

Pemikiran Psikologi Ibn Qayyim al-Jawziyya tentang Penyakit Hati dan Terapi Jiwa

Mirza Aaliyah Agung¹

250401210009@student.uin-malang.ac.id

Achmad Khudori Soleh²

khudorisoleh@pps.uin-malang.ac.id

Andik Rony Irawan³

andikronyirawan@psikologi.uin-malang.ac.id

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, Indonesia

Abstract

The study of heart diseases and spiritual therapy in the Islamic intellectual tradition is highly relevant for addressing mental health problems that are not only psychological but also spiritual in nature. Ibn Qayyim al-Jawziyya's thought offers a tawhid-based psychological framework that places the *qalb* (heart) as the center of the regulation of human cognition, emotion, and behavior. This article aims to analyze the causal factors of heart diseases, their psychological aspects, and the concept of spiritual therapy in Ibn Qayyim's thought. This study employed a qualitative method with a library research approach and content analysis techniques of Ibn Qayyim's major works as well as related scholarly literature. The findings show that (1) heart diseases are caused by the dominance of worldly desires (*hawa nafs*) and weak faith; (2) heart diseases affect cognitive, affective, and behavioral aspects in an interconnected manner; and (3) spiritual therapy is carried out through *tazkiyatun nafs*, which includes *takhalli*, *tahalli*, and *tajalli*. This study contributes practically by formulating a mapping of heart-based psychological aspects and a staged model of spiritual therapy that can be adapted into counseling and spiritually based psychotherapy practices.

Keywords: *Ibn Qayyim al-Jawziyya, heart diseases, spiritual therapy, Islamic psychology, tazkiyatun nafs*

Abstrak

Studi mengenai penyakit jantung dan terapi spiritual dalam tradisi pemikiran Islam sangat relevan untuk menangani masalah kesehatan mental yang tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga spiritual. Pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya menawarkan kerangka psikologis berbasis tauhid yang menempatkan *qalb* (hati) sebagai pusat pengaturan kognisi, emosi, dan perilaku manusia. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor penyebab penyakit hati, aspek-aspek psikologisnya, serta konsep terapi spiritual dalam pemikiran Ibn Qayyim. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan penelitian pustaka dan teknik analisis isi terhadap karya-karya utama Ibn Qayyim serta literatur ilmiah terkait. Temuan penelitian menunjukkan bahwa (1) penyakit hati disebabkan oleh dominasi *hawa nafs* dan lemahnya iman; (2) penyakit hati memengaruhi aspek kognitif, afektif, dan perilaku secara saling terkait; dan (3) terapi spiritual dilakukan melalui *tazkiyatun nafs*, yang mencakup *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*. Penelitian ini memberikan kontribusi praktis dengan merumuskan pemetaan aspek psikologis berbasis hati serta model bertahap terapi spiritual yang dapat diadaptasi ke dalam praktik konseling dan psikoterapi berbasis spiritual.

Kata Kunci: *Ibn Qayyim al-Jawziyya, penyakit hati, terapi spiritual, psikologi Islam, tazkiyatun nafs*

A. PENDAHULUAN

Perkembangan kehidupan modern yang semakin kompleks membawa implikasi signifikan terhadap kondisi psikologis manusia. Modernisasi kultur, perubahan gaya hidup, serta tekanan sosial-ekonomi turut memengaruhi stabilitas mental individu. Berbagai bentuk gangguan psikis, mulai dari kecemasan, stres kronis, hingga disorientasi makna hidup, menjadi fenomena yang banyak ditemukan dalam masyarakat kontemporer. Kondisi ini menunjukkan bahwa problem kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan aspek biologis dan sosial, tetapi juga menyentuh dimensi spiritual yang kerap terabaikan dalam pendekatan psikologi modern. Dalam konteks ini, khazanah intelektual Islam menawarkan perspektif alternatif yang menempatkan hati (*qalb*) sebagai pusat kesadaran dan keseimbangan jiwa. Salah satu tokoh yang secara sistematis membahas persoalan penyakit hati dan terapi jiwa adalah Ibn Qayyim al-Jawziyya. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada analisis konsep terapi jiwa dalam pemikirannya sebagai upaya memahami kontribusi psikologi Islam terhadap problem mentalitas modern (Amaliya & Soleh, 2024).

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya dari berbagai perspektif. Abdullah (2017) menelaah konsep pendidikan prenatal dalam karya *Tuhfah al-Maudud bi Ahkam al-Maulud* serta relevansinya terhadap pendidikan Islam kontemporer (Abdullah, 2017). Makmudi dkk., (2018) mengkaji pendidikan jiwa dalam perspektif Ibn Qayyim dengan penekanan pada pembinaan karakter. Rodiyah (2022) membahas konsep *tazkiyatun nafs* dalam menangani kenakalan peserta didik, serta mengaitkannya dengan pendidikan akhlak. Sementara itu, Noordin & Rahman (2017) melakukan studi komparatif mengenai proses *tazkiyah al-nafs* antara Ibn Qayyim dan Al-Ghazali. Berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa kajian terhadap Ibn Qayyim banyak difokuskan pada aspek pendidikan dan komparasi pemikiran. Namun, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji faktor penyebab penyakit hati, aspek psikologisnya, serta formulasi terapi jiwa dalam kerangka psikologi Islam secara sistematis. Oleh karena itu, artikel ini menawarkan analisis yang lebih terfokus pada dimensi psikologis penyakit hati dan konsep terapi jiwa dalam pemikiran Ibn Qayyim sebagai kontribusi terhadap pengembangan psikologi Islam.

Sejumlah kajian sebelumnya juga menyoroti aspek *tazkiyatun nafs* dan terapi jiwa secara lebih psikospiritual dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya. Ihsan dkk., (2021) menekankan hubungan penyucian jiwa dengan kebahagiaan spiritual melalui metode *takhalli* dan *tahalli* yang sistematis. Penelitian Wahyudi, (2025) menunjukkan aplikasi *tazkiyatun nafs* sebagai solusi terhadap kenakalan remaja dengan penguatan iman dan kontrol nafsu. Sementara itu, Arroisi dkk., (2021) mengkaji terapi sufistik Ibn Qayyim sebagai metode psikospiritual yang berlapis dalam memulihkan kesehatan batin. Penelitian Cholik & Sofa, (2021) menguatkan pendekatan Qur'ani terhadap penyakit hati dan obatnya menurut Ibn Qayyim. Lebih lanjut, Fitri (2024) menggambarkan konsep psikoterapi Islam dalam *Ad-Daa'wa Ad-Dawaa'* sebagai model pensucian jiwa yang dapat diintegrasikan dalam praktik kontemporer. Meskipun demikian, terdapat kebutuhan penelitian yang secara terfokus mengurai faktor penyebab penyakit hati, dimensi psikologisnya, serta formulasi terapi jiwa Ibn Qayyim secara konseptual dan komprehensif yang menjadi fokus artikel ini.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini bertujuan untuk: pertama, menganalisis faktor-faktor penyebab penyakit hati dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya dengan menelaah struktur jiwa dan dinamika internal manusia; kedua, mengidentifikasi aspek-aspek psikologis penyakit hati yang mencakup dimensi kognitif, afektif, dan perilaku; dan ketiga, merumuskan konsep terapi jiwa dalam pemikiran Ibn Qayyim sebagai model penyucian hati yang sistematis dan holistik. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konstruksi epistemologis psikologi Islam melalui analisis konseptual yang berbasis khazanah klasik. Secara metodologis, penelitian ini menawarkan sistematisasi

konsep penyakit hati dan terapi jiwa dalam kerangka analisis psikologis yang lebih terstruktur. Adapun secara praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam pengembangan pendekatan konseling dan psikoterapi Islam yang integratif, khususnya dalam menangani problem kesehatan mental yang berakar pada krisis spiritual dan moral. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada pengembangan wacana akademik, tetapi juga memiliki implikasi aplikatif dalam praktik keilmuan dan pembinaan mental berbasis nilai-nilai Islam.

B. METODE PENELITIAN

1. Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah pemikiran psikologi Ibn Qayyim al-Jawziyya, khususnya terkait konsep penyakit hati (*amradh al-qulub*) dan terapi jiwa dalam kerangka psikologi Islam. Fokus penelitian diarahkan pada tiga aspek utama, yaitu faktor penyebab penyakit hati, aspek-aspek psikologis yang meliputi dimensi kognitif, afektif, dan perilaku, serta konsep terapi jiwa sebagai proses penyucian dan pemulihan batin melalui *tazkiyatun nafs*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor penyebab penyakit hati dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya, mengkaji aspek-aspek psikologisnya, serta menguraikan konsep terapi jiwa melalui *tazkiyatun nafs* sebagai proses penyucian dan pemulihan kondisi psikologis.

2. Sumber Data Penelitian

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan sekunder. Data primer diperoleh dari karya-karya utama Ibn Qayyim, seperti *Ad-Da' wa Ad-Dawa'* dan *Madarij al-Salikin* yang membahas tentang penyakit hati, struktur jiwa, serta metode penyembuhan spiritual (Al-Jawziyya, 2008). Dalam karya tersebut, Ibn Qayyim menjelaskan bahwa penyakit hati bersumber dari dosa dan penyimpangan orientasi jiwa, sedangkan penyembuhannya dilakukan melalui ilmu, dzikir, dan pendekatan spiritual yang berkelanjutan (Al-Jawziyya, 2003). Data sekunder diperoleh dari buku psikologi Islam, artikel jurnal, serta penelitian terdahulu yang relevan dan diakses melalui *Google Scholar* dan *Mendeley Search*.

3. Analisis Data Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitis (Sugiyono, 2019). Teknik analisis yang digunakan meliputi content analysis untuk mengidentifikasi tema-tema utama dalam teks, analisis wacana untuk memahami konstruksi makna penyakit hati dan terapi jiwa dalam perspektif keislaman, serta analisis interpretatif untuk mengkontekstualisasikan pemikiran Ibn Qayyim dalam kerangka psikologi. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya menganalisis, mengelompokkan, dan merumuskan konsep secara sistematis sehingga menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai penyakit hati dan terapi jiwa dalam pemikiran Ibn Qayyim.

C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Definisi Penyakit Hati

Penyakit hati merupakan kondisi yang menunjukkan adanya gangguan pada hati (*qalb*) yang memengaruhi kualitas spiritual, moral, dan perilaku seseorang. Dalam perspektif Islam, hati tidak hanya dipahami sebagai organ fisik, tetapi juga sebagai pusat kesadaran, keimanan, dan pengendali perilaku manusia. Oleh karena itu, kondisi hati yang sehat akan mendorong individu kepada kebaikan, sedangkan hati yang sakit dapat mengarahkan individu pada perilaku yang menyimpang dari nilai-nilai agama dan moral.

Menurut Ibn Qayyim al-Jawziyya, penyakit hati adalah kondisi ketika hati tidak lagi berfungsi sesuai dengan tujuan penciptaannya, yaitu mengenal, mencintai, dan mendekatkan diri kepada Allah. Penyakit hati muncul ketika hawa nafsu, syahwat, dan

kecenderungan terhadap maksiat lebih dominan dibandingkan keimanan dan ketakwaan. Kondisi ini dapat ditandai dengan munculnya sifat-sifat tercela seperti iri hati, dengki, sombong, riya, dan cinta dunia yang berlebihan. Dalam pandangan Ibn Qayyim, penyakit hati merupakan bentuk gangguan yang tidak hanya berdampak pada kehidupan spiritual, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis individu (Al-Jawziyya, 2008).

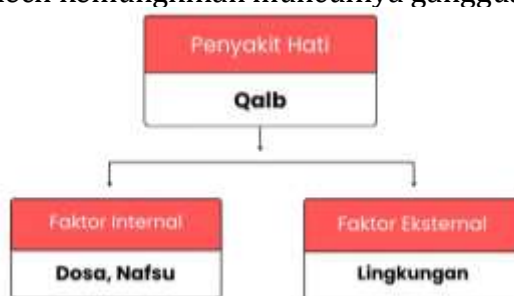
Lebih lanjut, penyakit hati dalam perspektif psikologi Islam dapat dipahami sebagai kondisi yang memengaruhi proses berpikir, emosi, dan perilaku seseorang. Ketika hati berada dalam kondisi yang tidak sehat, individu cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan diri, mengelola emosi, serta membangun hubungan yang positif dengan lingkungan sosialnya. Sebaliknya, hati yang sehat akan menghasilkan ketenangan jiwa, kestabilan emosi, dan perilaku yang adaptif. Dengan demikian, penyakit hati dapat dipahami sebagai gangguan yang mencakup dimensi spiritual dan psikologis sekaligus, sehingga memerlukan pemahaman yang komprehensif dalam proses pencegahan maupun penanganannya.

2. Faktor Penyebab Penyakit Hati menurut Ibn Qayyim al-Jawziyya

Konsep hati (*qalb*) dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya merupakan pusat kesadaran manusia yang menentukan baik dan buruknya perilaku individu. Dalam karyanya *Ad-Da'wa Ad-Dawa'*, Ibn Qayyim menjelaskan bahwa hati adalah entitas dinamis yang dapat berada dalam kondisi sehat maupun sakit tergantung pada orientasi spiritualnya. Hati yang sehat ditandai dengan kedekatan kepada Allah, sedangkan hati yang sakit dipenuhi oleh dominasi hawa nafsu dan kecenderungan terhadap maksiat. Dengan demikian, kondisi hati menjadi faktor utama yang memengaruhi arah perilaku dan kualitas kehidupan manusia secara keseluruhan (Al-Jawziyya, 2008). Cholik & Sofa (2021) menjelaskan bahwa hati menurut Ibn Qayyim memiliki fungsi sebagai pusat pemahaman, keimanan, dan pengendalian perilaku manusia. Ketika hati tidak terjaga, maka akan muncul berbagai gangguan psikologis yang berakar dari kerusakan spiritual.

Faktor penyebab penyakit hati menurut Ibn Qayyim al-Jawziyya dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Dalam *Madarij al-Salikin*, Ibn Qayyim menjelaskan bahwa faktor internal meliputi dominasi hawa nafsu, dosa, serta lemahnya kontrol diri terhadap dorongan negatif. Sementara itu, faktor eksternal meliputi pengaruh lingkungan, budaya, serta interaksi sosial yang tidak sehat. Kedua faktor ini saling berinteraksi dan berkontribusi terhadap munculnya penyakit hati seperti iri, sombong, dan kecintaan berlebihan terhadap dunia. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit hati tidak hanya bersumber dari dalam diri individu, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan yang membentuk perilaku dan kepribadian seseorang (Al-Jawziyya, 2003).

Lebih lanjut, dalam perspektif psikologi Islam, penyakit hati tidak hanya dipahami sebagai gangguan spiritual, tetapi juga memiliki dimensi psikologis yang berkaitan dengan emosi dan perilaku. Penelitian oleh Arroisi dkk., (2021) dalam kajian *Sufistic Psychotherapy* menunjukkan bahwa kondisi spiritual seseorang berperan sebagai faktor protektif terhadap gangguan mental dan distress psikologis. Dengan demikian, semakin kuat kondisi spiritual seseorang, maka semakin kecil kemungkinan munculnya gangguan pada hati.



Gambar 1. Faktor Penyebab Penyakit Hati menurut Ibn Qayyim al-Jawziyya

Berdasarkan bagan tersebut, dapat dipahami bahwa penyakit hati menurut Ibn Qayyim merupakan hasil dari interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal yang memengaruhi kondisi psikologis individu. Oleh karena itu, pemahaman terhadap faktor penyebab ini menjadi penting sebagai dasar dalam merumuskan terapi jiwa yang efektif dalam perspektif psikologi Islam.

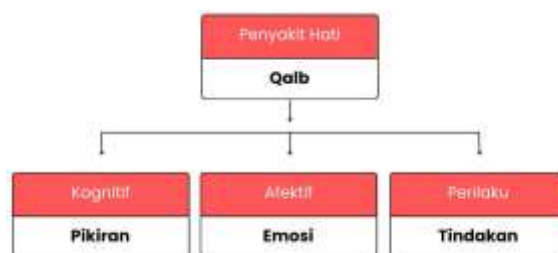
3. Aspek-Aspek Psikologis Penyakit Hati menurut Ibn Qayyim al-Jawziyya

Dalam pemikiran Ibn Qayyim, penyakit hati (*qalb*) tidak hanya dipahami sebagai gangguan spiritual, tetapi juga memiliki dimensi psikologis yang memengaruhi keseluruhan fungsi kejiwaan manusia. Hati diposisikan sebagai pusat kesadaran yang mengontrol proses berpikir, perasaan, dan perilaku individu. Oleh karena itu, kondisi hati yang sehat akan menghasilkan keseimbangan psikologis, sedangkan hati yang sakit akan menimbulkan disfungsi dalam berbagai aspek kehidupan. Amelia (2024) menegaskan bahwa hati dalam perspektif Ibn Qayyim berperan sebagai pusat pemahaman dan keimanan yang menentukan arah tindakan manusia.

Aspek pertama adalah kognitif, yaitu proses berpikir dan penilaian terhadap realitas. Dalam perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyya, penyakit hati menyebabkan distorsi kognitif seperti prasangka buruk (*su'uzhan*), kesalahan persepsi, serta penolakan terhadap kebenaran. Kondisi ini membuat individu tidak mampu berpikir secara objektif karena dipengaruhi oleh hawa nafsu dan kepentingan pribadi. Selain itu, muncul kecenderungan membenarkan kesalahan diri dan menyalahkan orang lain sebagai bentuk bias kognitif. Hal ini menunjukkan bahwa gangguan pada hati berimplikasi langsung terhadap kualitas berpikir, sehingga kejernihan hati menjadi dasar penting dalam membentuk pola pikir yang rasional dan benar (Rodiyah, 2022).

Aspek kedua adalah afektif, yaitu dimensi emosional yang berkaitan dengan perasaan individu. Penyakit hati memunculkan berbagai emosi negatif seperti iri, dengki, sombong, serta kecemasan yang berlebihan. Dalam perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyya, kondisi hati yang tidak sehat akan melemahkan kontrol terhadap emosi sehingga individu lebih mudah dikuasai oleh perasaan negatif. Penelitian Arroisi dkk., (2021) dalam kajian *Sufistic Psychotherapy* menunjukkan bahwa kondisi spiritual memiliki hubungan yang signifikan dengan stabilitas emosi, sehingga gangguan pada dimensi spiritual akan berdampak pada meningkatnya distress psikologis. Hal inimenunjukkan bahwa kualitas emosi seseorang sangat dipengaruhi oleh kondisi hatinya, sehingga penyucian jiwa menjadi penting untuk mencapai keseimbangan emosional.

Aspek ketiga adalah perilaku, yaitu manifestasi nyata dari kondisi kognitif dan afektif individu. Ketika hati dipenuhi penyakit, maka perilaku yang muncul cenderung menyimpang dari nilai moral dan sosial, seperti ketidakjujuran, agresivitas, dan tindakan merugikan orang lain. Sebaliknya, hati yang sehat akan menghasilkan perilaku yang adaptif, prososial, dan sesuai dengan nilai-nilai kebaikan. Dengan demikian, ketiga aspek ini menunjukkan bahwa penyakit hati memiliki struktur psikologis yang komprehensif dan saling berkaitan.



Gambar 2. Aspek-Aspek Psikologis Penyakit Hati menurut Ibn Qayyim al-Jawziyya

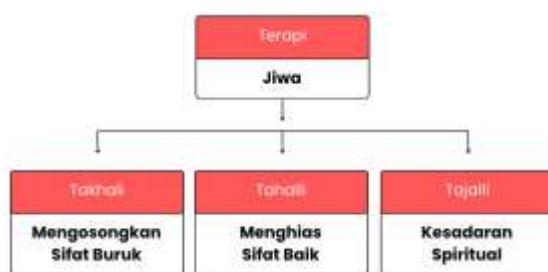
Berdasarkan bagan di atas, dapat dipahami bahwa penyakit hati dalam perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyya berperan sebagai pusat yang memengaruhi tiga aspek utama psikologis, yaitu kognitif, afektif, dan perilaku. Bagan tersebut menunjukkan bahwa hati (*qalb*) menjadi sumber utama yang menentukan kualitas pikiran, emosi, dan tindakan individu. Gangguan pada hati akan terlebih dahulu memengaruhi aspek kognitif berupa distorsi dalam cara berpikir, seperti munculnya prasangka negatif dan kesalahan dalam memahami realitas. Selanjutnya, gangguan tersebut berdampak pada aspek afektif yang ditandai dengan munculnya emosi-emosi negatif, seperti iri, dengki, dan kecemasan. Kedua aspek tersebut kemudian termanifestasi dalam perilaku yang menyimpang, seperti tindakan destruktif dan tidak sesuai dengan nilai moral (Amelia, 2024). Dengan demikian, bagan tersebut menegaskan bahwa penyakit hati tidak bersifat parsial, melainkan memiliki keterkaitan yang sistematis antara pikiran, perasaan, dan tindakan. Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan terapi jiwa yang bersifat holistik untuk memulihkan keseimbangan psikologis dan spiritual individu.

4. Konsep Terapi Jiwa dalam Pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya

Konsep terapi jiwa dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya berangkat dari pemahaman bahwa penyakit hati merupakan gangguan spiritual yang berdampak langsung pada kondisi psikologis individu. Terapi tidak hanya dimaknai sebagai penyembuhan fisik, tetapi juga mencakup pemulihan aspek mental dan spiritual secara menyeluruh. Dalam konteks psikologi Islam, terapi jiwa bertujuan untuk mengembalikan keseimbangan antara hati, akal, dan perilaku sehingga individu dapat mencapai kondisi jiwa yang tenang (*nafs al-muthmainnah*) (Pratiwi, 2021).

Menurut Ibn Qayyim, proses terapi jiwa dilakukan melalui tahapan penyucian diri yang dikenal dengan konsep *tazkiyatun nafs*. Proses ini meliputi *takhalli* (mengosongkan diri dari sifat-sifat buruk), *tahalli* (menghias diri dengan sifat-sifat baik), dan *tajalli* (terbukanya kesadaran spiritual). Dalam perspektif ini, individu dituntut untuk melakukan introspeksi diri, mengendalikan hawa nafsu, serta memperbaiki orientasi hidupnya agar selaras dengan nilai-nilai ketuhanan. Hasanah (2018) menjelaskan bahwa dinamika kepribadian dalam psikologi Islam menunjukkan adanya kecenderungan jiwa yang tidak stabil, sehingga membutuhkan proses pembinaan yang berkelanjutan.

Lebih lanjut, Ibn Qayyim menekankan bahwa terapi jiwa dapat dilakukan melalui berbagai metode, seperti dzikir, taubat, membaca Al-Qur'an, serta penguatan iman. Praktik-praktik tersebut berfungsi sebagai sarana untuk membersihkan hati dari penyakit dan memperkuat kondisi psikologis individu. Dalam kajian psikologi Islam, pendekatan ini termasuk dalam metode psikoterapi spiritual yang menekankan hubungan antara manusia dan Tuhan sebagai sumber penyembuhan utama (Khairul dkk., 2021).



Gambar 3. Konsep Terapi Jiwa dalam Pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya

Berdasarkan bagan di atas, konsep terapi jiwa menurut Ibn Qayyim al-Jawziyya berlangsung melalui tiga tahapan utama, yaitu *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*. Tahap *takhalli* merupakan proses pengosongan diri dari sifat-sifat buruk dan penyakit hati, seperti iri, dengki, dan kesombongan. Selanjutnya, tahap *tahalli* dilakukan dengan menghiasi diri melalui sifat-sifat positif, seperti sabar, ikhlas, dan tawakal. Adapun tahap *tajalli* merupakan

puncak dari proses terapi jiwa, yaitu terbentuknya kesadaran spiritual yang mendalam dan kedekatan dengan Allah. Ketiga tahapan ini menunjukkan bahwa terapi jiwa dalam pemikiran Ibn Qayyim bersifat bertahap, sistematis, dan holistik dalam memulihkan kondisi psikologis dan spiritual individu (Purnomo, 2018).

5. Analisis Komparatif Perspektif Psikologi dan Tokoh Islam terhadap Penyakit Hati

Penyakit hati dalam perspektif Islam dan psikologi Barat memiliki perbedaan dasar pemahaman, namun sama-sama melihat kondisi internal individu sebagai faktor penting dalam munculnya gangguan psikologis. Ibn Qayyim al-Jawziyya menekankan aspek spiritual dan hubungan manusia dengan Allah, sedangkan Karen Horney dan Albert Bandura menjelaskan melalui dinamika kepribadian, proses kognitif, serta pengaruh lingkungan. Perbandingan berikut menunjukkan perbedaan konsep, tujuan, dan pendekatan terapi dari ketiga perspektif tersebut.

Tabel 1. Analisis Komparatif

Aspek	Ibn Qayyim al-Jawziyya (Psikologi Islam)	Karen Horney (Psikologi Barat)	Albert Bandura (Psikologi Barat)
Penyebab Gangguan Psikologis	Penyakit hati muncul akibat dominasi hawa nafsu, dosa, lemahnya iman, dan jauhnya hubungan dengan Allah.	Neurosis muncul akibat konflik batin dan kecemasan dasar (<i>basic anxiety</i>) yang berkembang dari hubungan sosial yang tidak sehat.	Perilaku bermasalah terbentuk dari interaksi antara faktor personal, lingkungan, dan perilaku (<i>reciprocal determinism</i>).
Struktur Kejiwaan	Hati (qalb) menjadi pusat pengendali pikiran, emosi, dan perilaku manusia.	Kepribadian dipengaruhi oleh kebutuhan neurotik dan konflik internal individu.	Perilaku dipengaruhi oleh interaksi timbal balik antara individu, lingkungan, dan tindakan.
Aspek Psikologis	Menekankan aspek kognitif, afektif, dan perilaku yang berpusat pada kondisi hati.	Menekankan konflik psikologis yang memengaruhi konsep diri dan hubungan interpersonal.	Menekankan proses kognitif, pembelajaran sosial, dan pengaturan diri (<i>self-regulation</i>).
Tujuan Terapi	Membersihkan hati dan mencapai keseimbangan spiritual serta psikologis (<i>nafs al-muthmainnah</i>).	Mengatasi konflik batin dan membangun konsep diri yang sehat.	Membentuk perilaku adaptif melalui pembelajaran dan pengendalian diri.
Metode Terapi	Tazkiyatun nafs (takhalli, tahalli, tajalli), dzikir, taubat, membaca Al-Qur'an, dan penguatan iman.	Kesadaran diri (<i>self-awareness</i>), pemahaman konflik internal, dan hubungan interpersonal yang sehat.	<i>Self-regulation</i> , <i>observational learning</i> , dan pembentukan kebiasaan positif.
Orientasi Pendekatan	Spiritual-transendental, berpusat pada hubungan manusia dengan Allah.	Psikodinamik-sosial, berpusat pada hubungan manusia dengan diri sendiri dan lingkungan sosial.	Kognitif-sosial, berpusat pada proses belajar dan interaksi dengan lingkungan.

Pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya mengenai penyakit hati memiliki kesesuaian dengan konsep neurosis dalam teori Karen Horney yang menjelaskan bahwa gangguan psikologis berakar pada konflik batin dan kecemasan dasar (*basic anxiety*). Dalam pandangan Ibn Qayyim, penyakit hati seperti iri, sombong, dan kecintaan berlebihan terhadap dunia merupakan bentuk penyimpangan jiwa yang menjauh dari nilai spiritual. Sementara itu, Horney melihat neurosis sebagai akibat dari relasi sosial yang tidak sehat dan tekanan lingkungan yang tidak mampu diatasi individu secara adaptif. Kedua tokoh ini sama-sama menekankan bahwa gangguan psikologis tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berkembang melalui proses internal yang kompleks. Namun, Ibn Qayyim menempatkan dosa dan lemahnya hubungan dengan Tuhan sebagai akar utama, sedangkan Horney lebih menekankan pengalaman masa lalu dan hubungan interpersonal. Perbedaan ini menunjukkan bahwa konsep Ibn Qayyim memiliki dimensi transendental yang lebih kuat

dibandingkan teori Horney. Meski demikian, keduanya sepakat bahwa konflik internal harus dipahami secara mendalam untuk mencapai pemulihan psikologis. Dengan demikian, kedua pendekatan ini dapat saling melengkapi dalam menjelaskan asal-usul gangguan kejiwaan manusia (Amaliya & Soleh, 2024).

Selanjutnya, konsep aspek kognitif, afektif, dan perilaku dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya dapat dibandingkan dengan teori *social cognitive* dari Albert Bandura, khususnya konsep *reciprocal determinism* (Bandura, 1998). Ibn Qayyim menjelaskan bahwa hati (*qalb*) memengaruhi cara berpikir, merasakan, dan bertindak seseorang secara menyeluruh. Sementara itu, Bandura menjelaskan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, lingkungan, dan tindakan. Kedua pendekatan ini sama-sama menekankan adanya hubungan timbal balik antara aspek internal dan eksternal dalam membentuk perilaku. Namun, Ibn Qayyim memusatkan kendali pada hati sebagai inti kepribadian, sedangkan Bandura menempatkan individu sebagai agen aktif yang berinteraksi dengan lingkungannya. Hal ini menunjukkan bahwa konsep Ibn Qayyim lebih bersifat internal-spiritual, sementara Bandura lebih menekankan aspek empiris dan observasional. Meski berbeda, keduanya memberikan pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana perilaku terbentuk dan berubah. Dengan demikian, integrasi kedua pendekatan ini dapat memperkaya analisis tentang dinamika psikologis manusia (Febriansyah dkk., 2025).

Dalam konteks terapi jiwa, konsep *tazkiyatun nafs* yang dikemukakan oleh Ibn Qayyim al-Jawziyya dapat dibandingkan dengan pendekatan psikoterapi dalam teori Karen Horney yang menekankan kesadaran diri (*self-awareness*) sebagai langkah awal penyembuhan. Ibn Qayyim menawarkan tahapan *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli* sebagai proses transformasi diri yang sistematis dan berkelanjutan. Sementara itu, Horney menekankan pentingnya memahami konflik internal dan membangun konsep diri yang sehat melalui relasi interpersonal yang positif. Kedua pendekatan ini memiliki kesamaan dalam menekankan pentingnya refleksi diri sebagai bagian dari proses penyembuhan (Horney, 2000). Namun, Ibn Qayyim mengaitkan proses tersebut dengan hubungan manusia dengan Tuhan, sedangkan Horney lebih berfokus pada hubungan manusia dengan dirinya sendiri dan orang lain (Kavut, 2018). Perbedaan ini menunjukkan bahwa terapi jiwa dalam Islam memiliki dimensi spiritual yang lebih mendalam. Meskipun demikian, keduanya sama-sama bertujuan untuk membantu individu mencapai keseimbangan psikologis. Dengan demikian, pendekatan Ibn Qayyim dan Horney dapat dipahami sebagai dua metode yang berbeda tetapi memiliki tujuan yang sejalan (Oki Akbar, 2025).

Lebih lanjut, jika dibandingkan dengan teori Albert Bandura, konsep terapi jiwa Ibn Qayyim juga memiliki kesesuaian dalam hal perubahan perilaku melalui proses pembelajaran dan pembiasaan. Bandura menekankan pentingnya *self-regulation* dan *observational learning* dalam membentuk perilaku yang adaptif. Sementara itu, Ibn Qayyim menekankan praktik spiritual seperti dzikir, taubat, dan pengendalian nafsu sebagai bentuk latihan yang berulang untuk membentuk karakter positif. Kedua pendekatan ini sama-sama menekankan bahwa perubahan perilaku tidak terjadi secara instan, melainkan melalui proses yang berkelanjutan. Namun, Ibn Qayyim menambahkan dimensi spiritual sebagai faktor utama yang menggerakkan perubahan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa terapi jiwa dalam Islam tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga spiritual. Dengan demikian, pendekatan Ibn Qayyim dapat memberikan kedalaman makna dalam proses perubahan perilaku yang tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga internal (Mukhlis & Munir, 2023).

Secara keseluruhan, pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya memiliki relevansi yang kuat dengan teori psikologi Barat, baik dalam memahami struktur kejiwaan maupun dalam pendekatan terapi. Namun, perbedaan mendasar terletak pada orientasi filosofis yang digunakan. Ibn Qayyim menempatkan spiritualitas sebagai inti dari kesehatan mental,

sedangkan psikologi Barat cenderung berorientasi pada pendekatan empiris dan sekuler. Meskipun demikian, kedua pendekatan ini memiliki tujuan yang sama, yaitu membantu individu mencapai keseimbangan dan kesejahteraan psikologis. Integrasi antara kedua perspektif ini berpotensi menghasilkan model psikoterapi yang lebih komprehensif dan holistik. Hal ini penting terutama dalam konteks masyarakat modern yang menghadapi berbagai tekanan psikologis yang kompleks. Dengan demikian, pemikiran Ibn Qayyim dapat menjadi alternatif sekaligus pelengkap bagi pendekatan psikologi Barat dalam memahami dan mengatasi gangguan kejiwaan (Agustin dkk., 2023).

Berdasarkan paparan hasil mengenai konsep penyakit hati dan terapi jiwa dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya, dapat dipahami bahwa kondisi hati yang sehat memiliki dampak signifikan terhadap keseimbangan psikologis individu. Ketika aspek kognitif, afektif, dan perilaku berada dalam kondisi yang terintegrasi, individu cenderung mampu mengelola stres, emosi, dan konflik secara lebih adaptif (Husna, 2024). Hal ini sejalan dengan temuan dalam psikologi modern, di mana intervensi seperti psikoterapi kognitif perilaku terbukti efektif dalam menurunkan gejala depresi melalui perbaikan pola pikir dan perilaku. Dengan demikian, konsep terapi jiwa dalam Islam memiliki relevansi praktis dalam membantu individu mencapai kesehatan mental yang lebih baik melalui pendekatan yang terstruktur dan berkelanjutan (Eka dkk., 2024).

Selain itu, penerapan terapi jiwa berbasis spiritual sebagaimana dikemukakan oleh Ibn Qayyim juga memiliki konsekuensi positif dalam membentuk kepribadian yang lebih stabil dan bermakna. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala gangguan psikologis, tetapi juga pada pembentukan kesadaran diri dan kedekatan dengan Tuhan sebagai sumber ketenangan batin. Hal ini terbukti dalam penelitian yang menunjukkan bahwa psikoterapi Islam memberikan dampak positif terhadap pemulihan individu, termasuk dalam kasus penyalahgunaan narkoba, melalui penguatan nilai spiritual dan kontrol diri. Dengan demikian, terapi jiwa dalam perspektif Islam tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga preventif dan transformatif dalam membangun kualitas hidup individu secara menyeluruh (Fitriyana, 2014).

Pembahasan mengenai penyakit hati dan terapi jiwa dalam pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya menunjukkan bahwa konsep kesehatan mental dalam Islam tidak dapat dilepaskan dari dimensi spiritual. Pendekatan ini berakar pada konsep *tazkiyatun nafs* yang menempatkan penyucian jiwa sebagai inti dari pembentukan kepribadian yang sehat. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya menjelaskan aspek psikologis secara teknis, tetapi juga mengungkap landasan filosofis yang menempatkan hubungan manusia dengan Tuhan sebagai pusat keseimbangan jiwa. Sejalan dengan itu, penelitian Apriliani & Arifin (2025) menegaskan bahwa proses *tazkiyatun nafs* berperan penting dalam membentuk manusia yang utuh (*insan kamil*), sehingga terapi jiwa dalam Islam memiliki tujuan yang lebih luas dibandingkan pendekatan psikologi modern yang cenderung berorientasi pada penyembuhan gejala.

Lebih lanjut, konsep terapi jiwa yang dikemukakan Ibn Qayyim memperlihatkan bahwa gangguan psikologis tidak hanya bersumber dari faktor eksternal, tetapi juga dari kondisi internal berupa dominasi hawa nafsu dan lemahnya kontrol diri. Oleh karena itu, terapi yang ditawarkan bersifat mendasar, yaitu memperbaiki akar masalah dalam diri manusia melalui pendekatan spiritual dan moral. Penelitian Putra dkk., (2019) menunjukkan bahwa terapi penyakit maksiat menurut Ibn Qayyim dilakukan melalui pengendalian diri dan penguatan iman sebagai langkah utama pemulihan. Penelitian Salim (2023) menegaskan bahwa gangguan kepribadian seperti megalomania juga dapat dipahami sebagai bentuk penyakit hati yang memerlukan terapi spiritual. Dengan demikian, latar belakang pemikiran Ibn Qayyim menegaskan bahwa pendekatan psikologi Islam memiliki

kedalaman konseptual yang mampu menjawab kompleksitas masalah psikologis manusia secara lebih komprehensif.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyya menempatkan hati sebagai pusat kondisi psikologis manusia, sehingga penyakit hati memengaruhi aspek kognitif, afektif, dan perilaku, sedangkan terapi jiwa melalui *tazkiyatun nafs* (*takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*) menjadi upaya pemulihan yang holistik. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji konsep ini secara empiris dan mengembangkannya dalam praktik psikoterapi serta konseling berbasis spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. (2017). Pendidikan Prenatal: Telaah Pemikiran Ibn Qayyim Al-Jauziyyah Dalam Kitab Tuhfah Al-Maudud Bi Ahkam Al-Maulud Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Islam. *Al-Murabbi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 341–346.
- Agustin, D., Hannani, F., & Adilah, N. (2023). Psikoterapi Islam Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Karakter Pada Masa Modernisasi. *Proceeding Conference On Da'wah And Communication Studies*, 2(1), 87–94.
- Al-Jawziyya, I. Q. (2003). *Madarij al-Salikin*. Dar al-Fikr.
- Al-Jawziyya, I. Q. (2008). *Ad-Da'wa Ad-Dawaa'*. Daar 'Alam al-Fawaid.
- Amaliya, R. N., & Soleh, K. S. (2024). *An-Natiq Jurnal Kajian Islam Interdisipliner*. 4, 1–12.
- Amelia, B. D. C. (2024). *Konsep Sabar Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah (Analisis Kisah Nabi Ayub A.S)*. UIN Raden Fateh.
- Apriliani, B. D., & Arifin, S. (2025). Membentuk Insan Kamil Melalui Tazkiyatun Nafs (Tinjauan Psikoterapi Islam). *Syi'ar : Jurnal Ilmu Komunikasi, Penyuluhan Dan Bimbingan Masyarakat Islam*, 8(2), 122–131.
- Arroisi, J., Amin, M., 'Izzatul, & Mukharom, R. A. (2021). Sufistic Phsycoteraphy: Telaah Metode Psikoterapi Ibnu Qayyim al-Jauziyyah. *Analisis: Jurnal Studi Keislaman*, 21(2), 253–278.
- Bandura, A. (1998). *Self-efficacy* (Number 1994).
- Cholik, A. M., & Sofa, M. L. (2021). Penyakit Hati dan Obatnya dalam Al-Qur'an Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. *HIKAMI: Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 2(2), 1–17.
- Eka, O., Putri, H., & Belqhisika, A. B. (2024). Pengaruh Penerapan Program Psikoterapi Kognitif Perilaku Terhadap Penurunan Gejala Depresi pada Remaja. *Jurnal Sains Student Research*, 2(3), 131–137.
- Febriansyah, A. D., Rostiawan, F. F., Arianto, F., & Mujidin, M. (2025). Perbandingan strategi konseling islam dengan psikoterapi barat: pendekatan teoritis dan praktis. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 8(1), 79–100.
- Fitri, D. M. (2024). *Konsep psikoterapi islam untuk pensucian jiwa perspektifibnu qayyim al-jauziyyah pada kitab ad-daa'wa ad-dawaa'*. UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri.
- Fitriyana, E. (2014). *Dampak Psikoterapi Islam Pada Pasien Penyalahgunaan Narkoba Di Yayasan Madani Mental Health Care Cipinang Besar-Jakarta Timur*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Hasanah, M. (2018). Dinamika kepribadian menurut psikologi islami. *Jurnal Ummul Qura*, XI(1), 110–122.
- Horney, K. (2000). *The unknown Karen Horney: Essays on gender, culture, and psychoanalysis*. Yale university press.
- Husna, I. (2024). Dimensi Spiritual dalam Psikoterapi: Dampak Praktik Sufi terhadap Kecemasan dan Depresi. *DA'WA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, 4(1), 14–24. <https://doi.org/10.36420/dawa>
- Ihsan, N. H., Munir, & Irawan, D. (2021). تزكية النفس وعلاقتها بالسعادة عند ابن قيم الجوزية. *Kalimah: Jurnal Studi Agama-Agama Dan Pemikiran Islam*, 19(2), <http://dx.doi.org/10.21111/klm.v19i2.6629>.
- Kavut, S. (2018). Karen Horney dan sebuah studi tentang kepribadian neurotik: Contoh Blue Jasmine. *The Journal of International Social Research*, 11(55).
- Khairul, Marbun, S. K., Batubara, H., & Pasaribu, J. P. (2021). Metode Pendekatan Psikologis dalam Studi Islam. *Al-Mahyra*, 2(1), 20–30.
- Makmudi, M., Tafsir, A., Bahrudin, E., & Alim, A. (2018). Pendidikan Jiwa Perspektif Ibn Qayyim Al-Jauziyyah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(1), 42–60. <https://doi.org/doi:10.32832/tadibuna.v7i1.1366>
- Mukhlis, I., & Munir, M. S. (2023). Konsep tasawuf dan psikoterapi islam. *Spiritualita: Journal of Ethics and Spirituality*, 7(1), 62–74.
- Noordin, Z. N., & Rahman, Z. A. (2017). Perbandingan proses tazkiyah al-nafs menurut Imam Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim. *Al-Turath Journal of Al-Quran And Al-Sunnah*, 2(1), 37–46.
- Oki Akbar, M. I. (2025). *Ibn Qayyim al-Jauziyyah's Sufistic Psychotherapy for Coping with Depression*. University

of Darussalam Gontor.

- Pratiwi, D. D. (2021). *Penyakit Hati dan Terapinya dalam Al-Quran Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah*. UIN Raden Intan.
- Purnomo, S. A. (2018). Konsep Dasar, Bentuk, dan Teknik Psikoterapi dalam Islam. *Jurnal Alasma*, VIII(1), 56–72.
- Putra, S. M., Arifin, I. Z., & Chodijah, S. (2019). Terapi Penyakit Maksiat Menurut Ibnu Al-Qayyim. *Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 7(November), 435–452. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v7i4.95>
- Rodiyah, S. K. (2022). Konsep Tazkiyatun Nafs Terhadap Pendidikan Akhlak Menurut Ibn Qayyim Al-Jauzy (Telaah Kitab al-Da'wa al-Dawa' Karya Ibn Qayyim al-Jauzy). *Jurnal Subulana*, 6(1), 31–43.
- Salim, A. A. A. H. (2023). *The Concept Of Megalomania Therapy According tp Ibn Qayyim Al-Jauziyyah*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wahyudi, W. E. (2025). Pendidikan Penyucian Jiwa Perspektif Ibnul Qayyim: Solusi. In *SUJUD: Jurnal Agama, Sosial dan Budaya* (Vol. 1, Number 4).