

ABSTRAK

Hj. Nidawati; *Metode Tazkiyat Al-Nafs Abd Al Shamad Al Palimbani sebagai Psikoterapi (Studi terhadap Tujuh Tingkatan Nafs)* di bawah bimbingan Prof. Dr. H. Asmaran AS, MA dan Dr. Akhmad Sagir, M.Ag. Tesis pada Pascasarjana IAIN Antasari Banjarmasin, 2016.

Kata Kunci: *Tazkiyat Al-Nafs, Abd Al Shamad Al Palimbani, Psikoterapi.*

Psikologi atau Psikoterapi Barat Modern dalam perkembangannya menurut penelitian para pakar telah mengalami kegagalan dalam mengatasi krisis modernisme, oleh karena itu banyak di antara mereka melirik tasawuf. Tasawuf atau Sufisme diakui dalam sejarah telah berpengaruh besar atas kehidupan moral dan spiritual Islam sejak ribuan tahun silam. Mereka mengamati bahwa para sufi telah mendahului para psikolog atau psikiater modern dalam memahami berbagai gangguan dan penyakit jiwa, faktor-faktor penyebabnya dan bagaimana mengobati/menerapinya.

Salah seorang tokoh ulama tasawuf sunni Nusantara yang terkenal di Asia Tenggara dan Timur Tengah pada abad 18 M, yaitu Syekh Abd Al Shamad Al Palimbani telah menghasilkan dua buah kitab yang terkenal dalam bidang tasawuf. Kitab tersebut adalah *Hidayat al Salikin* dan *Sair al Salikin* sebagai penerus pemikiran Al Ghazali dan Ibnu ‘Arabi. Dari khazanah kitab tasawuf klasik tersebut penulis tertarik ingin meneliti apakah konsep atau metode dalam kitab klasik tersebut khususnya tentang metode *tazkiyat al nafs* masih relevan untuk dijadikan pedoman dalam mengatasi atau solusi dari problem manusia modern, dengan merumuskan pertanyaan, a). bagaimana metode *tazkiyat al nafs* menurut Abd al Shamad al Palimbani, b) bagaimana relevansi metode *tazkiyat al-nafs* tersebut sebagai *psikoterapi*.

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan, yaitu 1) mengkaji metode *tazkiyat al nafs* menurut Abd al Shamad al Palimbani, dan 2) mengkaji relevansi metode *tazkiyat al nafs* sebagai *psikoterapi*. Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yakni penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan serta menelaah sejumlah sumber pustaka yang berhubungan dengan masalah yang menjadi objek kajian ini. Kemudian pendekatan yang digunakan adalah pendekatan yang mencoba untuk melihat metode *tazkiyat* Abd al Shamad al Palimbani sebagai literatur/kitab tasawuf dengan melakukan analisis teks dan konteks. Sumber primernya adalah kitab beliau yang bernama *Hidayat al Salikin dan Sair al Salikin*. Adapun sumber sekundernya adalah sejumlah buku dan tulisan-tulisan lainnya yang berhubungan dengan masalah yang menjadi kajian dalam penelitian ini.

Adapun hasil penelitian ini, bahwa metode *tazkiyat al nafs* Abd al Shamad al Palimbani, yaitu sebuah metode penyucian jiwa melalui tujuh tingkatan perkembangan/transformasi *nafs*. Metode ini memerlukan proses yang panjang dalam mencapai tujuannya yaitu ketenangan batin, kebahagiaan hakiki/kedekatan dengan sang Pencipta, dengan metode; *nafs* terus ditingkatkan dari tingkat yang

terendah menuju *nafs* yang lebih tinggi sampai ke martabat yang paling tinggi, yakni: tingkat pertama yaitu *nafs Ammarah*, kedua *nafs lawwamah*, ketiga *nafs Mulhamah*, keempat *nafs muthmainnah*, kelima *nafs radiyah*, keenam *nafs mardliyyah* dan ketujuh *nafs* yang paling tinggi yaitu *nafs kamilah* (*nafs* yang sempurna/suci). Masing-masing *nafs* ini punya *perjalanan, alam, tempat, keadaan (hal), warid* dan *sifat (karakter)* sebagai ciri khasnya. Dari ketujuh tingkatan *nafs* tersebut, tingkatan *nafs* yang pertama dan kedua diperlukan *mujahadah* dan *riyadlah* yang sangat kuat untuk membuang sifat-sifat jelek/maksiat batin yang menggerogotinya, khususnya pada *nafs ammarah* yaitu, *jahil, kikir, tamak, ujub, takabbur, riya, ghibah, hasad, ghaflah* dan lain sebagainya. *Nafs* ketiga sudah mendapat ilham dan daya sehingga sifat kebaikan lebih banyak dari keburukan, *nafs* keempat mulai stabil, tapi tetap harus waspada, *nafs* kelima sudah stabil tetap harus waspada. Baru pada *nafs* keenam dan ketujuh *nafs* sudah sempurna, bersih dan suci.

Adapun relevansinya sebagai psikoterapi, maka terapi/penyembuhnya adalah dengan *zkrullah*, ketika seseorang merasa pada dirinya masih terdapat sifat-sifat seperti pada: 1) *nafs ammarah*, maka Abd al Shamad al Palimbani menganjurkan untuk membaca zikir terus menerus baik dalam keadaan duduk, berdiri dan berbaring yaitu “*La ilaha illa Allah*”, 2) *Nafs lawwamah* dengan zikir “*Allah, Allah, Allah*”, 3) pada *nafs mulhamah* dengan zikir “*Huwa, Huwa, Huwa*”, 4) *Nafs Muthmainnah* dengan zikir “*Haqq, Haqq, Haqq*”, 5) *Nafs Radliyyah*, dengan zikir “*Hayyu, Hayyu, Hayyu*”, 6) *nafs Mardliyyah*, dengan zikir “*Qayyum, Qayyum, Qayyum*”, dan 7) *Nafs Kamilah*, dengan zikir “*Qahhar, Qahhar, Qahhar*”. *Zkrullah* pada ketujuh tingkat/martabat *nafs* di sini berfungsi sebagai pembersih, penyembuh, pencegah, perawatan dan penstabil *nafs*. Pencapaian *nafs* pada tingkat paling tinggi (*nafs kamilah*) berarti *nafs* telah sampai kepada puncak penemuan jati diri dan citra diri yang mulia dan suci.