

BAB IV

ANALISIS METODE TERAPI *TOMBO ATI*

DI PONDOK ISTIGHFAR KAMPUNG PERBALAN

KELURAHAN PURWOSARI KOTA SEMARANG

DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM

Pendidikan Islam, dalam pertumbuhan spiritual dan moral, harus mampu menolong individu menguatkan iman, akidah, dan pengetahuannya terhadap Tuhannya dan dengan hukum-hukum, ajaran-ajaran dan moral agamanya. Begitu juga membentuk keinginan yang betul dalam melaksanakan tuntunan iman yang kuat kepada Allah dan pemahaman yang sadar terhadap ajaran-ajaran agama dan nilai-nilainya dalam kehidupan sehari-hari dan pada seluruh bentuk tingkah lakunya dan dengan hubungan-hubungannya dengan Tuhannya, dengan orang-orang lain dan dengan seluruh makhluk lain.

A. Analisis Dasar Terapi *Tombo Ati*

Dasar metode terapi *Tombo Ati* ialah berpedoman pada al-Qur'an dan Hadits, dimana dapat kita ketahui dalam beberapa ayat al-Qur'an dan Hadits Nabi SAW mengenai dasar masing-masing metode terapi. Al-Qur'an sebagaimana dasar utama dalam menyampaikan metode terapi *Tombo Ati* cukup jelas diterangkan dalam firman Allah sebagaimana berikut:



“Dan kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman”. (QS. Al-Isra': 82)¹

Sebagai sumber utama al-Qur'an memuat ajaran yang terdiri atas dua prinsip besar yaitu: yang berhubungan dengan keimanan disebut *aqidah*, dan yang berhubungan dengan amal disebut *syariat*. Tahapan pertama yang kita perlakuan terhadap al-Qur'an ialah mengimani isi kandungannya, yaitu benar-benar percaya terhadap isi kandungan al-Qur'an, percaya dan mengikuti

¹Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2008), hlm. 290.

petunjuknya dalam melaksanakan segala urusan, baik di dunia dan di akhirat. Seperti yang telah disinggung dalam ayat al-Qur'an sebagai berikut:

Kedua ialah prinsip yang berhubungan dengan *syariat* atau berupa amal perbuatan, hal ini ditunjukkan terhadap perlakuan kita terhadap al-Qur'an, yaitu dengan membaca, memahami, menghayati makna ajarannya, yang kemudian kita realisasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian al-Qur'an sebagai sumber metode terapi *Tombo Ati* kiranya perlu kita perlakukan sebagaimana prinsipnya. Yaitu dengan mengimaninya serta memperlakukannya kedalam amal perbuatan kita. Hal tersebut dapat mengantarkan kita ke alam yang dapat menenangkan dan menyejukkan jiwa. Yakin bersandar dalam mendapatkan kesembuhan dan berkah serta menjadikan al-Qur'an sebagai penyembuh penyakit jiwa.

Dasar terapi *Tombo Ati* yang gunakan dalam Pondok Pesantren Istighfar sesuai dengan dasar Pendidikan Islam yang berpegang teguh pada al-qur'an, as-sunah dan ijtihad.

B. Analisis Tujuan Terapi *Tombo Ati*

Metode terapi *Tombo Ati* merupakan istilah lain dari Psikoterapi Keagamaan, yang pada dasarnya bertujuan untuk memulihkan stabilitas mental manusia (keimanan). Psikoterapi keagamaan adalah metode terapi yang diberikan dengan kembali mempelajari dan mengamalkan ajaran agama Islam.

Sebagaimana diketahui bahwa dalam ajaran Islam mengandung tuntunan bagaimana kehidupan manusia bebas dari rasa cemas, tegang, depresi, dan sebagainya. Dalam do'a-do'a misalnya, intinya adalah memohon agar kehidupan manusia diberi ketenangan, kesejahteraan, keselamatan baik di dunia dan di akhirat. Perlu digaris bawahi bahwa metode terapi ini dimaksudkan untuk memperkuat iman seseorang bukan untuk mengubah kepercayaan atau agama pasien.

Dalam al-Qur'an disebutkan dengan jelas, bahwa hanya dengan mengingat Allah, jiwa manusia akan menjadi tenang; bahwa al-Qur'an adalah petunjuk dan sebagai obat, serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Tujuan terapi tombo ati di pondok pesantren istighfar adalah untuk memperbaiki akhlak melalui penyadaran diri santri dan peresapan mendalam atas ajaran agama Islam dengan berpegang pada ayat;

إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

“*sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidup dan matiku (tak lain) hanya untuk Allah Tuhan semesta alam.*”

sebagaimana terukir dengan jelas di tembok pondok pesantren.

Pendidikan Islam sebagai wujud teoritis dan praktis dalam pembentukan kepribadian muslim, lebih banyak ditujukan kepada perbaikan sikap mental yang akan terwujud dalam amal perbuatan. Sehingga Pendidikan Islam dalam hal ini berperan penting dalam proses usaha manusia untuk membina, membimbing kepribadian sesuai dengan nilai-nilai Islam yang didasarkan pada akhlak Al-Qur'an dan Assunah, baik jasmani maupun rohani menuju terbentuknya kepribadian muslim yang *muttaqien* yang selalu berpedoman menjadi muslim yang baik di seluruh aspek kehidupan, duniawi sampai kepada kehidupan *ukhrowi* yang membutuhkan kebahagiaan sebagai hamba Allah.

Dalam memahami Islam sebagai sebuah agama, terdapat tiga paradigma yang bisa dikembangkan:

1. Agama dalam dimensi subjektif, yaitu kesadaran keimanan umat (aqidah).
2. Agama dalam dimensi objektif, yaitu berupa amaliah atau perilaku pemeluk agama (ahklak).
3. Agama dalam dimensi simbolik, yaitu ajaran keagamaan atau biasa disebut dengan syariat.²

² Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004), Cet. I. Hlm. 180-181.

Ketiga dimensi tersebut merupakan satu kesatuan yang integral. Apabila perilaku umat Islam tidak mampu mencerminkan ketiga dimensi tersebut, ia tidak akan mampu menghayati dan menjadikan agama Islam sebagai alternatif terapi dalam berbagai persoalan yang dihadapinya.

Agar manusia mampu menghayati agamanya dengan baik, maka manusia harus menjadikan Islam sebagai acuan kehidupannya secara keseluruhan, sebagaimana firman Allah:



Hai orang yang beriman, masuklah kamu pada agama Islam secara sempurna. (QS. Al-Baqarah [2]: 208)³

Ayat tersebut memberikan gambaran bahwa agama Islam merupakan suatu ajaran agama yang universal dan mengatur seluruh kehidupan manusia. Oleh karena itu, persoalan manusia yang berkaitan dengan keresahan jiwa akan terselesaikan dengan baik manakala manusia menjadikan Islam sebagai *way of life* dalam kehidupannya.

Dengan demikian, tujuan dalam terapi *Tombo Ati* sesuai dengan Pendidikan Islam dalam menjabarkan arti penting agama terhadap pembinaan manusia menjadi hamba Allah yang berakhlakul karimah, yaitu dengan menjalankan ajaran agama Islam secara baik dan benar akan dapat menjadi terapi bagi penderita neurosis (kejiwaan).

C. Analisis Metode Terapi *Tombo Ati*

Metode yang merupakan cara dalam merealisasikan tujuan hendaklah berfungsi sedemikian efektif, karena keberadaan metode tidak hanya bersifat teoritis akan tetapi bersifat praktis. Karena metode terapi *Tombo Ati* yang meliputi membaca al-Qur'an dan maknanya, mendirikan shalat malam,

³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2008), hlm. 32.

bergaul dengan orang shalih, memperbanyak berpuasa, dan memperpanjang dzikir malam, tidak hanya sebatas teori yang dengan mengetahuinya saja dapat kita rasakan fungsi dan manfaatnya, akan tetapi perlu adanya *amaliah* atau perbuatan untuk mengamalkan ajaran tersebut.

Sebagaimana yang dijelaskan dalam nilai pendidikan Islam amaliah, bahwa manusia lahir ke dunia atas karunia Allah. Ia tidak berdaya, tetapi dilengkapi dengan berbagai kemampuan dasar yaitu jiwa dan raga. Keduanya menyatu pada manusia sebagai dasar untuk berbuat, bekerja dan berkarya yang dipercaya menjadi khalifah di bumi. Khalifah dalam arti pemimpin untuk menggerakkan dan menata sumber daya di jagat raya dalam rangka mencapai kehidupan yang lebih baik di dunia fana dan sebagai bekal hidup di alam baka kelak.

Metode terapi *Tombo Ati* sebagaimana diketahui ialah pengobatan atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan pendekatan spiritual, yaitu dengan mantra atau do'a, seperti yang dijelaskan dalam hadits berikut:

كُنَّا نَرْقِي فِي الْجَاهِلِيَّةِ فَقُلْنَا: يَا رَسُولَ اللَّهِ كَيْفَ تَرَى فِي ذَلِكَ؟ فَقَالَ: إِعْرَضُوا عَلَيَّ رُقَاكُمْ لَا بَأْسَ بِالرُّقِيِّ مَا لَمْ يَكُنْ فِيهِ شِرْكٌ (رواه مسلم و ابو داود)

“Diterima dari ‘Auf bin Malik yang berkata: “Di masa jahiliyah kami melakukan pengobatan dengan mantra, lalu kami tanyakan kepada Rasulullah: “Ya Rasulullah, bagaimana pendapatmu dalam hal ini? Nabi menjawab: “Coba bawa padaku mantra kamu itu. Tidak mengapa (menggunakan) mantra jika tidak mengandung kesyirikan.” (HR. Muslim dan Abi Daud)⁴

Terapi melalui pendekatan spiritual ini dilaksanakan dengan menyalurkan energi penyembuhan ke tubuh pasien dan dapat juga menggunakan media “air”, yang dasarnya bersumber dalam Al-Qur'an.

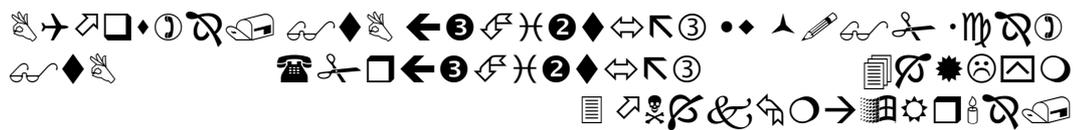
Memperhatikan gambaran dari metode terapi *Tombo Ati* tersebut, pendidikan Islam sebagaimana suatu aktifitas atau usaha pendidikan terhadap peserta didik menuju ke arah terbentuknya kepribadian muslim *muttaqien*, tidak hanya mengajarkan teori yang bernilai doktrin semata, akan tetapi adanya

⁴ Mas Rahim Salaby, *Mengatasi Kegoncangan Jiwa: Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2001), Cet. II, hlm. 71-72.

penekanan disisi lain yang secara seimbang menuntut kepada manusia untuk dapat mengamalkan ajaran-ajaran agama.

Sebagaimana hakikat dala pelaksanaan pendidika Islam ialah meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia, misalnya dari keadaan tidak tahu menjadi tahu, dari buruk menjadi baik atau dari yang sudah baik menjadi lebih baik lagi. Adapun pembinaan melalui jalur pendidikan dapat dilaksanakan dengan pelatihan, konseling, terapi, bimbingan, pemberian nasihat, pembiasaan dan peneladanan.

Dalam melaksanakan fungsi pendidikan Islam tersebut, disarankan agar psikologi islami menjabarkan dan menerapkan prinsip pengubahan nasib manusia seperti yang tercantum dalam Al-Qur'an surat al-Ra'd ayat 11.



“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum, sehingga mereka merubah keadaannya yang ada pada diri mereka sendiri.”
(QS. Al-Ra'd ayat 11)⁵

Metode peneladanan al-Qur'an pada terapi *Tombo Ati* sesuai dengan metode Islami atau Qur'ani dalam pendidikan Islam. Metode ini begitu relevan diterapkan dalam terapi *Tombo Ati* untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan kejiwaan seseorang dalam merealisasikan nilai-nilai agama sebagaimana yang dikehendaki oleh tujuan pendidikan Islam.

Contoh metode terapi *Tombo Ati* yang dapat diterapkan melalui peneladanan ialah membaca al-Qur'an dan maknanya yang berfungsi terhadap penyembuhan penyakit jiwa, dapat menghilangkan kebodohan dan keraguan, membuka jiwa yang tertutup, dan menyembuhkan jiwa yang sakit. Sedangkan shalat tahajjud merupakan ibadah yang di dalamnya terjadi hubungan ruhani antara makhluk dan *Khaliknya*. Shalat tahajjud, sebagaimana menjadi terapi metode terapi berfungsi sama dalam menyembuhkan hati serta jiwa seseorang, yang membawa pada ketenangan dan ketentraman. Seperti yang dijelaskan oleh Nabi Muhammad SAW terkait aspek penyembuhan dalam shalat:

⁵ Departemen Agama RI, *op.cit.*, hlm. 250.

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ حَدَّثَنَا أَبُو النَّضْرِ حَدَّثَنَا بَكْرُ بْنُ خُنَيْسٍ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ الْقُرَشِيِّ عَنْ رِبِيعَةَ بْنِ يَزِيدَ عَنْ أَبِي إِدْرِيسَ الْخَوْلَانِيِّ عَنْ بِلَالٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- قَالَ «عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَابُّ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ وَإِنَّ قِيَامَ اللَّيْلِ قُرْبَةٌ إِلَى اللَّهِ وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْإِثْمِ وَتَكْفِيرٌ لِلْسَيِّئَاتِ وَمَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ». قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ غَرِيبٌ لَا نَعْرِفُهُ مِنْ حَدِيثِ بِلَالٍ إِلَّا مِنْ هَذَا الْوَجْهِ وَلَا يَصِحُّ مِنْ قَبْلِ إِسْنَادِهِ.

“Telah diceritakan Ahmad bin Mani’, Abu Nadr dan Bakar bin Khunais dari Muhammad Quraisy dari Rabi’ah bin Yazid dari Abi Idris al-Khaulani dari Bilal. Sesungguhnya Rasulullah S.A.W berkata: Kerjakanlah qiyam al-lail (shalat malam), karena sesungguhnya hal tersebut merupakan kebiasaan orang-orang shalih sebelum kalian sebagai pendekatan kepada Allah Ta’ala, sebagai pencegah dari perbuatan dosa, sebagai kafarat (penebus) dari perbuatan-perbuatan buruk dan sebagai pengusir penyakit dari badan. Abu ‘Isa berkata hadits ini gharib kami tidak mengetahuinya dari cerita Bilal kecuali dari sisi ini serta tidak disahkan bila dari sebelum sanad hadits tersebut.” (HR. Ahmad)⁶

Secara jelas hadits tersebut diatas menerangkan upaya peneladanan orang-orang shalih sebelum kita dalam melaksanakan shalat malam untuk mendapatkan manfaat dari shalat malam sebagai pencegahan dari perbuatan dosa, sebagai penebus (*kafarat*) dari perbuatan-perbuatan buruk dan sebagai pengusir penyakit dari badan.

Bergaul dengan orang shalih yang di jelaskan oleh Az-Zarnuji dalam kitabnya *Ta’limul Muta’alim* sebagai contoh perhatian Az-Zarnuji dalam mengarahkan anak didiknya serta kita semua dalam memilih teman yang baik dan berakhlakul karimah. Wujud perhatiannya tersebut digambarkan dalam *nazham-nazham* yang terdapat dalam kitab *Ta’limul Muta’alim* tersebut.

Puasa, berfungsi terhadap pengendalian diri, yakni dapat melatih orang untuk bersikap sabar. Dalam petikan ayat al-Qur’an yang menjelaskan ibadah “puasa merupakan ibadah wajib yang hedaknya kita lakukan sebagaimana

⁶ Abi ‘Isa Muhammad bin ‘Isa bin Sauroh, *Jami’as-Shahih “Sunan Turmudzi”*, (Libanon: Dar al-Kitab al-‘Amaliyah. T.th), jilid. 2. hlm. 303.

yang telah dilakukan oleh orang-orang sebelum kita yakni ibadah puasa yang dilakukan oleh orang-orang yang bertaqwa”. Sedikit dapat kita cermati bersama bahwa ibadah puasa yang disampaikan dalam al-Qur’an merupakan wujud perintah untuk kita laksanakan sebagaimana yang telah dicontohkan oleh orang-orang sebelum kita, dan demikianlah tanda-tanda orang yang bertaqwa kepada Allah. Peneladanan orang-orang sebelum kita dalam ayat tersebut, sebagai bentuk bukti penerapan nilai-nilai pendidikan Islam dalam menyampaikan fungsi pendidikan Islam.

Dzikir, sebagai metode terapi dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang akibat ter-*hijab*-nya hati. Karena dengan berzikir, seseorang akan terdorong untuk mengingat, dan menyebut kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Seseorang tersebut pun akan menyadari, bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah. Sehingga ibadah ataupun dzikir yang dilakukan dapat menjadi sugesti penyembuhan. Kesadaran disini menjadi nilai penting dalam pendidikan Islam untuk mewujudkan generasi penerus yang memiliki mental sehat dan berakhlakul kariamah. Serta dapat membantu pendidikan Islam dalam membangun pribadi-pribadi muslim yang memiliki keimanan yang kuat yang tak mudah tergoyahkan dengan isu-isu keagamaan yang mengalihkan pandangan kita pada kemurtadan.

Dari kesekian metode terapi *Tombo Ati* tidak hanya disampaikan semata-mata dalam bentuk ceremonial saja, akan tetapi disampaikan dalam bentuk peneladanan orang-orang sebelum kita, serta disampaikan secara terus menerus tanpa adanya perubahan dari zaman ke zaman.

Dengan demikian pengejawantahan pendidikan Islam terhadap metode terapi *Tombo Ati* tersebut dapat dirumuskan dalam bentuk simpulan yang diantaranya ialah hati (*qalb*) berperan penting dalam pendidikan Islam bagi pembentukan akhlak, Pendidikan terhadap *qalbu* sebagai sumber akhlak dapat dilakukan dalam bentuk ibadah yang disyariatkan Islam secara terus menerus dengan menjaga kualitas ibadah bukan kuantitas ibadah, dan lima pengobatan hati memiliki relevansi dengan pendidikan Islam yang bertujuan untuk

meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT. Masing-masing amalan tersebut mendidik akhlak sesuai dengan tuntunan ajaran Islam.

Disinilah kiranya pendidikan Islam sebagai kaca mata sosial serta referensi keagamaan dalam segala problem sosial dapat memandang serta memperhatikan polemik yang mengakar pada pribadi-pribadi muslim kita dengan seksama. Sehingga fungsi pendidikan Islam dalam menjembatani segala urusan dunia dan akhirat dapat diperankan sedemikian adanya.

Harapan terhadap pendidikan Islam yang memiliki peranan penting dalam menghadapi problem sosial sebetulnya sangat memungkinkan, sebab dalam agama Islam terkandung suatu potensi yang mengacu kepada dua fenomena perkembangan yaitu *pertama*, potensi psikologis dan pedagogis yang mempengaruhi manusia untuk menjadi sosok pribadi yang berkualitas baik dan menyandang derajat mulia melebihi makhluk-makhluk lainnya. *Kedua*, potensi perkembangan kehidupan manusia sebagai “khalifah” di muka bumi yang dinamis dan kreatif serta responsif terhadap lingkungan sekitarnya baik yang alamiah maupun yang *ijtima'iah* dimana Tuhan menjadi Potensi sentral perkembangannya.