5. Skripsi yang berjudul "Pemaknaan Salat Khusyu' Dalam Surat Al-Mu'minun Ayat 1-2 (Studi Ibnu Kathīr dan al-Alusī), ditulis oleh Ali Sadikin mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, 2017. Dalam penelitiannya, Ali membandingkan pemikiran Imam al-Alusi dan Ibnu Kathīr dalam menafsirkan makna khusyu' dalam Al-Quran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Skripsi yang berjudul "Metode Dan Corak Penafsiran Imam Al-Alusi Terhadap Al-Quran (Analisa Terhadap Tafsir *Rūḥ Al-Ma'ānī*)", ditulis oleh Aminah Rahmi Hati HSB mahasiswi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2013. Dalam skripsinya, Aminah menjelaskan secara detail bagaimana corak dan metode tafsir yang dipakai Al-Alusi.

H. Metodologi Penelitian

1. Model penelitian

Model penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah model penelitian kualitatif, yaitu suatu metode yang mementingkan kedalaman data, menekankan pada penjelasan data, eksplorasi pengalaman, fenomena, permasalahan atau kejadian. Penelitian kualitatif dimaksudkan untuk memberi makna atas fenomena secara holistik dan harus memerankan dirinya secara aktif dalam keseluruhan proses belajar.[19]

2. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi kepustakaan (library research) merupakan penelitian yang mendasarkan analisa pada buku pustaka, makalah, artikel, jurnal dan bahan pustaka lainnya.[20] Secara sederhana penelitian kepustakaan merupakan jenis penelitian yang berusaha menghimpun data penelitian dari khazanah literatur dan menjadikan "dunia teks" sebagai

[19]Sudarwan Danim, *Menjadi Penelitia Kualitatif* (Bandung: Pustaka Setia, 2002), 35-36.
[20]Sutrisno Hadi, *Metodologi Research Jilid 1 cet. Ke 19*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1995),3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

objek utama analisisnya.[21]Jadi kajian dalam penelitian ini merupakan riset terhadap literatur-litertur kepustakaan yang berhubungan dengan permasalahan yang dibahas.

3. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif yakni memaparkan, menggambarkan tema kajian dengan proporsional kemudian menginterpretasikan kondisi yang ada dan kemudian dianalisis.[22]

4. Teknik pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian pengumpulan data yang dibedakan menjadii dua, data primer dan data sekunder.

5. Sumber Data

Ada dua jenis sumber data yang dapat digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diambil dari sumber data primer atau sumber pertama. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer antara lain :

1) Tafsir *Rūḥ Al-Ma'ānī Fī Tafsīr Al-Qurān Al-'Aẓīm wa Sab'ul Mathānī,* 1994.

[21]Sarjoni, dkk., *Panduan Penelitian Skripsi* (Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Agama Islam Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2008), 20-21.
[22]Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal* (Jakarta: Bumi Aksara, 1999), 26.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua. Data sekunder merupakan data yang melengkapi atau mendukung data primer yang ada. Dalam hal ini adalah buku referensi yang berkaitan dengan pokok permasalahan, diantaranya:

1) Buku karya Hanna jumhan Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam.* Yogyakata: Yayasan Insan Kamil, 2005

2) Buku Karya Ahmad Bin Salim Buwailan, *Berobatlah Dengan Salat dan Al-Qur'an,* Solo: Aqwam Media Profertika, 2010

3) Jurnal Penelitian Iin Tri Rahayu, *Salat Sebagai Petunjuk Terapi Jiwa Dan Fisik,* jurnal Psikologi dan Keislaman Vol.2 No.1, Januari, 2005.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan cara yang dipakai untuk menganalisa, mempelajari serta mengolah data yang berkaitan dengan ayat-ayat salat sebagai terapi jiwa, yang dalam hal ini w berkaitan dengan pendekatan , sehingga dapat diambil kesimpulan dari persoalan di atas.

I. Sistematika Pembahasan

Dalam mempermudah pembahasan dan pemahaman untuk mendapatkan hasil yang lebih sistematis, maka penulisan ini akan dibagi menjadi beberapa bab dan Sub-bab dengan gambaran sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I yang berisi mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah,tujuan masalah, batasan masalah, telaah pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II membahas mengenai pengertian salat menurut Ulama Sufi dan Ulama Fikih, lalu pemahaman terapi jiwa secara umum dan terapi jiwa dalam Islam.

BAB III berisi tentang biografi Imam al-Alusi, latar belakang penulisan Tafsir *Rūḥ al-Ma'ānī,*serta corak dan metodologi tafsir al-Alusi. selanjutnya penafsiran makna salat sebagai terapi jiwa dalam Tafsir *Rūḥ al-Ma'ānī dari* segi sufistik.

BAB IV adalah berisi tentang kontekstualisasi penafsiran al-Alusi mengenai makna salat terhadap terapi kejiwaan.

BAB V penutup, yang berisikan kesimpulan dan saran dari rumusan masalah, seta pesan-pesan penulis.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

SALAT DAN TERAPI JIWA

A. Term Salat

Asal kata dari salat yakni *shola-sholatan* (al-Marbawy, h. 360; Mahmud Yunus, h. 220; Munawwir, 1997; 792) yang berarti doa atau permohonan berkah. Sedang untuk menegaskan bahwa salat merupakan ibadah khusus, ditambahkanlah *"al"* sebagai isim ma'rifat, menjadi *ash-sholah*[23]. Salat menurut bahasa merupakan kata tunggal dari kata *ṣalawāt*. Salat diletakkan sebagai akar kata (masdar). Secara etimologis, salat memang berarti doa. Hasbi Ash-Shiddiqie mendefinisikan bahwa salat terambil dari Bahasa Arab yang artinya doa memohon kebajikan dan pujian.[24] Ibn Mandzur memaknai salat dengan "rukuk dan sujud", yang mana 2 gerakan ini merupakan gerakan inti dalam salat.[25]Sementara hakikatnya, salat mengandung arti, berharapnya hati (jiwa) kepada Allah dan mendatangkan rasa takut kepada-Nya serta menumbuhkan rasa keagungan dalam jiwa, kebesaran-Nya dan kesempurnaan kekuasaan-Nya.[26]

Salat ialah tiang agama dan bentuk dari menjaga keyakinan. Selain itu salat merupakan raja dari ibadah-ibadah yang lain (utama) serta mecerminkan suatu ketaatan.[27]Salat merupakan rangkaian perbuatan dan perkataan yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam. Jika salat dikaji secara intensif, dan

---

[23] Kata "al" melebur menjadi "ash" dikarenakan hokum bacannya Syamsiyah. (Ed.).
[24]Ahmad Zacky El-Syafa, *Nikmatnya Ibadah* , (Sidoarjo: Genta Group Production, 2018), 99.
[25]Muhammad Sholikhin, *The Miracle of Salat*, (Jakarta: Erlangga, 2011), 5.
[26]Ahmad Zacky El-Syafa, *Nikmatnya Ibadah…,* 99.
[27]Asy-Syekh Muhammad Jamaluddin al-Qosimi al-Dimasyqi, *Mau'idzatul Mu'minin,* (Jakarta: Dar Al-Kutub Al-Islamiyah, 2005), 24.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dipraktikkan sesuai dengan ajaran Nabi, pasti nasib Umat Islam tidak seperti saat ini. Karena para nabi salat dengan menyedot kekuatan-kekuatan yang Allah janjikan, dengan kata lain mendirikan salat dengan khusyu'.[28]

Allah telah mewajibkan salat sejak umat terdahulu. Hal ini terlihat dari doa Nabi Ibrahim yang tertulis dalam Al-Quran:

رَبِّ ٱجۡعَلۡنِي مُقِيمَ ٱلصَّلَوٰةِ وَمِن ذُرِّيَّتِيۚ رَبَّنَا وَتَقَبَّلۡ دُعَآءِ ٤٠

Ya Tuhanku, jadikanlah aku dan anak cucuku orang-orang yang tetap mendirikan salat, ya Tuhan kami, perkenankanlah doaku.

Dalam Alquran ibadah salat memiliki tempat yang personal. Bahkan diantaranya, ada ayat yang mengisahkan orang-orang yang dijebloskan ke dalam *Saqar* (lembah dalam Neraka Jahanam),

مَا سَلَكَكُمۡ فِي سَقَرَ ٤٢ قَالُواْ لَمۡ نَكُ مِنَ ٱلۡمُصَلِّينَ ٤٣

(kepada mereka ditanyakan): "Apakah yang memasukkan kamu ke dalam *Saqar*?" (Mereka menjawab): "Kami dahulu tidak termasuk orang-orang yang mengerjakan salat." (QS. Al-Muddaththir [74]: 42-43).

Dengan sangat tegas Rasulullah menyatakan *"Tak ada pembeda antara orang Mukmin dan orang kafir kecuali salat".* Menurut Imam Abu Hanifah, Malik, dan Syafi'i, muslim yang meninggalkan salat tidaklah berstatus kafir apabila ia mengakui kewajiban salat, melainkan ia termasuk orang yang melakukan *fasik* (dosa besar). Maka segeralah bertaubat kepada-Nya, karena Allah akan mengampuninya. Berbeda jika kasusnya seorang muslim tidak melaksanakan salat, dan ia tidak mengakui kewajiban salat atasnya, maka ia kafir.[29]Di kesempatan lain Rasulullah juga bersabda, *"Salat adalah pilar agama",* dan *"Yang paling awal diperhitungkan dari seorang hamba pada hari kiamat*

[28]Iin Tri Rahayu, "Salat Sebagai Bentuk Terapi Jiwa dan Fisik" , *Jurnal Psikologi dan Keislaman,* Vol. 2 No.1 (Malang: Fakultas Psikologi UIN Malang, 2005), 35.
[29]Ali Aziz, M.Ag, 60 Menit Terapi Salat Bahagia(Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, anggota IKAPI, 2018), 75.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

adalah salat. Jika baik salatnya, baiklah seluruh amal yang selebihnya.Jika buruk salatnya, buruk pulalah amalnya yang selebihnya".[30]

Dalam al-Quran kata salat disebutkan sebanyak 234 kali.[31] Sedang ayat yang menjelaskan kewajiban salat ada 12 perintah dengan lafadz *"Aqīmū aṣ-Ṣolāh"* (dirikanlah salat), yang khitabnya merupakan *Dhomir Jamak* , ditujukan pada orang banyak. Yaitu al-Quran Surat al-Baqarah [2] ayat 43, 83, dan 110, Surat al-Nisa' [4] ayat 177 dan 103, Surat al-An'am [6] ayat 72, Surat Yunus [10] ayat 87, Surat al-Hajj [22] ayat 78, Surat al-Nuur [24] ayat 56, Surat Luqman [31] ayat 31, Surat al-Mujadilah [58] ayat 13, dan Surat Muzammil [73] ayat 20.

Definisi salat sendiri pun memiliki ruang yang berbeda jika dipandang melalui dimensi fikih dan sufi. Salat menurut dimensi fikih, pengertiannya dibatasi sebagai sekumpulan bacaan (ucapan), dan tingkah laku yang dibuka dengan takbir dan ditutup dengan salam disertai dengan syart-syarat yang khusus.[32] Salat menurut Syara' dalam *Kitab Fathul Qarib* pun, memiliki pengertian yangsama dengan ulama fikih pada umumnya, yakni beberapa ucapan dan perbuatan yang diawali dengan takbir dan diakhiri dengan salam.[33] Pengertian lain salat ialah, salat merupakan beerhadapnya hati kepada Allah sebagai ibadah, dalam bentuk beberapa perkataan dan perbuatan yang dimulai dengan takbir dan diakhir dengan salam sesuai dengan syariat-syariat yang telah ditentukan.[34]

Pengertian salat yang telah diuraikan di atas, mengandung makna yang sangat luas bagi kehidupan manusia, terutama pada aksses ketundukan (taat) dan

---

[30]Muhammad Sholikhin, *The Miracle of Salat….,* 25.
[31]Moh. Ali Aziz, M.Ag, *60 Menit Terapi Salat Bahagia…,*80.
[32]Muhammad Sholikhin, *The Miracle of Salat…*, 6.
[33]Asy-Syekh Muhammad bin Qosim al-Ghazy, *Fathul Qorib al-Mujib* (Haromain), 15.
[34]Moh. Rifa'I, *Risalah Tuntunan Salat Lengkap,* (Semarang: C.V. Toha Putra), 34

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kepasrahan seseorang kepada Allah SWT. Dalam hal ini, Zamri Khadimullah memaknai salat sebagai berikut:

Pertama, secara syariat salat adalah ibadah yang dilakukan dengan menghadapnya ruh serta hati kepada Allah dari beberapa perkataan dan perbuatan yang diawali dengan takbir serta diakhiri dengan salam dengan tuntunan syarat dan rukun yang telah ditentukan.

Kedua, secara hakikat salat dimaknai suatu ibadah yang dilakukan secara istiqamah dalam berbagai macam kondisi yang diawali dengan takbir dan diakhiri salam demi mencapai sebuah kebahagiaan.[35].

Secara garis besar, dapat dilihat bahwa salat menurut beberapa ulama fikih hanya seputar ibadah yang diwajibkan atas seorang muslim, yang pelaksaannya harus sesuai dengan syariat-syariat yang telah ditentukan. Dalam fikih, salat layaknya *thariqah* atau jalan untuk menuju sebuah hakikat. Dan jelas, tidak akan sampai seorang hamba pada hakikat ibadahnya, jika mengindahkan atau meremehkan syariatnya. Selanjutnya akan dipaparkan definisi salat menurut beberapa ulama sufi.

Menurut ulama ahli tasawwuf salat adalah menghadapnya kalbu kepada Allah, sehingga menimbulkan rasa takut kepada-Nya serta kesempurnaan kekuasaan-Nya, disertai dengan kekhusyukan dalam mengerjakannya.Salat mendidik manusia untuk selalu merasakan kehadiran Allah SWT.[36] Kaum sufi juga menekankan salat sebagai *mi'raj*-nya kaum Mukmin, bahwa dnegan salatlah seseorang dapat bertemu dengan Allah. Perbedaan definisi salat dalam pandangan fikih dan sufi adalah, jika dalam fikih salat dijelaskan dari segi lahiriahnya, seperti

---

[35]Zamri Khadimullah, *Khusyukkan Salatmu,* (Bandung: Marja, 2011), 45-46.
[36]H. Ahmad Zacky El-Syafa, *Nimatnya Ibadah*…, 99.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membaca al-Fatihah, rukuk, sujud, dan lainnya. Sedangkan dalam sufi, salat dijelaskan pada makna batiniyahnya, yakni menghadapnya hati kepada Allah, karena salat merupakan jalan bagi hamba berkomunkasi dengan Tuhannya.

Berikut adalah definisi salat menurut beberapa ulama sufi:

a. Ibn ‘Arabi mengartikan salat adalah bertemunya seorang hamba dengan Tuhannya. Sehingga timbullah salat yang intens, dan menghasilkan manusia memiliki penglihatan batin.
b. Abu Thalib al-Makki, menurutnya seseorang yang mengenal Allah *(‘Arif)* setiap ucapan dalam salat mengarah pada sepuluh tingkatan *(maqam)* dan penyaksian *(mushahadah)* kepada Allah. Yaitu: 1. Mengimani, 2. Berserah diri, 3. Bertaubat, 4. Bersabar, 5. Ridha, 6. Takut *(khauf)*, 7. Berharap *(raja’),* 8. Bersyukur, 9. Mencintai, 10. Bertawakkal kepada-Nya. Kesepuluh makna ini merupakan tingkatan keyakinan.
c. Jalaluddin Rumi, ia mendefinisikan salat adalah simbol seluruh kehidupan seseorang. Melalui salat, seseorang mendapatkan cahaya petunjuk yang akan membimbing kehidupannya. Salat adalah percakapan paling mesra antara pencinta dan yang dicintai. Suatu ketika, seseorang bertanya pada Rumi, “Apa yang lebih besar daripada salat?”. Rumi menjawab, yaitu jiwa pesalat dan keimanan.[37]
d. Imam al-Ghazali, salat memancarkan cahaya-cahaya dalam hati, yang dengannya *muṣollīn* mendapatkan ilmu-ilmu mukasyafah, yang selanjutnya terbukanya pintu-pintu langit baginya, lalu dihadapkannya dengan Allah SWT, dengan wajah-Nya.

[37]Jalaluddin Rumi, *Fihi Ma Fihi “Inilah Apa Yang Sesungguhnya”*(Surabaya; Risalah Gusti, 2002), 41.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. Ibn Qayyim al-Jawziyah berpendapat, melalui salat seorang hamba mendapatkan buah-buah dari ibadah lainnya. Antara lain, buah dari puasa adalah penyucian jiwa, buah zakat adalah penyucian harta, buah haji adalah jaminan ampunan, dan buah dari jihad adalah penyerahan diri kepada-Nya. Selain itu, buah istimewa dari salat adalah, menghadapnya seorang hamba pada Allah dan menghadapnya Allah pada hamba-Nya.[38]

Dari beberapa definisi salat yang diungkapkan di atas, dapat disimpulkan bahwa para sufi tidak mengartikan salat hanya dari segi jasmaniah saja namun dari segi esoteriknya. Karena, jika salat dilaksanakan secara jasmaniah, maka memiliki keterbatasan, dalam semua hal; tempat, waktu, kesucian badan, pakaian, dan sebagainya.Sedang salat secara rohani tidak terikat oleh hal-hal tersebut. Salat semacam ini dilakukan secara terus-menerus. Masjidnya merupakan hati. Karena hati dan jiwa akan terus beribadah meski jasmaninya sedang tertidur atau terjaga.

Saat ini, tak sedikit seseorang yang melaksanakan salat hanya sebatas menggugurkan kewajiban. Lebih parahnya, melaksanakan salat hanya agar tidak memiliki tanggungan, seakan salat merupakan beban bagi mereka. Padahal, jika salat dilakukan hanya sekedar pelaksanaan hukum fikih sebagaimana yang tampak pada manusia sekarang, maka salat kehilangan hakikat, makna, dan fungsionalnya. Apa yang seharusnya dijanjikan Allah dalam salat, manusia tidak akan merasakannya. Hal ini mendapat kritik tajam dari Syekh Siti Jenar, "*Sadat salat pasa tan apti. Seje jakat kaji mring Mekah. Iku wes palson kabeh. Nora kena ginugu. Sadayeku dur janing bumi. Ngapusi liyan titah. Sinung swarga besok.Wong bodho anut auliya.Tur nyatane pada bae during uning".*Yang artinya

[38]Haidar Bagir, *Buat Apa Salat?!*(Jakarta: Mizania, Pustaka IIMaN, 2006), 89-90.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

“ Syahadat, salat, puasa semua tanpa makna. Termasuk zakat dan haji ke Mekkah. Itu semua telah menjadi palsu. Tidak bisa dijadikan panutan. Hanya menghasilkan kerusakan di Bumi. Membohongi makhluk lain, hanya ingin surga kelak. Orang bodoh mengikuti para Wali. Sementara kenyataannya sama saja belum mencapai tahapan hening”.

Bagi kaum sufi,syariat adalah landasan tasawwuf *(thariqah)* merupakan jalan menuju hakikat (*Haqiqah* atau kebenaran sejati). Al-Qusyairi, penulis kitab tasawuf terkenal, *Risalah Al-Qusyairiyah* menyatakan bahwa, tanpa syariat tak akan seseorang meraih hakikat. Bahkan menurutnya, hakikat identik dengan syariat. Ada sebuah hadis qudsi yang menjelaskan hakikat salat *“Allah SWT berfirman, “Tidaklah Aku menerima salat setiap orang. Aku hanya menerima salat orang yang merendah demi ketinggian-Ku, berkhusyuk demi keagungan-Ku, mencegah nafsunya dari segalla larangan-Ku, melewati siang dan malam dalam mengingat-Ku, tidak terus-menerus dalam pembangkangan terhadap-Ku, tidak bersikap angkuh pada makhluk-Ku, selalu mengasihani yang lemah serta menghibur orang miskin dalam keridhaan-Ku. Bila ia memanggilku, aku akan memberinya. Bila ia bersumpah atas nama-Ku, aku akan membuatnya mampu memenuhinya, akan aku jaga ia dengan kekuatan-Ku, dan kubanggakan ia di antara malaikat-Ku. Seandainya aku bagikan nur-nurnya pada seluruh penghuni Bumi, nisacaya akan cukup bagi mereka. Perumpamaannya seperti Surga Firdaus, yang buah-buahannya tidak akan rusak, serta kenikmatannya tidak akan sirna”.*[39]Bagi penulis, hadis ini telah cukup untuk mengetahui hakikat-hakikat salat.

[39]Aa’ Gym, Dkk, *Salat dalam Perspektif Sufi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001), 78.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut al-Ghazali ada 6 hal batiniah yang mampu menyempurnakan salat, dan harus dipertahankan dari awal hingga akhir. Pertama, *khudhurul qalb* (hadirnya hati). Maksudnya, saat salat hati kita tidak disibukkan dengan hal-hal lain kecuali Allah. Kedua, *tafahhum* (memahami). Artinya seorang pesalat harus memahami apa yang ia baca dalam salatnya. Jika tidak demikian, bagaimana seseorang dapat khusyuk dalam salat. Dalam hal *tafahhum* ini, ada tiga kelompok. Yaitu orang yang memahaminya disertai dengan hadirnya hati. Selanjutnya, ada orang yang memahami apa yang di abaca, namun hatinya tidak menghayati setiap apa yang dibaca. Dan yang paling baik adalah, kelompok pesalat yang menghadirkan makna-makna yang diucapkan sebelum iamembacanya. Ketiga, *takdzim*, maksudnya adalah penghormatan atau pengagungan. Hal ini yang melengkapi *khudhurul qalb* dengan *tafahhum.* Adakalanya, seseorang menghayati serta memahami apa yang di abaca, namun tidak ada penghormatan atau mengagungkan yang diajak bicara. Dalam salat kitaharus menghadirkan makna dalam hati seraya mengagungkan Tuhan. Keempat, *haibah* adalah sifat yang melebihi *takdzim*. Ketakutan seorang hamba yang bersumberkan dari *takdzim.*Jadi selain mengagungkan, kita juga merasakan takut yang disertai pengagungan.Kelima, *raja'* (pengharapan).Yaitu mengharapkan segala kebaikan yang terkandung dalam salat kepada Allah.Keenam, *haya'* (malu), yaitu malu atas dosa-dosa yang telah diperbuat. Malu atas segala kekurangan dalam beribadah dan memenuhi hak-hak Allah lainnya.[40]Jadi keenam hal di atas seharusnya dilakuukan dari awal mendirikan salat hingga akhir, guna mendapatkan predikat hamba yang

[40]Ibid., 87-90.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

taat dan bertakwa, serta mendapatkan hakikat-hakikat salat sebagaimana yang telah Allah janjikan.

B. Istilah dan pengertian terapi jiwa

Dalam kamus Bahasa Inggris, terapi terambil dari kata *"therapeutic"* yang berarti kata sifat yang mengandung unsur-unsur atau nilai-niai pengobatan. Apabila ditambah dengan "s", *"therapeutics"* maka menjadi kata benda yang bermakna ilmu pemeriksaan dan pengobatan. Namun, jika kata terapi dirujuk pada *therapy* dalam Bahasa Inggris, maka artinya menjadi sempit, yakni hanya pengobatan yang bersifat jasmani.[41]

Menurut Chris dan Herti, terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit. Mereka tidak membatasi pada hal medis, dan juga tidak menyebutkan menyembuhkan penyakit. Oleh karena itu, terapi lebih luas daripada sekedar pengobatan atau perawatan.[42] Pengertian terapi secara terminologi yang dikemukakan oleh para ahli adalah sebagai berikut:

1. Menurut Kartini Kartono, terapi adalah metode penyembuhan dari gangguan kejiwaan.
2. Menurut Singgih D. Guilarsa, terapi adalah perawatan terhadap aspek kejiwaan seseorang. Dalam *Oxporo English Dictionary*, perkataan *psychotherapy* tidak tercantum, tetapi ada perkataan *psychotheuratic* yang diartikan sebagai perawatan terhadap suatu penyakin dengan menggunakan teknik psikologis untuk melakukan intervensi psikis.

---

[41]M. Amin Syukur, "Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf", *Jurnal Walisongo*, Vol. 20 No. 2 (Semarang: IAIN Walisongo, 2012), 394.
[42]Ibid., 394.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Andi Mappiere Ar, terapi adalah suatu proses berjangka panjang berkenaan dengan rekontruksi pribadi.
4. Abdul Aziz Ahyadi, terapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional, dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan professional dengan pasien yang bertujuan menghilangkan, mengubah atau menurunkan gejala-gejala yang ada, meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian positif.
5. Menurut James P Chaplin yang dikutip oleh Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir. Terapi diartikan dari dua sudut pandang. Pertama yait penerapan secara khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penenangan diri setiap hari. Kedua, yaitu penyembuhan lewat keyakinan agama melalui pembicaraan informal atau diskusi personal dengan guru atau teman. Maka sudah jelas, bahwa pengertian terapi adalah pengobatan alam fikiran dan perawatan gangguan psikis melalu metode psikologi.[43]

Dari berbagai macam pengertian terapi yang telah dikemukakan para hali di atas, dapat dipastikan bahwa tujuan terapi sendiri adalah menuju pada jiwa atau mental yang sehat. Zakiah Darajat juga memaparkan definisi tentang kesehatan jiwa: (1) terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa *(psychosis)*, (2) kemampuan untuk mennyesuaikan dirinya sendiri, dengan orang lain, masyarakat, serta hubungan atau lingkungan dimana dia hidup, (3) pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi dan bakat dengan semaksimal mungkin, sehingga membawa pada kebahagiaan diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sendiri dan orang lain, (4) terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa serta kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.[44]

Terapi jiwa merupakan cabang dari ilmu jiwa. Ilmu jiwa adalah ilmu yang mempelajari perilaku secara umum, baik dari akal, perasaan sadar ataupun tidak sadar untuk menentukan hukum-hukum dasar sehingga dapat dijadikan media pemahaman tentang motifasi perilaku, serta memprediksikan, pengaturan dan pengendalian perilaku tersebut. Jika *flashback* pada sejarah ilmu jiwa medis, akan terasa bagaimana kejam dan sadisnya tim ahli saat itu memperlakukan seseorang yang memilki gangguan kejiwaan. Saat itu, penyakit jiwa dianggap sebagai pengaruh setan atau sikap berontak dari orang yang sakit jiwa. Maka dari itu, mereka diobati dengan cara dipasung, dipukul, disiksa di dalam kamar yang gelap.[45]

1. Jiwa menurut filosof Yunani dan filosof Islam

Sebelum mengupas mengenai definisi jiwa dan ilmu jiwa menurut Filosof Islam, terlebih dulu membahas pengertiannya menurut Filosof Yunani.Melihat bagaimana berpengaruhnya pemikiran Filosof Yunani pada Filosof Islam. Pada sub-sub bab ini akan ditampilkan beberapa pemikiran para tokoh filosof mengenai jiwa. Ada 3 tokoh Filosof Yunani yang pemikirannya dijadikan sebagai rujukan-rujukan keilmuan filsafat, yakni Socrates, Plato, dan Aristoteles. Pertama menurut Socrates, menurutnya jiwa itu wujud dari ruhani

[44]Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental…,*13.
[45]Amir an-Najar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, terj. (Jakarta Selatan: Pustaka Azzam, 2004), 267.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang bersifat independen. Yang mana, jika diabaikan akan menimbulkan suatu kebodohan, serta memproduksi pemikiran mandul dan rusak. Menurutnya, untuk menghilangkan suatu kebodohan terlebih dulu mengenali jiwanya, karena itu merupakan hal pertama yang harus dilakukan. Demi mempertahankan pendapatnya inni, Socrates lebih memilih dihukum gantung ketimbang harus mengakui kesalahan pendapatnya yang ia peroleh dari hasil analisa jiwanya dan jiwa orang lain.[46]

Selanjutnya pemikiran Plato, di sini dia menyempurnakan pendapat Socrates. Menurutnya, tidak akan mampu seseorang mengenali jiwanya jika dia tidak terbebas dari perbuatan dosa dan kejahatan (karena jiwa dan jasad berkaitan). Dia juga berpendapat bahwa jiwa substansi yang independen, layaknya Plato.Lebih lanjut, dia mengumpakan hubungan antara jiwa dan jisim bagai nahkoda dan perahu, dimana nahkoda yang mengarahkan dan mengatur jalannya perahu serta menjaganya di tengah gelombang laut.Jiwa menurut Plato berada pada dua alam, alam tinggi (alam ide), dan alam bawah yaitu alam rasa. Keduanya merupakn satu kesatuan. Namun menjadi terpecah karena alam ide jatuh ke tanah. Saat jiwa jatuh kea lam rendah, di situlah manusia berusaaha untuk mengembalikannya kea lam ide. Dengan cara menempuh ma'rifat. Hanya dengan begitu, jiwa dapat kembali ke alam mulia, ide, dimana tempat jiwa itu berasal. Dia meyakini betul akan kekekalan jiwa. Menurutnya jiwa merupakan sumber gerak yang sebenarnya. Yang menggerakkan jasad merupakan jiwa. Sedang gerak manusia bersifat *dzati*, gerak jiwa bersifat

[46]Amir an-Najar, *Ilmu Jiwa dalm Tasawwuf*, (Jak-Sel: Pustaka Azzam, 2004), 22-23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

qadim (lama). Apabila jiwa meninggalkan jasad, maka kefanaan pada jasad akan terjadi, dan jiwa akan kembali pada alam ide.[47]

Selanjutnya beralih pada pendapat Aristoteles, pendapat yang dikemukakannya begitu terkenal, "Jiwa merupakan kesempurnaan awal terhadap jasmani alami, menuju satu kehidupan yang memiliki kekuatan". Definisi ini ia sandarkan pada teorinya sendiri tentang alam, dimana dia membedakan suatu materi dengan bentuknya,serta berdasarkan persepsinya mengenai alam dan geraknya. Lebih lanjut ia mengatakan bahwa *"psyche"* bukan hanya bermakna jiwa seperti yang banyak diungkap kebanyakan, namun lebih luas dari itu. Menurutnya, tumbuh-tumbuhan dan hewan sama-sama memiliki jiwa. Maka dari itu, ia membedakan serta membagi makhluk di dunia ini berdasarkan kekuatan yang dianugerahi Sang Kuasa. Tumbuhan tidak memiliki kekuatan, kecuali kekuatan makan dan keturunan.Sedang hewan juga memiliki kekuatan yang dimiliki tumbuhan. Namun lebih dari itu, hewan mempunyai kekuatan pengenala, syahwat, gerak. Dan manusia sendiri, disamping memiliki kekuatan-kekuatan di atas, juga memiliki kemampuan berpikir. Menurut Aristoteles, jiwa adalah hubungan antara benda dengan bentuk, atau antara *prime matter* dengan *form.* Jadi, jiwa adalah bentuk dari badan. Jiwa terkait dengan perbuatan badan. Jiwa sebagai kekuatan hidup tidak terdapat pada semua badan. Karena sebuah *form* hanya akan menerima benda yang sesuai dengannya. Jika mengulik keilmuan Aristoteles mengenai jiwa lebih dalam, maka akan terlihat bahwa pendapatnya ini memberikan pencerahan mengenai bersatunya jiwa dengan badan. Dan Aristoteles dianggap

[47]Ibid., 23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai filosof yang secara garis besar tidak bertentangan dengan agama, jika dibandingkan dengan filosof lain.[48]

Telah dijelaskan di atas, bagaimana tokoh-tokoh filosof Yunani mendefinsikan jiwa sesuai dengan pengalaman dan penelitiannya pada jiwa-jiwa yang lain. Selanjutnya beralih pada filosof Muslim. Dimulai dari Al-Kindi. Menurut Al-Kindi jiwa merupakann substansi yang begitu halus, bersifat mulia dan bagian dari substansi Allah. Jiwa adalah cahaya yang berasal dari cahaya-cahaya Allah, bagai cahaya matahari yang bersifat independen dari jasmani. Karena sifat asal yang mulia, jiwa selalu menentang hal yang berbau syahwat, kemarahan, dan mengatur kedua perasaan tadi sesuai dengan batasnya. Menurutnya, dalam jiwa adalah ruh.[49]

Mengenai kekekalan jiwa, al-Kindi memiliki keyakinan layaknya para filosof lainnya. Apabila jasad seseorang telah tiada, tidak semua jiwa kembali ke tempat asalnya. Karean ada beberapa jiwa yang tidak dapat terpisah dengan bendanya (badan). Menurut keyakinannya, jiwa manusia adalah substansi yang kekal, turun dari alam akal, dan dibekali dengan kenangan-kenangan hidupnya saat berada di alam akal. Substansi jiwa berpisah atau bersifat independen dari benda, akan tetapi terkait dengan benda karena sesuai dengan perbuatan-perbuatannya.[50]

Tokoh filosof Muslim selanjutnya adalah al-Farabi.Secara mendasar al-Farabi sejalan dengan definisi yang dikatakan Aristoteles. Dimana jiwa merupakan *form* dan kesempurnaan.Menurut al-Farabi jiwa memiliki kekuatan untuk membantu manusia supaya berkembang membawa

[48]Ibid., 29-30.
[49]Amir An-Najar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawwuf…,*34.
[50]Ibid., 35.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada suatu kesempurnaan. Mengenai kekelan jiwa, ia identik dengan pemikiran Aristoteles ketimbang Plato. Pendapatnya, jiwa itu kekal dalam bentuk kekekalan jiwa secara universal (menyeluruh). Bukan kekal dalam bentuk satu-persatunya. Selanjutnya tentang kekuatan jiwa, al-Farabi telah menyimpulkan sebagai berikut: "Setiap tumbuhan memiliki jiwa sesuai dengan bentuknya. Begitu juga dengan hewan. Manusia tergolong kelompok hewan yang khusus, dimana manusia dianugerahi akal untuk berpikir perbuatan apa yang akan dilakukan dengan anggota tubuhnya.[51]

2. Jiwa Menurut Sufi

Dalam Alquran, jiwa menggunakan term *Nafs.* Maknanya pun bermacam-macam, diantaranya "manusia sebagai makhluk hidup", "hakikat sesuatu", dan bias juga bermakna "Dzat Ilahiyyah yang Maha Suci".

Menurut al-Mubarrad, tidak ada pemisah antara jiwa dan ruh. Menurutnya, tidak akan baik hasilnya jiwa jiwa dan ruh bekerja secara terpisah. Di sini at-Tustari tidak sependapat dengan al-Mubarrad. Menurut at-Tustari ruh dengan kehalusannya mampu meningkatkan dzatnya (ruh), berbeda dengan jiwa yang mempunyai tabiat berat.Menurut al-Qusyairi jiwa adalah sesuatu yang halus, jiwa adalah wadah bagi akhlak terpuji. Maksudnya, jiwa dapat menjadi seperti apa yang telah jasad lakukan. Lain halnya dengan al-Hakim at-Tirmidzi, seorang sufi terkenal pada abad III hijriyah. Beliau memberikan pengertian jiwa sebagai berikut, "Jiwa merupakan bumi syahwat, cenderung kepada syahwat setelah melakukan syahwat, dan harapan setelah melakukan harapan-harapan. Jiwa tidak pernah merasa tenang dan diam.

[51]Ibid.,33.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Perbuatan-perbuatannya selalu berbeda. Suatu waktu berupa *ubudiyah,* pada saat lain berupa *rububiyah,* lain waktu berlagak menyerah, selanjutnya bersifat ingin memiliki. Namun jika jiwa itu dilatih, maka akan dapat diarahkan".[52]

Al-Kharraz mengatakan, "Jiwa layaknya air yang menggenang, suci dan bersih. Namun jika air itu digerakkan, maka akan tampak kotoran yang ada dalam bagian dasar air. Begitu juga dengan jiwa. Barangsiapa yang tidak mengenal jiwanya, bagaimanakah ia akan mengenal Tuhannya?". at-Tirmidzi memiliki 3 pendapat mengenai jiwa:

a. *AnNafs* (jiwa) bermakna nafas yang dapat memberi kehidupan, dimana jiwa itu terpancar oleh ruh, seperti meluapnya sesuatu dari atas ke bawah.
b. Sebagai *gharizah* (insting) yang identik dihiasi oleh setan dengan segala bentuk tipu daya, yang tujuannya untuk menang dan merusak. Dalam keadaan ini, jiwa sangat lemah.
c. Jiwa sebagai teman dan penolong setan. Jiwa semacam ini, ikut serta dalam kejahatan, bahkan bias saja bagian dari kejahatan itu sendiri.

Pada ungkapan pertama, at-Tirmidzi mengindikasikan jiwa sebagai kehidupan, ma'rifat, kekekalan. Sedang pada ungkapan kedua dan ketiga, jiwa dilihat dari bagaimana menyikapi kebaikan dan keburukan.

C. Definisi Terapi Jiwa dalam Islam

Terapi jika dilihat dari segi etimologinya, sepadan dengan kata " Shafā-Yashfī- Shifān" dalam Bahasa Arab yang berarti pengobatan, mengobati, menyembuhkan.As-Shifa الشِّفَاء (terapi) adalah terbebasnya seseorang dari suatu

[52]Ibid., 39.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penyakit dengan cara mengkonsumsi sesuatu sesuai dengan petunjuk yang menjamin.[53] Sedang terapi jiwa atau yang lebih dikenal dengan istilah psikoterapi jiwa adalah proses penyembuhan dan pengobatan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik dengan metode bimbingan Alquran dan Sunnah.[54] Istilah *Shīfā'* yang berarti pengobatan, terrcantum dalam Surat Yunus[10] ayat 57:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ قَدۡ جَآءَتۡكُم مَّوۡعِظَةٞ مِّن رَّبِّكُمۡ وَشِفَآءٞ لِّمَا فِي ٱلصُّدُورِ وَهُدٗى وَرَحۡمَةٞ لِّلۡمُؤۡمِنِينَ 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.

Al-Qurthubi dalam tafsirnya menyebutkan bahwa ada dua pendapat dalam memahami term *shifa'.Pertama,* terapi bagi jiwa yang dapat menghilangkan kebodohan dan keraguan, membuka jiwa yang tertutup, serta dapat menyembuhkan jiwa yang sakit; *kedua,* terapi yang dapat menyembuhkan penyakit fisik, baik dalam bentuk azimat maupun tangkal.

Hamdani Bakran Adz-dzaky mengemukakan bahwa pengertian terapi jiwa Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan melalui bimbingan Al-quran dan Sunnah. Atau secara empirik, merupakan bimbingan dan pengajaran dari Allah, malaikat-malaikat-Nya, Rasul-Nya, atau ahli waris para nabi. Anshori juga mengemukakan, terapi jiwa Islam adalah upaya penyembuhan jiwa *(nafs)* manusia secara rohaniyah yang didasarkan pada tuntutan Alquran dan Hadis, dengan metode analisis esensial empiris serta ma'rifat terhadap segala yang tampak pada manusia.

Berbeda dengan terapi kontemporer, yang menggunakan kemampuan intelektual untuk menemukan asas-asas kejiwaan. Terapi dalam Islam selain

[53]Agus Santoso, dkk, *Terapi Islam,* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013), 7.
[54]Ahmad Zaini, Salat Sebagai Terapi Bagi Pengidap Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Psikoterapi Islam, (STAIN Kudus, 2015), 323.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merujuk pada Alquran dan sunnah serta pandangan ulama, juga memfungsikan akal dan keimanan sekaligus, yaitu daya nalar yang obyektif-ilmiah secara optimal dengan metodologi yang tepat.[55]

Pada dasarnya terapi spiritual Islam tidak hanya menyembuhkan gangguan-gangguan kejiwaan pada seseorang. Namun yang lebih substansial adalah bagaimana cara membangun kesadaran diri *(self awareness)* agar manusia dapat memahami hakikat dirinya. Karena sesungguhnya, seseorang yang terlibat dalam psikoterapi tidak hanya mengharapkan kesembuhan, tapi juga bertujuan mencari makna hidup, dan mengaktualisasi diri.[56]

[55]ibid
[56]Ahmad Razak, " Terapi Spiritual Islam Suatu Model Penanggulanngan Gangguan Depresi ", *Jurnal Dakwah Tabligh,* Vol. 14 No. 01, (2013), 145.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PENAFSIRAN AL ALUSI TERHADAP AYAT SALAT DARI SEGI TERAPI JIWA

A. Biografi al-Alusi

1. Riwayat Hidup al-Alusi

Afandi al-Alūsī al-Baghdadī.[57] Al-Alusi dilahirkan pada Hari Jumat bertepatan pada tanggal 14 Sya'ban tahun 1217 H di kota Kurkh.Nama al-Alusi Nama lengkap mufassir asal Irak adalah Abū Sanā' Shihāb al-Dīn al-Sayyid Mahmūd dinisbatkan pada kampungnya, Alus, pulau yang letaknya di tepi barat Sungai Eufrat antara Syam Baghdad.[58]Ayahnya merupakan ulama Irak yang sangat terkenal dengan kedalaman ilmunya. Sejak kecil al-Alusi belajar agama langsung dari ayahnya. Sudah menjadi kebiasaan bagi ulama dan masyarakat Arab untuk mengharuskan anak-anak kecil mereka membaca serta meghafal Alquran. Imam al-Alusi sendiri mulai menghafal Alquran sejak lima tahun di bawah asuhan Syekh al-Malā Husain al-Jabūri. Seiring berjalannya waktu, al-Alusi semakin banyak menguasai berbagai macam ilmu dari sekian banyak teks-teks warisan ulama yang telah dibacanya, dan dibimbing langsung oleh ayahnya. Sehingga saat sebelum mencapai umur sepuluh tahun, ia telah mempelajari cabang ilmu pengetahuan, fikih *Syafi'iyyah* dan *Hanafiyyah*, ilmu mantiq, dan hadis.

---

[57]Abu al-Fadhl Shihab al-Din al-Sayyid Mahmud al-Alusi, *Rūḥ al-Ma'ānī,* Vol. 1(Bairut, Dar al-Fikr, 1983), hlm.3

[58]Manna' Khalil Qaththan, *Mabahits Fi Ulum al-Qur'an,* terj. Mudzakkir AS, (Jakarta: PT. Litera Antar Nusa, 1992), hlm. 521

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Selain berguru dan memperoleh ilmu dari orangtuanya, ia juga berguru pada ulama-ulama terkenal di masanya. Diantara guru yang sangat dikaguminya adalah Syekh ‘Alaudin Afandi al-Maushili, sampai-sampai ia berguru padanya dalam waktu yang cukup lama.[59]Ia merupakan seorang Maha guru, pemikir, dan ahli berpolemik. Sejak usia muda, ia telah banya mengarang, namun hanya sedikit yang sampai pada generasi sekarang, salah satunya *Rūḥ al-Ma’ānī fī Tafsīr Al-Quran al-‘Aẓim wa Sab’ al-Mathānī*. Al-Alusi pernah menjadi mufti madzhab Hanafi di Baghdad. Ia pun mengajar diberbagai perguruan dan murid yang diajarnya tidak hanya berasal dari tempatnya mengajar, namun berasal dari negeri yang jauh. Banyak muridnya yang menjadi tokoh di daerahnya masing-masing. Imam al-Alusi ditunjuk sebagai penanggung jawab wakaf Madrasah Marjaniyah, sebuah yayasan pendidikan yang mensyaratkan penanggung jawabnya seorang tokoh yang dikenal akan tinggi serta luas keilmuannya.[60]

Al-Alusi dikenal sebagai pendidik yang begitu memperhatikan sandang, pangan, dan tempat tinggal murid-muridnya. Ia bahkan memberikan pemondokan bagi murid-muridnya lebih bagus dari tempat tinggalnya sendiri. Karena sikapnya ini, masyarakat menaruh perhatian lebih pada ilmu pengetahuan.[61]

---

[59]Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, *Ensiklopedi Islam*, Jilid 1 (Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993), 131.
[60]Ibid., 131.
[61]Ibid., 131.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Karya-karya Imam al-Alusi

Sebagai mufassir, al-Alusi juga menaruh perhatian kepada berbagai macam keilmuan, seperti ilmu *Qiraat, munasabah,* dan ilmu *asbab nuzul.* Sejak muda, al-Alusi telah mendalami berbagai macam perbedaan madzhab-madzhab dan memahami bermacam corak pemikiran dan aliran akidah. Ia bermadzhab Syafi'i, meskipun ia banyak mengikuti aliran Madzhab Hanafi, meski begitu ia tetap berijtihad. Namun dalam hal beribadah ia pengikut setia syafi'i.[62] Sejak kecil ia telah rajin mengarang, berikut beberapa karya iliah hasil buah pemikirannya:[63]

1. *Syarh al-Muslim fi al-Manthiqi.*
2. *Al-Ajwibah al-Iraqiyyah 'an as-Ilati al-Lahūtīyah.*
3. *Al-Ajwibah al-Iraqiyyah 'ala al-Asilati al-Iraniyah.*
4. *Hasyiyah 'ala al-Qatr al-Salim tentang ilmu logika.*
5. *Durrah al-Gawas fi Awham al-Khawass.*
6. *Al-Nafakhat al-Qudsiyyah fi Adab al-Bahs.*
7. *Rūḥ al-Ma'ānī fi Tafsir al-Quran al-'Aẓīm wa al-Sab' al-Mathānī*, dan lain-lain.

B. Kitab *Rūḥ al-Ma'ānī*

1. Latar Belakang Penulisan *Rūḥ al-Ma'ānī*

Sejak muda al-Alusi sudah gemar mengarang, salah satu kitab besar karangannya yang sampai pada generasi sekarang ialah *Ruh al-Ma'ani.* Setelah al-Alusi meninggal, kitab ini disempurnakan oleh anaknya, as-Sayyid

[62] Hamim Ilyas, *Studi Kitab Tafsir* (Jogjakarta: Teras, 2004), 155.
[63] Ali Akbar, *Kajian Terhadap Tafsir Ruh al-Ma'ani Karya al-Alusi* "Jurnal Ushuluddin" Vol. XIX No. 1 (Januari, 2013), 54.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Nu'man al-Alusi. Nama kitab tafsir ini diberikan oleh perdana menteri Ridha Pasha setelah al-Alusi mempertimbangkan judulnya.[64]Sudah sejak lama al-Alusi ingin menuangkan buah pikirannya mengenai tafsir. Namun karena merasa kurang mampu dan kurangnya kesempatan dikarenakan jadwal mengajarnya yang padat, keinginan tersebut belum terwujud. Hingga di suatu Malam Jumat di Bulan Rajab tahun 1252 H, ia bermimpi Allah memerintahkannya melipat langit dan Bumi. Kemudian dalam mimpinya ia mengangkat satu tangannya ke arah langit dan tangan satunya mengarah pada mata air. Kemudian ia terbangun. Setelah mencari-cari arti dari mimpinya, ia menemukan bahwa maksud dari mimpinya adalah perintah untuk menulis kitab tafsir. Satu bulan setelah mimpi itu, tepatnya pada tanggal 16 Sya'ban 1252 H, ia mulai mengarang kitab tafsir diusianya ke-34 tahun pada zaman pemerintahan Sultan Mahmud Khan bin Sultan Abdul Hamid Khan.[65]

Kitab Tafsir *Ruh al-Ma'ani* merupakan karya terbesarnya, karena di dalamnya mencakup beberapa pandangan ulama salaf maupun khalaf. Serta berisi kesimpulan dari kitab tafsir sebelumnya seperti Tafsir Ibnu Athiah, Abu Hayyan, Ibnu Hibban, al-Kashshaf, Abu al-Sa'ud, al-Baidhawi serta al-Razi.[66]

Melihat latar belakang bagaimana akhirnya al-Alusi memutuskan untuk mengarang kitab tafsir ini terkesan mistik. Karena itulah, kitab Tafsir *Ruh al-Ma'ani* dikenal dengan coraknya yang *isyari,* meski sebetulnya al-Alusi lebih banyak menggunakan pendekatan *linguistic* daripada *isyari.* Lebih lanjut akan

---

[64]Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, *Ensiklopedi Islam,* Jilid 1, 131.

[65]Abū al-Fadl Shihāb al-Dīn al-Sayyid Mahmūd al-Alūsī al-Bagdādī, *Rūḥ al-Ma'ānīFī Tafsīr Al-Qurān wa Sab' al-Mathānī,* Juz 1 (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1992), 4-5.

[66]Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, *Ensiklopedi Islam,* Jilid 1, 131.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membahas mengenai metode dan corak yang dipakai al-Alusi dalam menafsirkan tafsirnya

2. Metode dan Corak *Rūḥ al-Ma'ānī*

Metode yang digunakan al-Alusi dalam kitab tafsirnya adalah, *Tahlili.* Terlihat dari bagaimana ia menguraikan atau menjelaskan suatu ayat dari segala aspeknya, baik sebab turun, munasabah, *naskh-mansukh,* dan lain-lain. Selain itu, ia menafsirkan Alquran berurutan sesuai tertib Mushaf Uthman, yaitu dimulai dari al-Fatihah dan diakhiri dengan an-Nās.

Adapun sumber-sumber yang dipakai dalam penafsiran, al-Alusi memadukan antara sumber *bi al-ma'thur* (riwayah) dengan *bi al-Ra'yu* (pemikiran hasil ijtihad mufassir). Terlihat dalam tafsirnya, setelah ia memaparkan ayat, sebelum menuliskan hasil pemikirannya, terlebih dulu ia memaparkan beberapa pendapat ulama-ulama terdahulu. Setelah itu barulah ia akan menuangkan hasil ijtihadnya, atau akan mengkritik pendapat ulama jika dirasa tidak sependapat dengannya.

Sebagian ulama menilai pada Tafsir *Rūḥ al-Ma'ānī* bercorak isyari (tafsir yang mencoba untuk menguak dimensi batin berdasar isyarat atau ilham dan ta'wil sufi). Namun hal ini dibantah oleh adz-Dzahabi, bahwa tafsir *Ruh al-Ma'ani* tidak bertujuan untuk tafsir *isyari.* Al-Dzahabi mengkategorikan tafsir al-Alusi ini sebagai tafsir *bi al-ra'yi al-mahmud* (tafsir ijtihad yang terpuji).[67] Ada beberapa ulama yang sependapat dengan al-Dzahabi, sebab maksud al-Alusi menulis tafsir bukan untuk menafsirkan Alquran

[67] M. Quraish Shihab, *Studi Kritis Tafsir al-Mannar* (Bandung: Pustaka Hidayah, 1994), 87.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan isyarat-isyarat, melainkan menafsirkan Alquran dengan berdasar apa yang dimaksud dengan lahirnya ayat tanpa mengabaikan riwayat yang shahih. Meskipun tidak dapat dipungkiri, beberapa ayat beliau tafsirkan dengan isyari, namun porsinya lebih sedikit ketimbang yang bukan isyari.[68]

C. Penafsiran al-Alusi Terhadap Ayat-ayat Salat

1. Terapi Kegelisahan(anxiety)

Semasa hidupnya, manusia tidak mungkin hanya melewati satu jalan, merasakan satu rasa. Maksudnya, sangatlah mustahil manusia berada pada satu masalah atau malah tidak memiliki masalah dalam hidupnya. Ada beberapa hal yang memang ditakdirkan terjadi untuk dijadikan suatu pembelajaran. Bukan menjadi hal baru jika manusia ditimpa kemalangan, mereka akan cemas, gelisah, sedih, dan perasaan-perasaan tak enak lainnya. Islam agama yang betul-betul memikirkan pemeluknya. Artinya adalah, bagaiman seorang muslim merasa *comfort* dengan yang telah dipilihnya. Karena Islam menawarkan banyak cara dalam menyikapi berbagai persoalan hidup, seperti salat. Salat merupakan ibadah yang sangat ampuh dalam mengatasi kegelisahan serta hal-hal lain. Hanya saja kebanyakan orang tidak memahami makna esoterik dalam salat. Dalam Surat al-Ma'arij ayat 19-23 dijelaskan sebagai berikut:

إِنَّ الإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩)إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠)وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١)إِلا الْمُصَلِّينَ (٢٢)الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلاتِهِمْ دَائِمُونَ (٢٣)

[68]Ibid., 87.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan salat, yang mereka itu tetap mengerjakan salatnya.

Pada surat dan ayat di atas, Imam al-Alusi menafsirkan bahwa sifat berkeluh kesah merupakan tabiat dari dirinya. Kata الهلع(keluh kesah) maksudnya adalah seseorang yang selalu merasa panik dan takut saat terkena musibah. Abdu bin Hamid dan Ibnu Jarir berpendapat mengenai keluh kesah seperti di atas. Sementara *ar-Raghib* menjelaskan jika seseorang tertimpa musibah, dia akan berkeluh kesah dan menampakkan kesedihannya pada orang lain. Seseorang yang seperti ini akan memutuskan dari rahmat Allah, sebagaimana orangyang memutus tali di bagian tengah dan terjebak di dalam jurang. Dalam ayat ini juga disebutkan tabiat manusia yang lain, yakni kikir, dimana saat manusia diberikan kemudahan harta dia malah menahan hartanya. Dua sifat buruk ini dikcualikan pada orang-orang yang salat إِلاَّ المُصلِّين. Pada kata *muṣollīn* al-Alusi menafsirkan, bahwa seseorang yang mendirikan salat, ia sedang berproses menuju pada sempurna-sempurnanya pensucian diri dari sifat keluh kesah sehingga hilangnya ketaatan pada Allah. Dengan salat seseorang dapat menambah keimanan, rasa takut akan siksaan, dan penghancuran akan hawa nafsu. Tidak sampai di sini, pesahalat yang dikehendaki adalah الَّذِينَ هُم فِي صَلاَتِهِم دَائمُون. Lafad *dāimūn* memiliki arti selamanya, tetap setia. Maksudnya, terus-menerus mendirikan salat, tidak meninggalkannya meski dalam kesibukan apapun. Ibnu Mundzir dari Abi Khoir menjelaskan, yang dimaksud *dāim* adalah seseorang yang selalu melaksanakan salat, tidak meninggalkannya, ketika dalam mengerjakannya tidak menoleh ke kanan atau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ke kiri. Sedang menurut Ibnu Mas'ud dan Masruk, *dāim* ditujukan pada orang-orang yang melaksanakan salat tepat pada waktunya, ketika dalam salat meninggalkan perbuatan-perbuatan yang dapat menghindari pada kekhusyukan, serta salat sesuai waktu yang telah ditentukan.

Pesalat yang rajin serta tidak pernah meninggalkan salatnya, dan khusyu'lah yang terhindar dari kedua sifat buruk di atas. Diriwayatkan dari Ibnu Hibban dari Abi Salamah telah berpendapat; 'Aisyah ra telah berkata kepadaku; Rasulullah bersabda: Ambillah pekerjaan yang kau yakini Allah tidak akan bosan dan jenuh memberikan rezeki meskipun kamu merasal lelah. Dan 'Aisyah berkata, pekerjaan yang disenangi Rasulullah adalah yang terus-menerus walaupun hanya sedikit, namun saat tiba waktu salat ia tetap salat (terus-menerus).[69]

2. Salat Memberi Solusi

Allah telah memberikan berbagai solusi pada hamba-Nya melalui perantara agama yang dipeluknya. Setiap syariat yang dibuat, bukan semata untuk mengekang atau memberikan beban. Namun di setiap perintah-Nya mengandung makna *sirr* yang memberikan maslahat pada diri pelakunya. Salah satu solusi yang ditawarkan Islam yakni, sabar dan salat. Hal ini tertulis dalam Alquran Surat al-Baqarah ayat 45:

وَٱسۡتَعِينُواْ بِٱلصَّبۡرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى ٱلۡخَٰشِعِينَ ٤٥

Jadikanlah sabar dan salat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu´.

[69]Al-Alusi, Abu al-Sana Shihab al-Din al-Sayyid Mahmud,*Ruh al-Ma'ani,* Jilid 15, 105.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(yaitu) orang-orang yang meyakini, bahwa mereka akan menemui Tuhannya, dan bahwa mereka akan kembali kepada-Nya.

Dalam ayat di atas, al-Alusi menafsirkan Allah telah memerintahkan hamba-Nya untuk meninggalkan kesesatan dan menjalankan apa-apa yang disyariatkan. Untuk menjalankan keduanya, merupakan hal yang *mushkil*. Supaya seorang hamba mampu untuk memenuhi apa yang seharusnya dicapai seorang muslim, maka dibutuhkannya sabar. Menurut al-Alusi, sabar mampu menahan diri/jiwa seseorang untuk tidak melakukan hal yang Allah benci. Sabar lebih dulu dari salat. Tidak akan sempurna salatnya seorang muslim jika tidak disertai kesabaran di dalamnya. Jika antara sabar dan salat terjalin komunikasi secara harmonis dengan diri seseorang, makan akan memberikan dampak baik (seyogyanya) muncul pada diri manusia, dan menghilangka apa yang sepatutnya dikarenakan sabar dan salat.[70]

Menurut al-Qurthubi dikutip oleh Ibnu Kathir dalam tafsirnya, bahwa sabar yang dimaksudkan di sini adalah puasa Bulan Ramadlan. Karena itulah disebut dengan "bulan sabar". Menurut pendapat lain, yang dimaksud dengan sabar ialah menahan diri terhadap kemaksiatan. Maka dari itu, ayat ini dibarengi dengan penunaian ibadah, sedang amal ibadah yang paling tinggi ialah salat.[71]

Salat merupakan sarana untuk mendekatkan diri pada Allah, mampu menaikkan tingkat kecintaan seorang hamba pada Tuhannya. Selain itu, salat membersihkan diri seorang hamba dari maksiat, serta aib yang ada padanya.

---

[70]Al-Alusi, Abu al-Sana Shihab al-Din al-Sayyid Mahmud,*Ruh al-Ma'ani,* Jilid 1 (Beirut: Dar al-Kitab al-'Ilmiyyah, 1994),250.
[71]Ibnu Kathir, *Tafsir Al-Quran al-Adhim,* Vol I (Kairo: Dar al-Tauqifiyyah al-Turats, 2009), 86.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Diriwayatkan oleh Hudzaifah, sesungguhnya ketika Rasulullah bersedih, beliau salat, dan diriwayatkan Ahmad apabila bersedih, segeralah salat.[72]

Meng-istiqomahkan sabar dalam salat bukanlah hal yang mudah untuk dipraktikkan. Keduanya akan terasa mudah apabila dijalankan dengan khusyuk. Khusyuk yang dimaksud al-Alusi ialah sifat *tawadhu'* (merendahkan diri di hadapan Tuhannya), dan perasaan tenang.[73]

3. Salat Penenang Jiwa

Bila dicari, surga dunia akan ditemukan, dan dirasakan kenikmatannya oleh para muslim sejati. Perbincangan harmonis, pertemuan syahdu antara pengabdi dan Sang Pemilik kehidupan, mencipatakan kebahagiaan, ketenangan, ketenteraman jiwa yang abadi. Hal ini tertera dalam Alquran Surat al-Baqarah ayat 46:

ٱلَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُم مُّلَٰقُواْ رَبِّهِمۡ وَأَنَّهُمۡ إِلَيۡهِ رَٰجِعُونَ ٤٦

(yaitu) orang-orang yang meyakini, bahwa mereka akan menemui Tuhannya, dan bahwa mereka akan kembali kepada-Nya.

Ayat ini masih terkait dengan ayat sebelumnya. Pada ayat sebelumnya memperbincangkan meminta pertolongan terhadap sabar dan salat, sedang pada ayat ini menjelaskan perasaan seorang muslim yang menanamkan sabar dalam salatnya, sehingga menciptakan kekhusyukan. *Zon* pada dasarnya bermakna prasangka, sedang makna الِّلقَاء adalah bersentuhannya satu jasad dengan jasad yang lain. Dan yang dimaksud dengan ملاقاة رب adalah bertemunya seseorang dengan pahalanya yang telah ia dapat dari Allah, atau

[72]Ibid., 250.
[73]Ibid., 250.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bertemunya dengan Allah dengan cara melihat dzat-Nya menurut ulama yang memperbolehkan melihat Dzat Allah. Dan kedua tafsiran tersebut sifatnya masih dalam kategori prasangka yang mungkin saja terjadi, dan mungkin saja tidak. Karena, andai seseorang yang beribadah (khusyu' dalam ibadah) mengetahui bahwa dia berhak mendapatkan pahala atas ibadahnya, dan orang mukmin dapat melihat Allah di akhirat secara nyata, lalu bagaimana mungkin dia mampu mengetahui akhir dari amalannya apakah baik atau buruk.[74]Maka dari itu, di dalam ayat ini mereka beribadah itu disifati dengan orang-orang yang berprasangka belum pasti. Hal ini menunjukkan bahwa mereka tetap memiliki sifat takut apabila prasangkanya salah dan menunjukkan bahwa perasaan tidak aman mereka dari murka Allah.

Sedang menurut Ibnu Kathir, ayat ini menyatakan bahwa, apabila seseorang khusyuk dalam salatnya, maka orang tersebut akan timbul prasangka, bahwa meeka akan dihimpun dan dihadapkan kepada Allah di hari kiamat kelak.[75]

Untuk mengenai ulasan orang yang khusyu' dalam beribadah (ringan dalam beribadah), itu tidak lain adalah taufiq dari Allah. Maka *ẓon* bisa ditafsiri dengan 2 makna di atas, kecuali apabila 'athofnya lafad أَنَّهُم إِلَيهِ رَاجِعُون, maka *ẓon* tidak cukup dimaknai sekedar prasangka, karena kembalinya manusia kepada Allah yang ditafsiri dengan*an-Nushūr* atau *al-maṣīr ila al-jazā'*[76]

[74]Al-Alusi, Abu al-Sana Shihab al-Din al-Sayyid Mahmud,*Ruh al-Ma'ani,* Jilid 1 (Beirut: Dar al-Kitab al-'Ilmiyyah, 1994), 251.
[75]Ibnu Kathir, *Tafsir Al-Quran al-Adhim,* Vol I (Kairo: Dar al-Tauqifiyyah al-Turats, 2009), 86.
[76]Ibid., 251.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Salat Memberikan Kebahagiaan

قَدۡ أَفۡلَحَ ٱلۡمُؤۡمِنُونَ ١ ٱلَّذِينَ هُمۡ فِي صَلَاتِهِمۡ خَٰشِعُونَ ٢

Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang beriman.(yaitu) orang-orang yang khusyu´ dalam sembahyangnya

Ayat di atas merupakan janji benar yang pasti bagi orang yang beruntung dan penetapan kemenangan baik di dunia maupun di akhirat. Itu merupakan janji Allah pada hamba-Nya yang tidak akan dikhianati. Pada ayat ini, al-Alusi menafsirkan bahwa khusyuk adalah perasaan hina dan tenangnya semua anggota badan. Begitupula yang dikatakan oleh Ibnu Abbas, yang diriwayatkan oleh Ibn Jarir, bahwa orang yang mendirikan salatnya dengan khusyuk senantiasa merasa takut dan merasa tenang.[77]

Dalam tafsirnya al-Alusi memaparkan beberapa pendapat ulama terdahulu. Pertama, menurut Mujahid khusyuk itu sikap menundukkan pandangannya dan meratapi kesalahan-kesalahannya. Selanjutnya berkata Muslim bin Yassar dan Abu Qatadah berpendapat, yakni mereka yang menundukkan kepala. Ali bin Abi Thalib Ra, berpendapat yakni mereka yang tidak bermain-main atau tidak menoleh ke kanan dan ke kiri. Begitupun adh-dhahak berpendapat yakni mereka yang meletakkan tangan kanan di atas tangan kiri (maksudnya bisa diartikan saat salat atau mereka yang senantiasa bersedekah).[78] Dan dari Abi

[77]Al-Alusi, Abu al-Sana Shihab al-Din al-Sayyid Mahmud,*Ruh al-Ma'ani,* Jilid 9 (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1994), 206.
[78]Ibid., 207.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Darda': dengan mengagungkan tempat berdiri dan mengikhlaskan perkataan serta menyempurnakan keyakinan.[79]

Sebagaimana yang telah diriwayatkan Bukhari dan Abu Dawud juga Nassa'i, dan 'Aisyah r.a. berkata" Saya bertanya pada Rasulullah SAW mengenai menengok dalam salat. Kemudian Rasul menjawab, sesungguhnya menengok merupakan sikap mencuri-curi dari setan atas salat seorang hamba". Dinyatakan oleh Abi Syaibah dan Abi Hurairah bahwasanya ia berkata saat sakit: dudukkan saya, dudukkan saya. Saya memiliki titipan yang dititipkan oleh Rasulullah SAW.: janganlah kalian menengok-negok ketika salat, dan apabila kalian harus melakukannya, jangan lakukan saat sedang melaksanakan fardhu Allah, serta tidak memainkan akaiannya atau sesuatu dari badannya dan meninggalkan segera hal-hal yang dapat mengindari dari kekhusyukan.[80]

Khusyuk bukan berarti kehilangan kesadaran. Karena salatnya orang yang tidak sadar, hukumnya tidak sah. Saat khusyuk telah menyatu pada salat seorang hamba, maka keharmonisan jiwa dan akal akan terbentuk. Jiwa yang tenang, dan akal yang bekerja dengan baik.

Khusyuk dalam ayat ini, Allah SWT menjelasskan sifat yang kedua yaitu seorang mukmin yang benar-benar khusyuk dalam salatnya. Pikirannya terpusat hanya pada Allah, ia benar-benar merasakan bertemu dengan Allah, dapat berkomunikasi langsung dengan Allah, serta menghadirkan rasa takut dan diselipkan perasaan beribu harapan yang ditujukan pada Allah.[81]

---

[79]Ibid., 207.
[80]Ibid., 207.
[81]Kemenag RI, *Al-Quran dan Tafsirnya,* jilid 1-3 (edisi yang disempurnakan), (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), 472.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Khusyuk menurut Ibnu Katsir, adalah perasaan takut kepada Allah dan rasa tenang dalam salat. Rasulullah SAW bersabda:

قَالَ عَلِي ابنِ أبِي طَلحَة, عَن ابنِ عَبَّاس: خَاشِعُون : خَائِفُون ساكِنُون

> Ali bin Abi Talhah telah meriwayatkan dari Ibn Abbas: khusyuk adalah, perasaan takut kepada Allah dan tenang. Hadis di atas juga diriwayatkan oleh Mujahid, Qatadah, dan Ibrahim, Hasan al-Basri mengatakan: ketenangan hati mereka membuat mereka menundukkan pandangannya, dan rendah diri.[82]

Disebutkan, betapa beruntungnya seorang mukmin yang mampu melaksanakan salatnya dengan khusyuk. Khusyuk mengantarkan seorang pada hakikat salat. Apabila setelah salatnya ia merasakan ketenangan dalam jiwanya, maka salat yang ia lakukan benar, lain halnya jika setelah melaksanakan salat namun tidak merasakan apapun, salat hanya sebatas jasmaniah saja.

[82]Ibnu Kathir, *Tafsir Al-Quran al-Adhim*, Vol V (Kairo: Dar al-Tauqifiyyah al-Turats, 2009), 459.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

ANALISA KONTESKTUALISASI PENAFSIRAN IMAM AL-ALUSI TERHADAP AYAT SHALAT SEBAGAI TERAPI JIWA

A. Interpretasi penafsiran al-Alusi sebagai terapi jiwa

Meninjau pada penafsiran al-Alusi terhadap beberapa ayat mengenai shalat yang memiliki makna esoteric sebagai terapi jiwa. Shalat dalam Surat al-Baqarah memiliki tujuan untuk mendekatkan diri pada Allah, membersihkan dari maksiat. Apabila seorang hamba telah melakuan pendekatan *(approach)* terhadap Tuhannya, menggantungkan segala urusannya hanya pada Tuhannya, maka akan dirasakannya jiwa yang tenang pada dirinya. Hal ini dikarenakan rasa percaya akan ketetapan serta bagaimana cara Tuhan menyelesaikan urusan baik dunia maupun akhirat. Apabila seseorang meminta pertolongan pada shalatnya, seperti apa yang dijelaskan dalam Surat al-Baqarah, maka mengindikasikan ia selalu mengingat Tuhannya. Sedang kegiatan semacam ini mampu memberikan ketenangan pada jiwa seseorang, seperti dalam Firman Allah dalam Surat al-Ra'd:

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

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

Ketenangan jiwa merupakan tingkat permulaan keimanan seorang hamba. Allah hanya menganugerahkannya pada orang-orang yang beriman. Seorang psikolog Muslim mengemukakan, *"Ketenangan jiwaa dalah pemberian*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang Allah simpan untuk membersihkannya. Allah memberi banyak orang kecerdasan, kesehatan, harta dan ketenaran. Sementara ketenangan jiwa, akan diberikannya dengan suatu ketentuan (syarat)".[83]

Tidak cukup hanya dengan meminta pertolongan pada shalat, namun hanya sekedar mengerjakannya tanpa dibarengi oleh khusyuk. Al-Alusi menafsirkan bahwa seseorang yang saat shalatnya memasukkan rasa sabar sejak awal takbir hingga salam (khusyuk), maka ia akan memiliki dua prasangka. Prasangka pertama, peshalatakan merasa dirinya bertemu dengan pahalanya yang didapat dari Allah (janji bagi orang yang khusyuk), kedua ia akan merasa bertemu denganTuhannya dalam shalat ملاقاة رب.[84] Perasaan mana yang lebih indah dari seorang hamba faqir yang merasa bertemu dengan Tuhannya. Hatinya akan dipenuhi dengan kebahagiaan, jiwanya terasa damai dan tenteram. Jiwa yang tenang mampu menghasilkan keseimbangan dalam hidup.

Selanjutnya, permasalahan khusyuk ini lebih detail pada Surat al-Mu'minun ayat 1-2. Menurut al-Alusi, yang dimaksud dengan khusyuk adalah perasaan hina, merendahkan diri dan tenangnya suatu anggota badan.[85]Shalat khusyuk ini merupakan aspek meditasi yang mampu memberikan ketenangan serta memberikan pengaruh baik pada sistem atau cara kerja syaraf dalam tubuh.[86] Jadi baik pengaruhnya pada psikis atau jasmani seseorang. Sungguh beruntung seorang mukmin yang mampu menciptakan khusyuk dalam shalatnya, sehingga ia mampu menciptakan ruang pribadi antara dirinya dan Tuhannya saja.

---

[83]Muhammad Bahnasi, *ShalatsebagaiTerapiPsikologi*(Bandung: Mizania, 2008), 69-70
[84] Surat al-Baqarah [2] ayat 46.
[85]Al-Alusi, Abu al-Sana Shihab al-Din al-Sayyid Mahmud,*Ruh al-Ma'ani,* Jilid IX, 206.
[86]Iin Tri Rahayu, *Shalat Sebagai Bentuk Terapi Jiwa dan Fisik,* "Jurnal Psikologi dan Keislaman", 39.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Seperti yang telah dipaparkan di atas, bahwa ketenangan jiwa tidak serta merta didapatkan atau diberikan oleh Allah. Melainkan ada ketentuan-ketentuan yang seorang muslim harus lakukan. Dalam Alquran dijelaskan, bahwa sudah menjadi tabiat manusia berkeluh kesah saat ditimpa kemalangan, dan menjadi kikir saat diberikan kenikmatan.[87] Saat seseorang ditimpa musibah, keburukan, kemalangan dan hal tak enak lainnya, ia senantiasa mengeluh, gelisah dan cemas. Dua sifat (keluh kesah dan kikir) ini dikecualikan pada seorang yang shalat, yang sifat shalatnya adalah terus menerus/selamanya. الّذين هم على صلاتهم دائمون pada ayat ini, al-Alusi menafsirkan *dāim* dengan kata setia, terus-menerus, dan tetap melaksanakan shalat meski dalam keadaan sibuk bagaimanapun. Seseorang yang memelihara shalatnya, berarti ia pun selalu mengingat Tuhannya dalam kondisi dan situasi apapun. Seorang yang senantiasa mengingat Tuhannya, akan menumbuhkan rasa *tsiqah billah* (percaya pada ketentuan Tuhan) yang otomatis jiwanya akan merasa tenangdikarenakan segala hal yang ia gantungkan pada Tuhan.

B. Kontekstualisasi Penafsiran al-Alusi Terhadap Terapi Jiwa

Manusia adalah makhluk Allah yang paling sempurna, baik dari segi lahiriah ataupun dari jasmaniahnya. Dari kesempurnaan itulah manusia dapat memahami, mengenal secara mendalam dan menyeluruh terhadap keahlian, kebutuhan dan keinganan secara spesifik. Semua itu adalah bentuk petunjuk dari Allah yang sudah tertera dalam al-Quran dan Hadis. Gambaran tentang kehidupan manusia sudah banyak disebutkan dalam al-Quran. Di antaranya,

[87]Surat al-Ma'arij [70] ayat 19-23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

manusia memiliki akal untuk memahami mana yang baik dan buruk, serta memahami keagungan Allah. Manusia juga memiliki hati yang merupakan tempat iman, nafsu dan ruh yang suatu saat nanti akan diminta kesaksiannya oleh Allah. Diciptakannya manusia tiada lain sebagai khalifah di bumi, untuk mengembangkan amanah dan beribadah kepada Allah.[88]

Pada dasarnya manusia memiliki dua hakikat substansi yaitu psikis dan fisik. Pada hakikat substansi fisik merupakan yang bersifat materi, yaitu tidak berdiri sendiri, tidak kekal dan wadahnya adalah jasad. Sedangkan pada hakikat substansi psikis bersifat immaterial, berdiri sendiri, memiliki pengetahuan yang di luar nalar, bersifat kekal dan berasal dari metafisik. Kesadaran manusia semuanya terpusat pada dua hakikat substansi yaitu pada psikis dan fisik. Psikis sifatnya langsung sedangkan fisik sifatnya tidak langsung karena masih ada yang mengendalikan yaitu psikis.[89]

Asli dari sifat manusia adalah mengenal Allah dan senantiasa untuk selalu mengingat dan mendekat kepada Allah. Apabila manusia melupakan Allah, maka itu adalah suatu penyimpangan dari sifat asli dan juga merupakan gangguan jiwa yang sudah ada. Karena melalaikan Allah salah satunya disebabkan oleh akal yang tidak sehat, lemah dan lebih banyak dikendalikan oleh nafsu dan syahwat

---

[88]Penjelasan tentang perjalanan dan substansi hidup manusia sudah dijelaskan dalam al-Quran. Dapat dilihat dalam surat al-Hajj ayat 46 tentang akal yang dimiliki manusia, surat al-'Araf ayat 72-72 tentang iman, nafsu dan ruh, surat al-Baqarah ayat 30 tentang manusia sebagai khalifah dan adz-Dzariyat ayat 56 tentang diciptakannya manusia untuk beribadah. Untuk lebih lengkapnya dapat dilihat dalam Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami,* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 55.

[89]Imam Musbikin dan Moh. Soleh, *Agama Sebagai Terapi,* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 70.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

serta amarah. Orang yang jiwanya terganggu dapat dinetralisir dengan psikoterapi Islami.[90]

Psikoterapi Islam merupakan pengobatan dan penyembuhan penyakit, baik mental, spiritual, fisik ataupun moral dengan cara al-Quran dan hadis Nabi Muhammad, atau jika dikaji secara dalam yaitu dengan bimbingan kandungan al-Quran dan Hadis.[91] Psikoterapi Islami dapat disebut juga dengan terapi tasawuf, terapi psikospiritual, psikoreligius. Intinya yaitu untuk penyembuhan penyakit kejiwaan dengan menggunakan dasar-dasar keagamaan, yang tujuannya adalah menguatkan ke-batinan untuk membantu dalam penyembuhan.

Dalam hal ini penulis mengambil beberapa sampel ayat yang dijadikan sebagai terapi jiwa, yaitu surat al-Baqarah ayat 45-46,[92] dari ayat ini diperintahkan oleh Allah agar meninggalkan kesesatan dan yang menyesatkan serta melaksakan kewajiban syariat Islam di antaranya yaitu shalat, karena yang demikian itu akan menimbulkan rasa rindu kepada Allah. Sabar adalah menahan nafsu, karena shalat tanpa sabar tidak akan sempurna. Sedangkan shalat sendiri adalah salah satu ibadah untuk mendekatkan diri kepada Allah, dan orang yang senantiasa melaksanakan shalat akan mendapatkan keuntungan dan kasih sayang Allah.[93]

---

[90]Ahmad Mubarok, *Konseling Agama dan Teori,* (Jakarta: Bina Reka Pariwara, 2002), 20.

[91]Penekanan dari Psikoterapi Islami adalah dengan al-Quran Hadis, karena al-Quran dalah obat dari penyakit, utamanya penyakit dari dalam jiwa. Lihad dalam surat al-Isra ayat 82. Untuk lebih lengkapnya lihat dalam Hamdani Bakran Dzaki, *Konseling dan Terapi Islam,* (Yogyakarta: Pustaka Baru, 2002), 281.

[92](و استعينوا باالصبر و الصلاة و إنها لكبيرة إلا على الخاشعين () الذين يظنُّون أنهم ملقوا ربهم و أنهم إليه () راجعون)dan memohonlah pertolongan kepada Allah dengan sabar dan shalat, dan sungguh shalat itu sangat berat kecuali bagi orang-orang yang khusyuk. Yaitu mereka yang yakin bahwa mereka akan menemui Tuhannya dan mereka yakin bahwa akan kembali kepada-Nya.

[93]Syihabuddin sayyid Mahmud al-Alusi, *Rūh al-Ma'āni fi Tafsīri al-Qura'ānil Adzīm,* Juz. I (Beirut: Ihyā at-Turats al-'Arabi, t.th),248-249.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada surat al-Mu'minun ayat 1-2,[94] menjelaskan tentang orang mukmin yang akan mendapatkan keberuntungan, akan mendapatkan kebaikan yang kekal dan kesenangan yang juga dapat memberikan efek bahagia dan sehat bagi jiwa. Mereka itulah orang-orang yang khusyuk dalam shalatnya.[95] Dan surat al-Ma'arij ayat 19-23,[96]. Ayat ini mengindikasikan bahwa sifat dari manusia di antaranya adalah berkeluh kesah. Sifat ini akan muncul jika manusia itu ditimpa rasa takut, panik ataupun sebuah musibah, selanjutnya sifat manusia dari ayat ini adalah enggan memberi bantuan kepada orang lain yang membutuhkan. Dari dua sifat itu tidak dimiliki oleh manusia yang rajin dalam shalatnya dan menjadikan shalatnya sebagai sarana kebutuhan dan kewajiban dalam beribadah kepada Allah.[97] Dari tiga surat dalam beberapa ayat tersebut sudah banyak dijelaskan tentang manfaat dari shalat, dan intinya lebih banyak ditekankan dalam pentingnya shalat. Karena salah satu dari terapi jiwa adalah shalat, selain itu shalat juga dapat menjauhkan diri dari perbuatan keji dan munkar.

Ketika membicarakan tentang shalat dan terapannya jalan terapi jiwa, maka hal tersebut tidak dapat dilepaskan dari sumber utama dalam shalat yaitu al-Quran. Dalam al-Quran sudah dijelaskan tentang manfaat dari shalat dengan utuh. Apabila dikaji secara mendasar manfaat dari shalat ada dua yaitu: *pertama*, shalat

---

[94](قد أفلح المؤمنون () الذين هم في صلاتهم خاشعون ()) sungguh beruntung orang-orang yang beriman, yaitu orang-orang yang khusyuk dalam shalatnya.

[95]Syihabuddin sayyid Mahmud al-Alusi, *Rūh al-Ma'āni fi Tafsīri al-Qura'ānil Adzīm,* Juz. XVIII, 3-4.

[96](إن الإنسان خلق هلوعا ()إذا مسه الشر جزوعا () و إذا مسه الخير منوعا () إلا المصلِّين () الذين هم على صلاتهم دائمون ()) sungguh manusia diciptakan bersifat suka mengeluh, apabila ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah, dan apabila dia mendapatkan kebaikan (harta) dia menjadi kikir, kecuali orang-orang yang melaksanakan shalat, yaitu mereka yang setia melaksanakan shalatnya (istiqamah).

[97]Syihabuddin sayyid Mahmud al-Alusi, *Rūh al-Ma'āni fi Tafsīri al-Qura'ānil Adzīm,* Juz. XXIX, 61-62.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dapat memberikan efek positif bagi pelakunya untuk meningkatkan hubungan spiritual dengan Allah dan hubungan keagamaan. *Kedua,* shalat dapat menjadi sarana untuk mempererat hubungan sosial dengan masyarakat yang lainnya. Karena dengan shalat selain dapat menjalin hubungan langsung dengan Allah tetapi juga dapat meningkatkan hubungan sosial yang lebih komunikatif dan produktif. Dalam al-Quran dijelaskan bahwa shalat itu adalah salah satu sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah yaitu terdapat dalam surat Thaha ayat 14.

إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لا إِلَهَ إِلا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلاةَ لِذِكْرِي (١٤)

Sesungguhnya aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, Maka sembahlah aku dan dirikanlah shalat untuk mengingat aku.

Shalat yang merupakan pedoman bagi kehidupan manusia hendaknya dilakukan dengan penuh rasa khusyuk dan penuh rasa penghormatan serta ibadah kepada Allah. Salah satu cara untuk menambah rasa khusyuk dalam shalat adalah dengan memahami makna yang terkandung dalam setiap bacaan dalam shalat. Sehingga orang yang khusyuk tersebut akan mendapatkan keberuntungan dan kemenangan, seperti yang sudah dijelaskan dalam surat al-Mu'minun ayat 1-2. Pada ayat tersebut menjelaskan tentang keberuntungan bagi orang yang khusyuk dalam shalatnya, maka dari itu, untuk mendapatkan hal yang demikian khususnya dalam shalat hendaklah selalu mengingat kepada Allah dan melupakan hal selain Allah. Semua kegiatan ini dalam ilmu tasawuf disebut dengan (*hudurul qalbi*) menghadirkan hati dengan selalu ingat kepada Allah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Selain itu, dengan shalat manusia akan mencapai derajat keyakinan yang tinggi dengan mahkota ketenangan. Orang yang senantiasa melaksanakan shalat akan mendapati dirinya selalu berada dalam ketenangan, kecuali orang yang selalu berkeluh kesah, tidak sabar, dan bahkan tidak ada kemauan untuk membantu sesama muslim. Hal ini sudah Allah jelaskan dalam surat al-Ma'arij ayat 19-23 bahwa orang yang shalat akan memiliki jiwa yang stabil dan tenang. Berikut beberapa manfaat shalat dalam kehidupan yaitu:

1. Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa identik dengan keadaan seseorang yang berada dalam hidup yang seimbang, mampu mengkondisikan dirinya dengan lingkungan sekitar, mampu menjaga pikiran, perbuatan serta penuh pertimbangan dalam tindakan dan selalu bersikap tenang.[98] Hal ini dijelaskan dalam al-Quran surat ar-Ra'd ayat 28 yaitu

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨)

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

Dalam hal ini, orang yang melaksanakan shalat dapat diarahkan untuk mencapai jiwa yang tenang, agar terhindar dari rasa cemas, takut, sempit batin dan sifat buruk lainnya. Karena melalui shalat diharapkan jiwa dapat menjadi aman dan tidak merasa sedih, serta gelisah. Sebagai contoh, mari melihat kondisi dan situasi yang terjadi pada saudara dan saudari muslim di Palestina. Kerusuhan terjadi di sana. Penembakan, penawanan, pengeboman terus

[98]Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakar, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam,* (Jakarta: NuansaBaru, 2001), 183.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menggencar mereka yang tidak bersalah. Membunuh sekian banyak balita yang masih dalam buaian ibunya. Ibu yang kehilangan anaknya, seorang anak yang kehilangan ibunya, dan mereka yang kehilangan keluarga-keluarga mereka. Sungguh ironis apa yang mereka sedang alami saat ini. Tempat tinggal tidak pasti, makan seadanya sesuai apa yang relawan berikan pada mereka. Namun, tak sedikit relawan yang merekam keromantisan mereka dengan Tuhannya. Mereka shalat, berdoa memohon apa yang mereka harapkan pada kehidupannya. Karena, mereka tau yang mereka punya hanya keimanan pada Allah dalam hati, hanya Allah yang mereka punya saat ini. Yang mampu memberikan ketenangan, pertolongan bagi mereka.

Selain itu dalam shalat juga dapat menghilangkan rasa cemas dengan membersihkan dan menjernihkan jiwa. Semua rangkaian ibadah yang diniatkan untuk mendekatkan diri kepada Allah dapat membuat hati menjadi berkilau dan siap untuk mendapatkan hidayah dan hikmah dari Allah. Hal ini Allah jelaskan dalam surat az-Zumar ayat 22 yaitu:

أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلإِسْلامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَئِكَ فِي ضَلالٍ مُبِينٍ (٢٢)

> Maka Apakah orang-orang yang dibukakan Allah hatinya untuk (menerima) agama Islam lalu ia mendapat cahaya dari Tuhannya (sama dengan orang yang membatu hatinya)? Maka kecelakaan yang besarlah bagi mereka yang telah membatu hatinya untuk mengingat Allah. mereka itu dalam kesesatan yang nyata.

Menurut Sayyid Sabiq, shalat adalah[99]

[99]Sayyid Sabiq, *Fiqh as-Sunnah,* Juz. III (Kairo: al-Fath li al-A'lāmi al-'Arabi, t.th), 125.Dari keterangannya dijelaskan bahwa shalat adalah puncak dari ibadah yang Allah sendiri yang memerintahkan langsung Nabi Muhammad tanpa perantara, dan kejadiannya yaitu pada malam isra' mi'raj.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

رأسُ الأمرِ الإسلامُ و عمودُهُ الصلاةُ و ذِرْوةُ سَنَامِهِ الجِهَادُ

Inti dari setiap perkara adalah Islam, dan tiangnya adalah shalat, sedangkan puncaknya adalah berjuang di jalan Allah.

Shalat memiliki dampat dan pengaruh yang sangat kuat untuk mengobati rasa cemas, gundah, dan galau yang ada dalam diri manusia. Salah satu caranya mengobati rasa tersebut adalah dengan shalat yang khusyuk, yakni niat menghadap dan berserah diri kepada Allah, serta meninggalkan segala kesibukan dunia. Maka dari itu, seseorang yang melakukan tersebut akan mendapati rasa yang aman, tenang, tenteram dan damai. Semua itu karena hubungan antara manusia dengan Allah dapat terjadi melalui shalat. Hubungan tersebut menghasilkan kekuatan spiritual yang sangat besar, yang memberikan pengaruh dan perubahan penting baik dalam fisik ataupun psikis. Kekuatan tersebutlah yang menghilangkan stress, dan bahkan menyembuhkan berbagai penyakit.[100]

2. Sumber keimanan dan ketentraman

Keimanan dan ketentraman merupakan dua unsur yang dapat menguatkan pribadi manusia. Kekuatan iman yang sempurna yang ada pada diri manusia maka akan menjadi tameng penyelamat dan benteng dari segala bahaya. Banyak yang tidak sadar bahwa pengaruh lingkungan baik disengaja ataupun tidak, dapat berdampat bagi psikis ataupun jiwa. Maka dari itu, shalat sebagai ibadah dapat menjadi penetralisir dan menguatkan iman yang ada di dada.[101]

Allah telah memberikan keistimewaan terhadap shalat sebagai salah satu sarana untuk memohon kepada Allah dalam mengatasi berbagai penyakit, dan

[100]Muhammad Utsman Nayati, *Psikologi dalam Tinajuan Hadis Nabi Muhammad,* (Jakarta: Mustaqim. 2002), 407.
[101]Hilmi Kully, *Mukjizat Kesehatan Gerakan Shalat,* (Jogjakarta: Hikam Pustaka, 2007), 163.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penderitaan dunia. Jika disadari secara menyeluruh, banyak problematika dan ketegangan yang menimpa pada banyak orang, baik kesulitan yang bersifat materi atau yang bersifat spiritual, maka dari itu Allah menganjurkan agar menjadikan shalat dan sabar sebagai penolong. Hal ini sudah dijelaskan dalam surat al-Baqarah ayat 45, bahwa seorang yang dikatan muslim dan beriman dengan sepenuh hati itu, akan selalu berlindung dan memohon kepada Allah, karena mereka sadar bahwa Allah yang Maha Mendengar, Maha Melihat dan Penguasa segala sesuat serta hanya kepada Allah segala sesuatu dan urusan akan dikembalikan.

Seharusnya sudah menjadi kebiasaan dan sifat alami jiwa manusia untuk selalu memohon pertolongan kepada Allah, karena apabila manusia senantiasa bersama dengan Allah Yang Maha Kuasa, maka bukan urusan yang sulit untuk mengatasi suatu persoalan yang ada di sekitarnya, khususnya yang berkaitan dengan jiwa. Sehingga ketegangan, kecemasan dan kegelisahan akan berubah menjadi kekuatan iman dan ketentraman dalam hati.[102]

Apabila keimanan dan ketentraman sudah di dapat dengan shalat yang khusyuk, maka sesuai dengan surat al-Mu'minun ayat 1-2 bahwa orang yang khusyuk dalam shalatnya akan mendapati kemenangan dan keberuntungan. Sehat juga merupakan salah satu keberuntungan, dan tentram serta tenang adalah hasil dari kemenangan dan kebahagaiaan yang patut diperoleh.

---

[102]Siti Sundari, *Kesehatan Mental,* (Jakarta: RinekaCipta, 2005), 52. Selain meningkatkan keimanan dan ketentraman, shalat juga dapat menghilangkan rasa cemas. Hal ini sudah pernah disabdakan oleh Nabi Muhammad bahwa hendaklah shalat apa ditimpa musibah. (كان النبي صلى الله عليه و سلم إذا حَزَبَهُ أمرٌ صَلَّى)apabila Nabi Muhammad merasa gundah karena sebuah perkara, maka Nabi Muhammad langsung melaksanakan shalat. (HR. Abu Daud). Hadis ini diriwayatkan dari Hudzaifah r.a. Lihat dalam Ahmad Zaini, "Shalat Sebagai Terapi Bagi Pengidap Gangguan Kecemasan Dalam Persepektif Psikoterapi Islam", Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. 6, No. 2 (Desember, 2015), 329.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam mengatasi masalah kejiwaan, shalat memiliki dampak yang sangat efektif untuk menyembuhkan manusia dari derita yang dialaminya. Selain itu shalat juga dapat memberikan pemantapan jiwa dan kemauan yang kuat agar bersandar dan menyerahkan diri dan segala sesuatunya kepada Allah. Sehingga apabila sudah diserahkan semua urusan itu kepada Allah, maka jiwa dan badan serta psikis akan menjadi lebih tenang. Semua itu karena sudah ada yang diyakini bahwa ada yang lebih kuasa dan lebih berhak dalam menangani segala urusan itu, yaitu Allah. Jiwa yang sudah terlatih demikian, akan juga terlatih untuk selalu mencintai diri pribadi dan sekitarnya, mencintai aturan dan mematuhi peraturan dalam tatanan kehidupan. Karena semua itu sudah dilatih dengan teraturnya dalam melaksanakan shalat tanpa adanya rasa keterpaksaan. Melalui shalat, jiwa kepribadian akan terbimbing dalam menyelesaikan segala macam permasalahan. Karena dalam shalat menunjukkan adanya sikap batin untuk mendapatkan kekuatan, kepercayaan, keberanian diri untuk menjalani kehidupan yang lebih terarah. Apabila dengan shalat kepuasan batin sudah diraih, maka langkah selanjutnya adalah dengan dzikir dan doa kepada Allah, untuk mendapatkan ketentraman dan ketenangan hati. Setelah itu dilanjutkan dengan membaca dan mendalami makna dari ayat-ayat al-Quran, agar jiwa terus mendapat bimbingan agar selalu ikhlas dalam beramal dan perbuatan serta dapat memiliki sikap tawadhu' sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam al-Quran.[103]

Maka dari itu, untuk mendapatkan jiwa yang tenang dengan hati yang lapang, hendaklah melaksanakan shalat dengan khusyuk sebagai suatu keharusan dengan tujuan karena Allah. Sehingga apabila sudah ditunaikan shalat dengan khusyuk, buah hati yang berupa ketenangan jiwa dan batin akan terasa, serta buah bagi

[103]Firdaus, "Spiritualitas Ibadah Sebagai Jalan Menuju Kesehatan Jiwa dan Mental Yang Hakiki", Jurnal al-Adyan, Vol. XI, No. 1 (Januari-Juni, 2016), 14-15.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kehidupan yaitu terlaksana dan tercapainya semua cita-cita dan harapan yang semua karena Allah yang Maha Kuasa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari beberapa pemaparan yang telah dijelaskan di atas, maka dapat diambil kesimpulan dari rumusan masalah yang telah disebutkan pada bab sebelumnya sebagai berikut:

1. Sesuai yang telah dipaparkan di atas, meskipun al-Alusi tidak menafsirkan dengan pendekatan sufi, namun apa yang ditafsirkan yang mengarah pada jiwa, dengan kata lain mengungkap makna esoteric salat dalam Alquran. Sesuai dengan penafsiran al-Alusi, bahwa hakikat salat akan tercapai apabila mendirikan salat dengan khusyuk, dan terus-menerus mendirikan salat meski dalam situasi dan kondisi bagaimanapun. Dengan begitu, janji Allah terhadap hamba-Nya yang taat sesuai dengan anjuran Alquran tidak akan dikhianati. Ketenangan dan kedamaian jiwa akan terasa pada diri seorang muslim.
2. Dalam konteksnya salat sebagai terapi jiwa, memposisikan salat sebagai hal utama dalam menghadapi segala macam kecarut-marutan yang terjadi pada zaman sekarang. Salat dijadikan sebagai penawar kegelisahan, dan sumber keimanan seorang muslim.

B. Saran

1. Setelah skripsi ini ditulis, penulis berharap akan ada yang membahas salat dari segi sufistik atau dari segi kedokteran secara mendalam. Agar lebih luas wawasan keilmuan Islam.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Penulis berharap, dengan adanya skripsi ini pembaca lebih mau memperhatikan salat dan mendalami makna salat dari segi esoteriknya. Supaya lebih mampu mendekatkan diri kepada Sang Pemilik Kehidupan. Karena akan tidak ada artinya hidup seseorang meski telah berbuat banyak kebaikan, dan hidup bertahun-tahun jika tidak salat. Dan tidak akan berarti salat seorang muslim apabila tidak menyertakan hati dan khusyuk di dalamnya. Semoga kita termasuk orang-orang yang selalu membenahi salat.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Al-Alūsī. *Rūḥ al-Ma'ānī Fī Tafsīr Al-Qurān wa Sab'u al-Mathānī* juz 7. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1994.

Al-Alūsī. *Rūḥ al-Ma'ānī Fī Tafsīr Al-Qurān wa Sab'u al-Mathānī* juz 9. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1994.

An-Najar, Amin. *Ilmu Jiwa dalam Tasawwuf.* Jak-Sel: Pustaka Azam, 2004.

Aziz, Moh Ali. *60 Menit Terapi Shalat Bahagia.* Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2018.

Bagir, Haidar. *Buat Apa Shalat?!.* Jakarta: Mizania, 2006.

Danim, Sudarwan. *Menjadi Peneliti Kualitatif.* Bandung: Pustaka Setia, 2002.

Darajat, Zakiah. *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental.* Jakarta: Bulan Bintang, 1982.

Dewan Redaksi Ensklopedi Islam. *Ensiklopedi Islam* Jilid 1. Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993.

El-Syafa, Ahmad Zacky. *Nikmatnya Ibadah Tinjauan Psikologis dan Medis Sehari-hari.* Surabaya: Genta Group Production, 2018.

Hajar, Ibnu. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan.* Jakarta: Raja GrafindoPersada, 1999.

Haryanto, Sentot. *Psikologi Shalat.* Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2007.

JayaYahya. *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental.* Jakarta: CV Ruhama, 1994.

Khadiulah Zamri. *Khusyukkan Shalatmu.* Bandung: Marja, 2011.

Mardalis. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal.* Jakarta: Bumi Aksara, 1999.

Musbikin Imam. *Rahasia Shalat Bagi Penyembuhan Fisik dan Psikis.* Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003.

Naajati, M. 'Utsman. *Al-Quran dan Ilmu Jiwa,* terj. Ahmad Rofi' Umani. Bandung: Pustaka, 2000.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Qaththan, Manna' Khalil. *Mabahits fi 'Ulum al-Qur'an.* terj. Mudzakkir AS. Jakarta: PT. Litera Antar Nusa, 1992.

Rahayu, Iin Tri. *Shalat Sebagai Petunjuk Terapi Jiwa dan Fisik* "Jurnal Psikologi dan Keislaman" Vol.2 No. 1. Fakultas Psikologi UIN Malang, 2005.

Rifa'I, Moh. *Risalah Tuntunan Shalat Lengkap.* Semarang: C.V. Toha Putra, t.t.

Rumi, Jalaluddin. *Fihi Ma Fihi "Inilah Apa yang Sesngguhnya".* Surabaya: Risalah Gusti, 2002.

Santoso, Agus, dkk. *Terapi Islam.* Surabaya: IAIN Sunan Ampl Press, 2013.

Sarjoni, dkk. *Panduan Penelitian Skripsi.* Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Agama Islam Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2008.

Sutrisno, Hadi. *Metodelogi Research Jilid 1 cet. Ke 19.* Yogyakarta: Andi Offset, 1995.

Syafi'I Jalal. *Dahsyatnya Gerakan Shalat.* Jakarta: Gema Insana, 2009.

Syukur, M. Amin. *Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawwuf*"Jurnal Walisongo" Vol. 20 No. 2. Semarang: IAIN Walisongo, 2012.

Zaini, Ahmad. *Shalat sebagai Terapi bagi Pengidap Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Psikoterapi Islam.* Semarang: STAIN Kudus, 2015.

Mujib, Abdul. Mudzakkar, Yusuf. *Nuansa-nuansa Psikologi Islami.* Jakarta: Nuansa Baru, 2001.

Najati, Muhammad Utsman. *Psikologi dalam Tinjauan Hadis Nabi Muhammad.* Jakarta: Mustaqim, 2002.

Kully, Hilmi. *Mukjizat Kesehatan Gerakan Shalat.* Jogjakarta: Hikam Pustaka, 2007.

Bahnasi, Muhammad. *Shalat sebagai Terapi Psikologi.* Bandung: Mizania, 2008.

Al-Alūsī. *Rūḥ al-Ma'ānī Fī Tafsīr Al-Qurān wa Sab'u al-Mathānī* juz 1-2. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1994.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id