

## **TERAPI RABBANI DALAM MERAWAT MASALAH NEUROSIS**

*RABBĀNĪ* THERAPY IN TREATING NEUROSIS PROBLEM

***Rahim Kamarul Zaman<sup>#</sup>, Mohd Khairul Naim Che  
Nordin\*, Khairulnazrin Nasir<sup>\*\*</sup>***

\*Department of Aqidah and Islamic Thought. Academy of Islamic Studies. Universiti Malaya. 50603. Kuala Lumpur. Malaysia.

\*\*Department of Al-Quran and al-Hadith. Academy of Islamic Studies. Universiti Malaya. 50603. Kuala Lumpur. Malaysia.

Email: <sup>#</sup>abdulrahimkz51@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.22452/afkar.vol23no2.2>

### **Abstract**

Al-Qur'ān has described anxiety as part of human nature. Anxiety in the context of psychology is categorized as a mental disorder problem in the category of neurosis. Neurotic problems can occur when someone faces disruptions in terms of internal interaction or social environment. Its effects can have adverse implications on behavior and thinking resulting in suffering to patients. However, al-Qur'ān also contains some verses that can be applied as a therapy to treat human anxiety. Based on the content analysis approach to the text of Quranic verses, this paper presents a reflection on various forms of *rabbānī* therapy to address the problem of neurosis. The findings of the study demonstrate that al-Qur'an is a treasure of alternative treatment mechanisms that is applicable to patients with mental disorders of the neurosis category. In conclusion, Islam is proven to have pioneered a variety of solutions to life problems, especially those related to mental disorders.

**Keywords:** al-Qur'ān; *Rabbānī* therapy; alternative treatment; neurosis.

### **Khulasah**

Al-Quran telah menggambarkan fitrah kejadian manusia bertabiat resah gelisah. Tabiat keresahan jiwa manusia dalam konteks psikologi dikategorikan sebagai masalah gangguan mental kategori neurosis. Masalah neurosis boleh terjadi apabila individu berhadapan gangguan interaksi dalaman atau persekitaran sosial. Kesannya mampu mendatangkan implikasi terhadap kelakuan dan pemikiran sehingga mengakibatkan penderitaan pada pesakit. Namun, al-Quran turut memuatkan beberapa ayat berbentuk terapi Rabbani bagi merawat masalah kegelisahan manusia. Mengambil pendekatan analisis kandungan terhadap teks ayat-ayat al-Quran, makalah ini mengemukakan refleksi terhadap bentuk-bentuk terapi Rabbani bagi menangani permasalahan neurosis. Hasil kajian ini mendapati al-Quran sarat dengan mekanisme rawatan alternatif yang sesuai diaplikasi pesakit gangguan mental kategori neurosis. Kesimpulannya, Islam terbukti telah merintis pelbagai solusi masalah kehidupan terutamanya permasalahan berkaitan gangguan jiwa yang sering dialami manusia.

**Kata kunci:** al-Quran; terapi Rabbani; rawatan alternatif; neurosis.

### **Pendahuluan**

Inovasi metode psikoterapi komplementari dilihat telah berkembang pesat sebagai variasi mekanisme rawatan masalah gangguan mental kategori neurosis. Antara pendekatan terawal ialah seperti teori psikoanalisis,<sup>1</sup> teori

---

<sup>1</sup> Psikoanalisis adalah teknik terapeutik introspeksi minda dan psikologi yang telah diasaskan oleh Sigmund Freud pada 1896. Lihat Sigmund Freud, *The Freud Reader* (New York: W. W. Norton & Company, 1995), 356; Joseph Weiss dan Harold Sampson, *The Psychoanalytic*

humanistik,<sup>2</sup> teori behaviourisme,<sup>3</sup> teori transpersonal<sup>4</sup> dan sebagainya. Kemudiannya, teori-teori berkenaan telah dikembangkan dengan pelbagai cara. Contohnya, John Bowlby telah memperkenalkan teori *attachment* pada tahun 1969 yang dikembangkan dari teori psikoanalisis.<sup>5</sup> Manakala Robin S. Brown pula telah mengaplikasi teori transpersonal secara klinikal.<sup>6</sup> Pada ketika ini, teori-teori berkenaan semakin berkembang, berevolusi dan dipraktikkan secara meluas di serata dunia.<sup>7</sup>

Perkembangan ini adalah selari dengan peningkatan kadar masyarakat dunia yang mengalami masalah

---

*Process: Theory, Clinical Observations, and Empirical Research* (New York: Guilford Press, 1986).

- <sup>2</sup> Teori humanistik telah diasaskan oleh Carl Rogers dan Abraham Maslow pada tahun 1951 sebagai reaksi balas terhadap limitasi teori psikoanalisis. Lihat Carl R. Rogers, "Significant Aspects of Client-centered Therapy," *American Psychologist* 1, no. 10 (1946), 415-422; Abraham Harold Maslow, "A Theory of Human Motivation," *Psychological Review* 50, no. 4 (1943), 370-396.
- <sup>3</sup> Teori ini telah diasaskan oleh John Broadus Watson dengan pendekatan sistematik memahami tingkah laku dan persekitaran yang mempengaruhi manusia dan haiwan. Lihat John B. Watson, "Psychology as the Behaviorist Views it," *Psychological Review* 20, no. 2 (1913), 158; K. Daniel O'Leary dan G. Terence Wilson, *Behavior Therapy: Application and Outcome* (New Jersey: Prentice-Hall, 1975).
- <sup>4</sup> Teori yang menerapkan teknik terapi jiwa berasaskan nilai spiritual ini telah diasaskan oleh William James dan Carl Jung pada tahun 1969 dan 1971. Lihat John Davis, "An Overview of Transpersonal Psychology," *The Humanistic Psychologist* 31, no. 2-3 (2003), 6-21.
- <sup>5</sup> I. Bretherton, "The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth," *Developmental Psychology* 28, no. 5 (1992), 759-775. Lihat juga Jeremy Holmes, "Attachment, Psychoanalysis, and the Search for a 21st-century Psychotherapy Practice," *Psychoanalytic Inquiry* 37, no. 5 (2017), 309-318.
- <sup>6</sup> Robin S. Brown, *Psychoanalysis Beyond the End of Metaphysics: Thinking towards the Post-relational* (London: Routledge, 2016).
- <sup>7</sup> Colette Fleuridas dan Drew Krafcik, "Beyond Four Forces: The Evolution of Psychotherapy," *Sage Open* 9, no. 1 (2019), 1-21. DOI: 10.1177/2158244018824492

kesihatan mental. Pada tahun 2015, kes-kes gangguan kesihatan mental yang memerlukan rawatan psikoterapi dianggarkan telah dihadapi seramai 586 juta individu di seluruh dunia. Masalah gangguan kemurungan (*depressive disorders*) telah dialami seramai 322 juta orang, dengan peningkatan sebanyak 18.4% berbanding tahun 2005. Manakala gangguan kebimbangan (*anxiety disorders*) pula mencatatkan sejumlah 264 juta orang yang mengalaminya, dengan peningkatan sebanyak 14.9% berbanding tahun 2005.<sup>8</sup>

Selain itu, kedua-dua jenis gangguan tersebut dicatatkan sebagai dua penyumbang terbesar kepada masalah kesihatan mental di seluruh dunia. Di Malaysia, Kementerian Kesihatan Malaysia menganggarkan satu daripada empat individu didapati mengalami masalah gangguan mental dalam satu ketika. Namun, hanya dua pertiga daripada jumlah tersebut berusaha untuk mendapatkan rawatan daripada pakar kesihatan.<sup>9</sup> Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan menunjukkan seramai 4.2 juta rakyat Malaysia yang berusia 16 tahun ke atas, atau 29.2 peratus populasi negara menghidap pelbagai masalah mental. Jumlah tersebut menunjukkan satu daripada tiga orang masyarakat Malaysia mengalami masalah kesihatan mental. Dalam konteks lebih khusus, kaum wanita adalah golongan paling berisiko tinggi yang berkemungkinan mengalami masalah berkenaan.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> World Health Organization, "Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates," No. WHO/MSD/MER/2017.2, World Health Organization, 2017, 8-10.

<sup>9</sup> Kementerian Kesihatan Malaysia, "Masalah Kesihatan Mental Di Malaysia", laman sesawang Kementerian Kesihatan Malaysia, diakses 7 Oktober 2019, [https://www.moh.gov.my/index.php/database\\_stores/attach\\_download/337/796](https://www.moh.gov.my/index.php/database_stores/attach_download/337/796).

<sup>10</sup> Institute For Public Health (IPH), National Health and Morbidity Survey 2015 (NHMS 2015), "Vol. II: Non-Communicable Disease,

Laporan-laporan di atas merumuskan masalah gangguan neurosis atau psikoneurosis adalah gejala yang sering dihadapi manusia apabila berhadapan dengan tekanan perasaan secara berterusan. Masalah gangguan kesihatan mental ini akan sentiasa berlaku dalam ruang lingkup persekitaran interaksi sosial yang bertentangan dengan kesejahteraan jiwa seseorang individu.<sup>11</sup> Antara gejala utama masalah gangguan neurosis adalah kebimbangan berlebihan, peningkatan degupan jantung (palpitasi), sesak nafas, tersedak, pening atau ketakutan terhadap kematian.<sup>12</sup> Dalam merawat masalah gangguan neurosis, penggunaan ubat-ubatan *anti-depressant* didapati mendatangkan kesan sampingan sementara seumpama gejala gangguan neurosis. Antara kesan sampingan berkenaan adalah seperti kering mulut, menggeletar, peningkatan degupan jantung (palpitasi), sembelit, mengantuk dan kenaikan berat badan.<sup>13</sup>

Sehubungan itu, mekanisme terapi Rabbani dalam skop psikoterapi Islam dilihat sesuai menjadi rawatan alternatif pesakit neurosis yang menghadapi kesukaran toleransi terhadap kesan sampingan ubat-ubatan *anti-depressant*.<sup>14</sup> Dalam hal ini, kaedah psikoterapi

---

Risk Factors & Other Health Problems" (Kuala Lumpur: Institute For Public Health, 2015), 184-187.

<sup>11</sup> Mohd. Hussain Habil dan Ahmad Hatim Sulaiman, *Kemurungan: Punca dan Rawatan* (Kuala Lumpur: Penerbit Universiti Malaya, 2006), 1-48.

<sup>12</sup> Per Bech dan Lone Lindberg, "It is Never Too Late to Treat Anxiety Neurosis or Panic Disorder with a Serotonin-Reuptake Inhibitor," *Oxford Medical Case Reports*, 5 (2014), 100-101.

<sup>13</sup> Nour Hanah Othman, "Ubat Anti-Kemurungan (Anti-Depresi)," *MyHealth*, diakses pada 20 April 2019, <http://www.myhealth.gov.my/ubat-anti-kemurungan-antidrepsi/>

<sup>14</sup> Justin Thomas dan Saquab Ashraf, "Exploring the Islamic Tradition for Resonance and Dissonance with Cognitive Therapy for Depression," *Mental Health, Religion & Culture* 14, no. 2 (2011), 183-190.

berasaskan terapi Rabbani dilihat masih kurang diterokai para juruterapi. Keunikan penurunan wahyu yang bertujuan menenangkan jiwa Rasulullah SAW membuktikan al-Quran telah merintis kaedah rawatan terapi jiwa sebelum kemunculan kaedah rawatan terapi secara konvensional yang diusahakan pada ketika ini. Maka menjadi satu keperluan dilakukan suatu kajian implementasi terapi Rabbani sebagai mekanisme alternatif rawatan penyakit neurosis.

### **Metodologi**

Metode pengumpulan data dalam kajian ini menggunakan metode perpustakaan, iaitu rujukan tertumpu kepada artikel jurnal, tesis, buku, prosiding, akhbar dan seumpamanya. Data dan maklumat tentang pemahaman konsep terapi Rabbani diperolehi menerusi penelitian terhadap kitab-kitab *al-tafāsīr* dan *shurūh al-ḥadīth*. Manakala data berkaitan penyakit neurosis dan konsep rawatan psikoterapi komplementari adalah berdasarkan sumber-sumber ilmiah yang berkaitan.

Kajian ini hanya menumpukan kepada kefahaman konsep rabbani dalam al-Quran dan al-Sunnah yang sesuai diaplikasi dalam rawatan psikoterapi pesakit neurosis. Untuk tujuan ini, analisis dijalankan berasaskan metode kualitatif melalui pendekatan deskriptif dan komparatif. Pada akhir kajian, pengkaji memaparkan beberapa bentuk alternatif pendekatan psikoterapi yang dibina daripada pemahaman konsep terapi Rabbani.

### **Definisi Konsep Terapi Rabbani**

Pada asasnya, kata terapi bermaksud rawatan sesuatu penyakit fizikal atau mental secara proses pemulihan tanpa penggunaan ubat atau pembedahan.<sup>15</sup> Terapi turut bermaksud penyembuhan yang biasa digunakan untuk merawat masalah jiwa (*nafs*) atau roh, jasad dan diri

---

<sup>15</sup> *Kamus Dewan*, ed. ke-4 (Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 2005), 1666, entri "terapi".

seseorang.<sup>16</sup> Secara konsep, pemahaman terapi jiwa ini lebih dikenali sebagai psikoterapi. Dalam konteks ini, bentuk terapi rohani terbaik adalah dengan memberi tumpuan kepada saranan dan pendekatan al-Quran.<sup>17</sup> Terapi rohani daripada al-Quran dan amalan solat fardu mampu menangani tekanan perasaan dan kemurungan.<sup>18</sup>

Perkataan rabbani secara etimologi berasal daripada perkataan *rabb* yang bermaksud pemelihara, pendidik, pengasuh dan pengatur. Kata *rabb* biasa digunakan sebagai salah satu nama Tuhan kerana secara hakiki Tuhan adalah sebenar-benar pemelihara, pendidik, pengasuh dan pengatur.<sup>19</sup> Selain itu, setiap perkataan yang mengandungi huruf *ra* (ر) dan *ba* (ب) seperti *rabbānī*, *rabb*, *ribbiyyūn* dan *rabbān* akan membawa maksud sama ada tarbiah, hak kekuasaan dan pendidik.<sup>20</sup>

Kata rabbani dari segi istilah bermaksud sesuatu yang berkait dengan nilai ketuhanan.<sup>21</sup> Secara konsepnya, maksud kata rabbani adalah meliputi pelbagai aspek kehidupan. Setiap amalan insan dalam kerangka konsep rabbani bermaksud sebarang pertimbangan atau

---

<sup>16</sup> Ahmad Warson Munawwir, *Kamus al-Munawwir* (Surabaya: Pustaka Progressif, 1997), 1446.

<sup>17</sup> Tahereh Seghatoleslam, Hussain Habil, Ahmad Hatim, Rusdi Rashid, Abolfazl Ardakan dan Farid Esmaili Motlaq, "Achieving a Spiritual Therapy Standard for Drug Dependency in Malaysia, from an Islamic Perspective: Brief Review Article," *Iranian Journal of Public Health* 44, no. 1 (2015), 22.

<sup>18</sup> Saba Rasheed Ali, William Ming Liu dan Majeda Humedian, "Islam 101: Understanding the Religion and Therapy Implications," *Professional Psychology: Research and Practice* 35, no. 6 (2004), 635-642, DOI:10.1037/0735-7028.35.6.635.

<sup>19</sup> *Dasar Pendidikan Rabbani Kelantan, Konsep Pendidikan Rabbani* (Kota Bharu: Institut Latihan Perguruan Kelantan (ILPK), Kerajaan Negeri Kelantan, 2019), 8.

<sup>20</sup> Muhammad Mutawallī al-Sha'rāwī, *Tafsīr al-Sha'rāwī – al-Khawātir* (Mesir: Maṭāb 'i Akhbār al-Yawm, 1997), 3:1564.

<sup>21</sup> *Kamus Dewan*, 1262, entri "rabbani".

perbuatannya dalam kehidupan sentiasa menjadikan Allah SWT sebagai pedoman dan sumber petunjuk.<sup>22</sup> Dalam konteks lebih khusus, lingkungan utama amalan yang dinisbahkan kepada Tuhan di bawah konsep rabbani adalah meliputi segala pengetahuan, pengabdian dan usaha diperuntukkan kepada Tuhan.<sup>23</sup>

Dalam al-Quran perkataan rabbani didatangkan dengan lafaz *rabbāniyyūn* atau *rabbāniyyīn* yang berbentuk *jama'* (kata banyak). Kedua-dua lafaz tersebut disebut sebanyak tiga kali, iaitu dalam surah Āli Imrān ayat 79, surah al-Mā'idah ayat 44 dan 63. Nisbah perkataan rabbani dalam ayat-ayat berkenaan kerana setiap perkara yang terhasil daripada maksud perkataan tersebut adalah bersumber kepada Tuhan.<sup>24</sup> Ibn Jarīr al-Ṭabarī menyatakan maksud kata rabbani turut meliputi golongan yang mengurus hal ehwal masyarakat dan bekerja untuk kepentingan dan kemaslahatan masyarakat.<sup>25</sup>

Kesimpulannya, terapi Rabbani dapat difahami sebagai mekanisme rawatan fizikal atau mental yang bersumberkan al-Quran dan berteraskan penerapan nilai-nilai ketuhanan dalam pelaksanaannya.<sup>26</sup> Dalam aspek ini, penerapan nilai kerohanian dan keagamaan dalam melancarkan proses pemulihan jiwa boleh diertikan sebagai usaha untuk berhubung dengan Allah SWT.<sup>27</sup>

---

<sup>22</sup> Sidek Baba, *Pendidikan Rabbani: Mengenal Allah Melalui Ilmu Dunia* (Shah Alam: Alaf 21, 2006), 29-32.

<sup>23</sup> Durūzah Muḥammad 'Izzat, *Al-Tafsīr al-Ḥadīth (Ḥasb Tartīb al-Nuzūl)* (Kaherah: Dār Iḥyā' al-Turāth, 1964), 7: 177.

<sup>24</sup> Al-Sh'arāwī, *Tafsīr al-Sh'arāwī*, 1564-1565.

<sup>25</sup> Aḥmad bin Muṣṭafā al-Marāghī, *Tafsīr al-Marāghī* (Mesir: Shirkah Maktabah wa Maṭba'ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Awlādh, 1946), 3:195.

<sup>26</sup> A. Islam, *The Holy Qur'an: Arabic text with corresponding English Meanings* (Jeddah: Abul-Qasim Publishing House, 2012), 964.

<sup>27</sup> Amy R. Krentzman, James A. Cranford dan Elizabeth A. R. Robinson, "Multiple Dimensions of Spirituality in Recovery: A



Justeru, terapi Rabbani boleh difahami sebagai penyembuhan jiwa manusia secara rohani yang didasarkan pada tuntutan al-Quran dan al-Hadith, dengan kaedah analisis berdasarkan pemerhatian serta makrifat terhadap manusia.<sup>28</sup>

### Jenis dan Kategori Terapi Rabbani

Antara bentuk-bentuk terapi Rabbani dalam al-Quran adalah seperti *Āyāt al-Shifā'*, *Āyāt al-Sakīnah*, *Āyāt al-Ḥifẓ*, *Āyāt al-Tasliyah* dan ayat-ayat lain yang menyatakan *zikrullāh* mampu menghasilkan ketenangan kepada jiwa Muslim. Kefahaman lengkap variasi mekanisme terapi Rabbani berkenaan dapat difahami sebagaimana jadual 1.

Jadual 1: Indeks Taburan ayat-ayat Terapi Rabbani

Bil	Jenis Ayat	Kategori	Surah: Ayat
1	<i>Āyāt al-Shifā'</i>	Penyembuhan dari Allah	Al-Tawbah, 9: 14
			Al-Shu'arā', 26: 79-80
		Penawar dari al-Quran	Yūnus, 10: 57
			Al-Isrā', 17: 82
Penawar dari madu	Fuṣṣilat, 41: 44		
2	<i>Āyāt al-Sakīnah</i>	Ketenangan jiwa dari Allah SWT apabila ditimpa musibah	Al-Naḥl, 16: 69
			Al-Faṭḥ, 48: 4
			Al-Faṭḥ, 48: 18
			Al-Faṭḥ, 48: 26
			Al-Tawbah, 9: 26
Al-Tawbah, 9: 40			

Lagged Medialional Analysis of Alcoholics Anonymous' Principal Theoretical Mechanism of Behavior Change," *Substance Abuse* 34, no. 1 (2013), 20-32.

<sup>28</sup> Fuad Nashori, *Agenda Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), 12. Lihat juga Fuad Nashori. "Refleksi Psikologi Islami," *Jurnal Psikologi Islam* 1, no. 1 (2005), 33-42.

			Al-Baqarah, 2: 248
3	<i>Āyāt al-Hifẓ</i>	Allah sebaik-baik Penjaga	Yūsuf, 12: 64
		Malaikat penjaga manusia	Al-R‘ad, 13: 11
			Al-Infitār, 82: 10
			Al-Ṭāriq, 86: 4
		Perlindungan daripada gangguan syaitan	Al-Anbiyā’, 21: 82
			Al-Ḥijr, 15: 17
Al-Ṣāffāt, 37: 7			
Perlindungan daripada ancaman musuh	Yāsīn, 36: 9		
Langit kubah pelindung	Al-Anbiyā’, 21: 32		
4	<i>Āyāt al-Tasliyah</i>	Jaminan pembelaan Allah	Al-Aḥqāf, 46: 35
			Al-An‘ām, 6: 33-34
			Al-Ḥaj, 22: 38
		Bimbingan rawatan jiwa	Al-Ḥijr, 15: 97-99

Merujuk Jadual 1 di atas, dapat difahami Allah SWT membimbing manusia mencapai ketenangan, memulihkan masalah fizikal dan mental dengan pelbagai cara. Pertolongan langsung dari Allah SWT melalui doa dan ibadah, perantaraan malaikat dan makhluk-makhluk merupakan di antara bentuk-bentuk terapi Rabbani yang dinyatakan dalam al-Quran. Kepelbagaian bentuk berkenaan melambangkan variasi fungsi, keupayaan dan faedah ayat-ayat berkenaan. Antara persamaan utama kompilasi ayat-ayat di atas adalah bimbingan terapi rabbani secara holistik, berperingkat dan berterusan.

## Terapi Melalui Bimbingan Berperingkat

Dalam menafsirkan surah Āli Imrān ayat 79, al-Qurṭubī menjelaskan kefahaman bimbingan rabbani boleh difahami sebagai perbuatan mendidik manusia bermula dengan ilmu pengetahuan yang kecil sebelum yang besar-besar.<sup>29</sup> Menjelaskan perkara ini, al-Bukhārī menukikan kata-kata Ibn ‘Abbās r.a.h yang menjelaskan maksud *rabbāniyyīn* dalam firman Allah SWT, surah Āli Imrān ayat 79 seperti berikut<sup>30</sup>:

حُلَمَاءٌ فُقَهَاءٌ، وَيُقَالُ: الرَّبَّانِيُّ الَّذِي يُرِيّ النَّاسَ بِصِعَارِ الْعِلْمِ قَبْلَ كِبَارِهِ

Terjemahan: Golongan cendekiawan dan *fuqahā'* atau dikatakan rabbani adalah orang yang mendidik manusia bermula dengan ilmu (pengetahuan) yang mudah-mudah sebelum yang besar-besar.

Muḥammad al-Khaḍīr al-Shanqīṭī menyatakan pandangan Ibn ‘Abbās ini turut disepakati Ibn Mas‘ūd sebagaimana diriwayatkan daripada Ibrāhīm al-Ḥarībī.<sup>31</sup> Ibn Hajar al-‘Asqalānī menjelaskan maksud kata-kata Ibn ‘Abbās adalah mendidik manusia mestilah secara beransur-ansur.<sup>32</sup> Aḥmad bin Muḥammad al-Qaṣṭalānī menyatakan maksudnya adalah mendidik bermula dengan

---

<sup>29</sup> Abū ‘Abdullāh al-Qurṭubī, *al-Jāmi‘ li Aḥkām al-Qur‘ān – Tafṣīr al-Qurṭubī*, ed. Aḥmad al-Bardūnī & Ibrāhīm Aṭfish (Kaherah: Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1964), 4: 122.

<sup>30</sup> Hadith riwayat al-Bukhārī. Lihat Muḥammad bin Ismā‘īl al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Bāb al-‘Ilm Qabl al-Qawl wa al-‘Amal, no. Hadith: 67, ed. Muḥammad Zahīr bin Nāsir (t.tp: Dār Ṭawq al-Najāh, 2002), 24.

<sup>31</sup> Muḥammad al-Khaḍīr al-Shanqīṭī, *Kawthar al-Ma‘ānī al-Darārī fī Kashf Khabāyā Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Beirut: Mu‘assasah al-Risālah, 1995), 3, 150.

<sup>32</sup> Ibn Hajar al-‘Asqalānī, *Fath al-Bārī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Beirut: Dār al-Ma‘rifah, 1959), 1: 121.

bahagian-bahagian khusus sebelum bahagian umum.<sup>33</sup> Badr al-Dīn al-‘Aynī menyatakan bimbingan berperingkat adalah bermula dengan bahagian pengenalan terlebih dahulu sebelum dinyatakan tujuan-tujuan lain.<sup>34</sup>

Al-Quran membuktikan Allah SWT membimbing Rasulullah SAW secara berperingkat. Kefahaman ini adalah bertepatan dengan firman Allah SWT dalam surah al-Isrā’ ayat 106:

وَقُرْآنًا فَرَقْنَاهُ لِتَقْرَأَهُ عَلَى النَّاسِ عَلَى مُكْثٍ وَنَزَّلْنَاهُ  
تَنْزِيلًا

Terjemahan: Dan al-Quran itu Kami bahagi-bahagikan supaya engkau membacaknya kepada manusia dengan lambat tenang; dan Kami menurunkannya beransur-ansur.

Al-Qurṭubī menjelaskan al-Quran telah diturunkan secara beransur-ansur selama dua puluh tiga tahun sebagaimana pendapat Ibn ‘Abbās dan dua puluh tahun menurut Anas bin Mālik. Namun begitu, tiada perselisihan al-Quran diturunkan secara beransur-ansur kepada Rasulullah s.a.w setelah diturunkan ke langit dunia.<sup>35</sup> Al-Sha‘rāwī menyatakan antara hikmah penurunan wahyu sedemikian adalah bagi memudahkan bimbingan kefahaman manusia pada ketika itu.<sup>36</sup> Ibn Kathīr menyatakan penurunan wahyu secara berperingkat ini

---

<sup>33</sup> Aḥmad bin Muḥammad al-Qaṣṭalānī, *Irshād al-Sārī li Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Mesir: Maṭba‘ah al-Kubrā al-Amīriyyah, 2001), 1: 168.

<sup>34</sup> Badr al-Dīn al-‘Aynī, *‘Umdah al-Qārī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Beirut: Dār Iḥyā’ al-Turath al-‘Arabī, t.t.), 2: 43.

<sup>35</sup> Al-Qurṭubī, *al-Jāmi‘ li Aḥkām al-Qur‘ān*, 10: 339.

<sup>36</sup> Al-Sha‘rāwī, *Tafsīr al-Sha‘rāwī*. (Mesir: Maṭābi‘ Akhbār al-Yawm, 1997), 17: 10358.

adalah lebih ringan dan sesuai dengan kadar kemampuan manusia.<sup>37</sup>

Huraian dan perincian di atas menggambarkan pelaksanaan terapi Rabbani hendaklah dilakukan secara terpinpin dan beransur-ansur. Dalam konteks ini, psikoterapi adalah metode rawatan yang dibentuk secara khusus melalui interaksi antara ahli terapi dan juga pesakit, di mana prosesnya dilakukan secara berperingkat.<sup>38</sup> Selain itu, psikoterapi dapat dirumuskan sebagai proses interaksi secara formal di antara dua pihak atau lebih, di mana satu pihak adalah golongan profesional yang menghulurkan pertolongan dan satu pihak lagi adalah golongan yang memerlukan pertolongan.<sup>39</sup> Tujuan interaksi berkenaan juga adalah bagi menghasilkan perubahan, penyembuhan dan memperbaiki keadaan pesakit yang memerlukan pertolongan.<sup>40</sup>

### **Rawatan Konvensional Penyakit Neurosis**

Penyakit neurosis sering diistilahkan sebagai psikoneurosis yang lazim berlaku akibat perubahan dan gangguan di dalam pemikiran, perasaan dan kelakuan tanpa menjejaskan kewarasan individu.<sup>41</sup> Individu yang mengalami penyakit neurosis selalunya sedar akan keadaan kesihatan mereka. Fungsi harian mereka kemungkinan sedikit terganggu. Secara umum, kondisi

---

<sup>37</sup> Abū al-Fidā' Ibn Kathīr, *Tafsir al-Qur'ān al-'Aẓīm* (Beirut: Dār al-Kutub al-Ilmiyyah, 1999), 5: 116.

<sup>38</sup> Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1992), 5.

<sup>39</sup> Johana E. Prawitasari et al., *Psikoterapi, Pendekatan Konvensional dan Kontemporer* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), 181-206.

<sup>40</sup> David A. Brent dan David J. Kolko, "Psychotherapy: Definitions, Mechanisms of Action, and Relationship to Etiological Models," *Journal of Abnormal Child Psychology* 26, no. 1 (1998), 17-25.

<sup>41</sup> Otto Fenichel, *The Psychoanalytic Theory of Neurosis* (London: Routledge, 2014), 129..

masalah neurosis adalah lebih ringan berbanding gejala penyakit-penyakit kategori psikosis yang berlawanan dengan neurosis.<sup>42</sup> Oleh itu, kaedah rawatan masalah psikosis adalah jauh lebih kompleks berbanding mekanisme rawatan masalah neurosis.<sup>43</sup>

Kebiasaannya gejala penyakit neurosis adalah kemurungan dan kebimbangan. Kebimbangan (*anxiety disorders*) adalah perasaan bimbang, resah dan gelisah. Masalah ini dikenal pasti apabila seseorang individu berasa tertekan, ketegangan, berpeluh, berdebar-debar dan diselubungi ketakutan melampau berikutan sesuatu bahaya yang tidak diketahui puncanya.<sup>44</sup> Masalah kebimbangan (*anxiety disorders*) juga merujuk kepada reaksi emosi yang kebiasaannya dialami oleh individu apabila merasakan dirinya terancam.<sup>45</sup>

Kemurungan (*depressive disorders*) pula adalah perasaan sedih yang melampau dan berpanjangan. Jika kesedihan yang dialami terlalu berat untuk ditanggung dan berpanjangan melebihi tempoh dua minggu serta mengganggu fungsi kehidupan seharian, maka ia dikategorikan sebagai penyakit kemurungan.<sup>46</sup> Dalam

---

<sup>42</sup> Sigmund Freud, "Neurosis and Psychosis," in *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIX (1923-1925): The Ego and the Id and Other Works* (London: The Hogarth Press, 1961), 147-154.

<sup>43</sup> Daniel Freeman dan Philippa A. Garety, "Connecting Neurosis and Psychosis: The Direct Influence of Emotion on Delusions and Hallucinations," *Behaviour Research and Therapy* 41, no. 8 (2003), 923-947.

<sup>44</sup> Mohd Nasir, "Penyakit Mental," diakses pada 20 April 2019, <http://www.myhealth.gov.my/penyakit-mental/>.

<sup>45</sup> Ramli Hassan, *Pengantar Psikiatri* (Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 1990), 11. Lihat juga Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental* (Jakarta: PT Gunung Agung, 1983).

<sup>46</sup> J. H. Dowson, "The Phenomenology of Severe Obsessive-Compulsive Neurosis," *The British Journal of Psychiatry* 131, no. 1 (1977), 75-78.

kondisi yang lebih buruk, kebimbangan atau kegelisahan akan dikategorikan sebagai penyakit kecelaruan emosi sekiranya reaksi emosi sebegini muncul tanpa sebab-sebab munasabah yang mencetusnya.<sup>47</sup> Kesan kelewatan merawat masalah kemurungan (*depressive disorders*) berupaya menjadi faktor risiko bebas masalah serangan jantung (*myocardial infarction*).<sup>48</sup> Justeru, kondisi psikologi manusia yang bermasalah memerlukan penyelesaian segera sebelum ia merosakkan kesihatan mental seseorang individu. Kelewatan pesakit neurosis menerima rawatan boleh menyebabkan berlakunya situasi kecelaruan klasifikasi diagnostik antara neurosis atau psikosis.<sup>49</sup>

Melalui rawatan intensif yang teratur, sama ada secara konvensional atau disokong dengan rawatan komplementari, penyakit kemurungan boleh disembuhkan sepenuhnya. Berdasarkan statistik, lebih lapan puluh peratus pesakit dicatatkan berjaya disembuhkan. Dalam hal ini, antara kaedah rawatan neurosis yang diiktiraf Kementerian Kesihatan Malaysia seperti penggunaan ubat 'anti-depressant', Terapi Elektrokonvulsif (ECT), psikoterapi dan kaunseling.<sup>50</sup> Namun, penggunaan ubat anti-depressant seperti *Tricyclic Anti-Depressant* (TCA), *Reversible Inhibitors of Monoamine Oxidase type A*

---

<sup>47</sup> Ahmad Hisham Azizan dan Che Zarrina Sa'ari, "Terapi Solat Dalam Menangani Penyakit Gelisah (*Anxiety*) Menurut Perspektif Psikoterapi Islam," *Jurnal Usuluddin* 29 (2009), 1-43.

<sup>48</sup> William H. Sauer, Jesse A. Berlin dan Stephen E. Kimmel, "Selective Serotonin Reuptake Inhibitors and Myocardial Infarction," *Circulation* 104, no. 16 (2001), 1894-1898.

<sup>49</sup> S. B. G. Eysenck, "Neurosis and Psychosis: An Experimental Analysis," *Journal of Mental Science* 102, no. 428 (1956), 517-529.

<sup>50</sup> Kementerian Kesihatan Malaysia, "Kemurungan: Apa Yang Anda Perlu Tahu," [http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Rujukan/NCD/Kesihatan%20Mental/Kemurungan\\_-\\_Apa\\_Yang\\_And\\_Perlu\\_Tahu.pdf](http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Rujukan/NCD/Kesihatan%20Mental/Kemurungan_-_Apa_Yang_And_Perlu_Tahu.pdf).

(RIMAs), *Selective Serotonin Reuptake Inhibitors* (SSRIs) dan *Serotonin and Noradrenaline Reuptake Inhibitors* (SNRIs) mempunyai pelbagai kesan sampingan berbentuk sementara.<sup>51</sup>

Secara khusus, antara kesan sampingan ubat TCA adalah seperti kering mulut, menggeletar, peningkatan degupan jantung (palpitasi), sembelit, mengantuk dan kenaikan berat badan.<sup>52</sup> Manakala, kesan sampingan penggunaan SSRIs adalah seperti kehilangan berat badan, rasa mual, muntah, perut tidak selesa (*dyspepsia*), cirit birit dan kehilangan selera makan.<sup>53</sup> Oleh itu, kaedah pengambilan ubat *anti-depressant* yang memerlukan pantauan rapi daripada pegawai perubatan atau ahli farmasi menyebabkan kesukaran dihadapi sebahagian pesakit neurosis dalam menjalani proses rawatan pemulihan.

Justeru, kemunculan kepelbagaian mekanisme alternatif psikoterapi adalah merupakan keperluan bagi mengimbangi kekurangan pendekatan rawatan konvensional masalah kesihatan mental. Bahkan setiap mekanisme alternatif atau komplementari juga merupakan tradisi yang mempunyai faedah dan manfaat tersendiri.<sup>54</sup>

---

<sup>51</sup> Nour Hanah, "Ubat Anti-Kemurungan (Anti-Depresi)".

<sup>52</sup> Gilbert H. Berken, Dorothy O. Weinstein dan Warren C. Stern, "Weight Gain: A Side-Effect of Tricyclic Antidepressants," *Journal of Affective Disorders* 7, no. 2 (1984), 133-138.

<sup>53</sup> James M. Ferguson, "SSRI Antidepressant Medications: Adverse Effects and Tolerability," *Primary Care Companion to the Journal of Clinical Psychiatry* 3, no. 1 (2001), 22-27.

<sup>54</sup> Oye Gureje, Gareth Nortje, Victor Makanjuola, Bibilola D. Oladeji, Soraya Seedat dan Rachel Jenkins, "The Role of Global Traditional and Complementary Systems of Medicine in the Treatment of Mental Health Disorders," *The Lancet Psychiatry* 2, no. 2 (2015), 168-177.



## Perbincangan

Merujuk kepada Akta Perubatan Tradisional dan Komplementari Kebangsaan 2016, rawatan alternatif berbentuk terapi komplementari yang diamalkan bersama dengan kaedah rawatan konvensional adalah diterima sebagai mekanisme rawatan yang sah.<sup>55</sup> Sehubungan dasar ini, aplikasi nilai-nilai al-Quran dan al-Sunnah dalam proses islamisasi ilmu (*islamization of knowledge*) adalah termasuk dalam kategori psikoterapi Islam yang boleh menjadi alternatif kepada rawatan konvensional.<sup>56</sup>

Pendekatan menggabungkan komponen agama dan sosio-budaya ke dalam program rawatan masalah kesihatan mental terbukti berjaya memulihkan masalah kebimbangan (*anxiety disorders*) dan Kemurungan (*depressive disorders*) dengan kadar yang cepat.<sup>57</sup> Dalam konteks ini, penerapan nilai al-Quran dan al-Sunnah secara bersama terbukti berjaya mempercepatkan proses pemulihan masalah kemurungan.<sup>58</sup>

Berdasarkan Indeks Taburan ayat-ayat terapi Rabbani (Jadual 1), jenis ayat dan kategori yang telah dinyatakan memaparkan bukti mukjizat al-Quran kaya dengan variasi mekanisme penjagaan kesihatan jiwa dan mental. Pemahaman lengkap terhadap mekanisme alternatif tersebut adalah asas kepada kejayaan penerapannya.

---

<sup>55</sup> Akta 775: Akta Perubatan Tradisional dan Komplementari 2016 (Kuala Lumpur: Percetakan Nasional Malaysia Berhad, 2016), 8.

<sup>56</sup> Khairunnas Rajab, "Islam dan Psikoterapi Moden," *Jurnal Akidah & Pemikiran Islam (AFKAR)* 7, no. 1 (2006), 133-156.

<sup>57</sup> S. M. Razali, C. I. Hasanah, K. Aminah dan M. Subramaniam, "Religious—Sociocultural Psychotherapy in Patients with Anxiety and Depression," *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 32, no. 6 (1998), 867-872.

<sup>58</sup> Md Zain Azhar dan Shashjit L. Varma, "Religious Psychotherapy in Depressive Patients," *Psychotherapy and Psychosomatics* 63, no. 3-4 (1995), 165-168.

### 1. *Āyāt al-Shifā'*

Shihāb al-Dīn al-Alūsī menyatakan *Āyāt al-Shifā'* dalam al-Quran terdiri daripada enam ayat; surah al-Isrā' ayat 82, surah al-Tawbah ayat 14, surah al-Shu'arā' ayat 79-80, surah Yūnus ayat 57, surah Fuṣṣilat ayat 44 dan surah al-Nahl ayat 69. Menurut al-Alūsī, al-Subkī telah meriwayatkan daripada al-Qushayrī bahawa himpunan ayat ini terbukti berupaya menyembuhkan penyakit-penyakit jiwa dengan izin Allah SWT.<sup>59</sup> Sebagai contoh, firman Allah SWT di dalam al-Quran, surah al-Isrā' ayat 82:

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ  
الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Terjemahan: Dan Kami turunkan dengan beransur-ansur dari al-Quran ayat-ayat suci yang menjadi ubat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman kepadanya; dan (sebaliknya) al-Quran tidak menambahkan orang-orang yang zalim (disebabkan keingkaran mereka) melainkan kerugian jua.

Abū Muḥammad al-Ḥusayn al-Baghāwī menyatakan hakikat penurunan ayat ini menggambarkan kesemua ayat al-Quran adalah bersifat penawar. Al-Quran adalah penyelamat daripada kesesatan dan kejahilan, menjelaskan kemusykilan, penawar kesamaran, petunjuk bagi keraguan dan penawar bagi hati.<sup>60</sup> Mutawallī al-Sh'arāwī menjelaskan pendapat paling kuat mengenai sifat penawar pada sebahagian ayat al-Quran adalah bersifat umum

<sup>59</sup> Shihāb al-Dīn al-Alūsī, *Rūḥ al-Ma'ānī fī Tafṣīr al-Qur'ān al-'Azīm wa Sab' al-Mathānī*, ed. 'Alī Abd al-Bārī 'Aṭīyyah (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1994), 8: 139.

<sup>60</sup> Abū Muḥammad al-Ḥusayn al-Baghāwī, *Ma'ālim al-Tanzīl fī Tafṣīr al-Qur'ān*, ed. 'Abd al-Razzāq al-Mahdī (Beirut: Dār Ihyā' al-Turāth, 2000), 3: 158.

meliputi penyakit hakiki dan maknawi. Termasuk dalam kefahaman ini adalah penyakit-penyakit jiwa seperti kebimbangan, keraguan dan hasad dengki.<sup>61</sup> Ibn Kathīr menjelaskan al-Quran juga merupakan penawar bagi penyakit keraguan, kemunafikan, syirik dan merupakan rahmat yang menghasilkan keimanan dan kebaikan bagi mukmin.<sup>62</sup>

## 2. *Āyāt al-Sakīnah*

Secara etimologi Ibn al-Qayyim menyatakan *Āyāt al-Sakīnah* bermaksud ayat yang menyentuh aspek ketenangan, kerehatan, percaya dan tiada kebimbangan. Secara konsepnya, *al-Sakīnah* bermaksud ketenangan yang diturunkan Allah SWT ketika manusia terganggu dengan ketakutan tertentu.<sup>63</sup> Allah SWT telah menyebut tentang *Āyāt al-Sakīnah* pada enam tempat. Ayat-ayat berkenaan telah diturunkan pada saat kebimbangan dan kekacauan seperti ketika peristiwa Hijrah ke Madinah, Peperangan Hunayn dan Peristiwa Baiah Riḍwān di Hudaibiyyah.<sup>64</sup>

Ibn al-Qayyim menyatakan tindakan membaca *Āyāt al-Sakīnah* ketika hati terganggu dan tidak tenteram terbukti berupaya mendatangkan kesan ketenangan.<sup>65</sup> Şālih bin ‘Abdillah menyatakan ketenangan tersebut turut menghasilkan kerehatan anggota badan di samping

---

<sup>61</sup> Al-Sha‘rāwī, *Tafsīr al-Sha‘rāwī*, 14: 8712.

<sup>62</sup> Ibn Kathīr, *Tafsīr al-Qur‘ān al-‘Aẓīm*, 5: 103.

<sup>63</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyyah, *Madārij al-Sālikīn Bayn Manāzil Iyyāk Na‘bud wa Iyyāk Nasta‘īn*, ed. Muḥammad al-Mu‘taṣim Billāh al-Baghdādī (Beirut: Dār al-Kitāb al-‘Arabī, 1996), 2: 471.

<sup>64</sup> Abū al-Ḥasan al-Mubārakfūrī, *Mir‘āt al-Mafātīḥ Sharḥ Mishkāt al-Maṣābīḥ* (Bināris al-Hind: Idārah al-Buḥūth al-‘Ilmiyyah wa al-Da‘wah wa al-Iftā’, al-Jāmi‘ah al-Salafiyyah, 1984), 7: 378.

<sup>65</sup> Al-Jawziyyah, *Madārij al-Sālikīn*, 471.

pertuturan menjadi lebih baik dan berhikmah.<sup>66</sup> Abū Muḥammad al-‘Utaybī menjelaskan ayat ini turut berfaedah dalam memerangi gangguan syaitan ketika lemahnya tahap kesihatan fizikal.<sup>67</sup> Sebagai contoh, firman Allah SWT, surah al-Fath ayat 4:

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا  
إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ  
عَلِيمًا حَكِيمًا

Terjemahan: (Tuhan yang membuka jalan kemenangan itu) Dialah yang menurunkan semangat tenang tenteram ke dalam hati orang-orang yang beriman (semasa mereka meradang terhadap angkara musuh) supaya mereka bertambah iman dan yakin beserta dengan iman dan keyakinan mereka yang sedia ada; pada hal Allah menguasai tentera langit dan bumi (untuk menolong mereka); dan Allah adalah Maha Mengetahui, lagi Maha Bijaksana.

Jalāl al-Dīn al-Suyūfī menjelaskan ketenangan berkenaan adalah rahmat yang dikurniakan hasil keimanan seorang mukmin.<sup>68</sup> Abū al-Barakāt al-Nasafī menyatakan ketenangan yang dikurniakan Allah SWT kepada seseorang Mukmin adalah bagi meningkatkan keyakinan mereka dan dikatakan ketenangan itu bermaksud

---

<sup>66</sup> Šāliḥ bin ‘Abdillāh, et. al, *Naḍrah al-Na‘īm fī Makārim Akhlāq al-Rasūl al-Karīm* (Jeddah: Dār al-Wasīlah li al-Nashr wa al-Tawzī‘, t.t.), 6: 2270.

<sup>67</sup> Abū Muḥammad al-‘Utaybī, *Nitāj al-Fikr fī Ahkām al-Dhikr* (Riyadh: Dār al-Tadmuriyyah, 2014), 1: 303.

<sup>68</sup> Jalāl al-Dīn al-Suyūfī, *al-Durr al-Manthūr* (Beirut: Dār al-Fikr, t.t.), 7: 514.

kesabaran melaksanakan perintah Allah SWT dan kepercayaan terhadap janji Allah SWT.<sup>69</sup>

### 3. *Āyāt al-Hifẓ*

Dalam konteks etimologi, Aḥmad Mukhtār 'Umar menjelaskan *Āyāt al-Hifẓ* bermaksud ayat-ayat yang digunakan bagi memelihara jiwa daripada ancaman bahaya dan kemusnahan.<sup>70</sup> 'Abd al-Ḥay al-'Akrī menyatakan *Āyāt al-Hifẓ* dinamakan sempena kompilasi lima ayat; surah Al-Baqarah ayat 255, surah Yūsuf ayat 64, surah al-Ṣāffāt ayat 7, surah Fuṣṣilat ayat 12 dan surah al-Burūj ayat 12-22.<sup>71</sup> Sebagai contoh, firman Allah SWT dalam al-Quran, surah Yūsuf ayat 64:

قَالَ هَلْ آمَنُكُمْ عَلَيْهِ إِلَّا كَمَا أَمِنْتُكُمْ عَلَىٰ أَخِيهِ مِنْ  
قَبْلُ فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ

Terjemahan: Bapa mereka berkata: (Jika aku lepaskan dia pergi bersama-sama kamu), Aku tidak menaruh kepercayaan kepada kamu menjaganya melainkan seperti kepercayaanku kepada kamu menjaga saudaranya dahulu (yang telah kamu hampakan. oleh itu aku hanya menaruh kepercayaan kepada Allah), kerana Allah jualah penjaga yang sebaik-baiknya, dan Dialah jua Yang Maha

<sup>69</sup> Abū al-Barakāt al-Nasafī, *Tafsīr al-Nasafī (Madārik al-Tanzīl wa Ḥaqā'iq al-Ta'wīl)*, ed. Yūsuf 'Alī (Beirut: Dār al-Kalim al-Ṭayyib, 1998), 3: 334.

<sup>70</sup> Aḥmad Mukhtār 'Umar, *Mu'jam al-Lughah al-'Arabiyyah al-Mu'āsirah* (Riyadh: Dār 'Ālam al-Kutub li al-Ṭibā'ah wa al-Nashr wa al-Tawzī', 2008), 1: 524.

<sup>71</sup> Al-'Akrī menukilkan daripada Ibn Samurah, *Āyāt al-Hifẓ* yang dibaca 'Abdullāh bin Yahyā al-Ṣa'bī telah berjaya melindungi dirinya dari serangan sekumpulan manusia berpedang. Lihat 'Abd al-Ḥayy bin Aḥmad al-'Akrī, *Shadharāt al-Dhahab fī Akhbār min Dhahab*, ed. Maḥmūd al-Arnā'ūt dan 'Abd al-Qādir al-Arnā'ūt (Beirut: Dār Ibn Kathīr, 1986), 6: 277.

Mengasihani dari sesiapa sahaja Yang menaruh belas kasihan.

Abū ‘Abdullah al-Qurṭubī dan Abū Muḥammad al-Ḥusayn al-Baghāwī menyatakan ayat ini menegaskan bahawa Allah SWT memelihara manusia lebih baik berbanding usaha manusia, sebagaimana keyakinan Nabi Ya‘qūb a.s. kepada Allah SWT dalam memelihara Nabi Yūsuf a.s berbanding anak-anaknya yang lain.<sup>72</sup> Wahbah al-Zuhaylī menjelaskan keyakinan Nabi Ya‘qūb yang dinyatakan dalam ayat mengajar erti bertawakal, keyakinan dan berserah diri sepenuhnya kepada Allah SWT.<sup>73</sup>

#### 4. *Āyāt al-Tasliyah*

Secara etimologi, perkataan *al-Tasliyah* bermaksud hiburan. Perkataan *al-Tasliyah* juga boleh diertikan sebagai memasukkan kegembiraan ke dalam jiwa dan menjauhkan atau menghilangkan kesedihan dan tekanan perasaan.<sup>74</sup> Secara konsepnya, Aḥmad Mukhtār menyatakan istilah *Āyāt al-Tasliyah*, merujuk kepada ayat-ayat al-Quran yang diwahyukan bagi menghibur dan menenangkan Rasulullah SAW.<sup>75</sup> Contoh terapi Rabbani dalam konteks *Āyāt al-Tasliyah* adalah sebagaimana firman Allah SWT dalam surah al-Ḥijr ayat 97-99:

---

<sup>72</sup> Al-Qurṭubī, *Al-Jāmi‘ li Aḥkām al-Qur‘ān*, 9: 224; Abū Muḥammad al-Ḥusayn al-Baghāwī, *Ma‘ālim al-Tanzīl fī Tafṣīr al-Qur‘ān*, ed. ‘Abd al-Razzāq al-Mahdī (Beirut: Dār Ihyā’ al-Turāth, 2000), 4: 256.

<sup>73</sup> Wahbah bin Muṣṭafā al-Zuhaylī, *al-Tafṣīr al-Munīr fī al-‘Aqīdah wa al-Sharī‘ah wa al-Manhaj* (Damsyik: Dār al-Fikr al-Mu‘āṣir, 1998), 13: 20.

<sup>74</sup> Mu‘jam al-Ma‘ānī al-Jāmi‘, “Ta‘rīf wa Ma‘nā Tasliyah,” diakses pada 23 Mac 2019, <https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar/تسليية/>.

<sup>75</sup> Aḥmad Mukhtār ‘Umar, *Mu‘jam al-Lughah al-‘Arabiyyah al-Mu‘āṣirah* (Riyadh: Dār ‘Ālam al-Kutub li al-Ṭibā‘ah wa al-Nashr wa al-Tawzī‘, 2008), 2: 1102.

وَلَقَدْ نَعَلْمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ . فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ . وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ

Terjemahan: Dan demi sesungguhnya Kami mengetahui, bahawa engkau bersusah hati dengan sebab apa yang mereka katakan. Oleh itu, bertasbihlah engkau dengan memuji Tuhanmu, serta jadilah dari orang-orang yang sujud. Dan sembahlah Tuhanmu, sehingga datang kepadamu (perkara yang tetap) yakin.

Ibn Kathīr menyatakan ayat ini menggambarkan Allah SWT menghiburkan Rasulullah SAW dengan memerintahkan baginda memperbanyakkan zikir dengan bertasbih, bertahmid dan menunaikan solat kepadaNya.<sup>76</sup> Ibn Kathīr turut menukilkan hadith Qudsī yang diriwayatkan daripada Nu‘aym al-Ghatafānī, bahawa beliau telah mendengar Rasulullah SAW bersabda<sup>77</sup>;

قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ يَا ابْنَ آدَمَ لَا تَعْجِزْ عَنْ أَرْبَعِ رَكَعَاتٍ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ أَكْفِكَ آخِرَهُ

Terjemahan: Allah ‘Azza wa Jalla berfirman: Wahai anak Adam, janganlah engkau tinggalkan empat rakaat salat di dinihari (di waktu Duha). Maka itu akan mencukupimu (sehingga) senja.

Shu‘ayb al-Arnā’ūt menjelaskan Allah SWT menyeru baginda SAW menunaikan empat rakaat solat sunat pada waktu Duha dengan jaminan akan terpelihara sehingga ke

<sup>76</sup> Ibn Kathīr, *Tafsīr al-Qur’ān al-‘Aẓīm*, 4: 473.

<sup>77</sup> Hadith riwayat Aḥmad. Lihat Aḥmad bin Ḥanbal, *Musnad al-Imām Aḥmad bin Ḥanbal, Bāb Hadīth Nu‘aym al-Ghatafānī*, no. Ḥadīth: 22469. Hadith ini telah disahihkan oleh Shu‘ayb al-Arnā’ūt.

penghujung hari. Jaminan ini bermaksud baginda s.a.w akan bebas daripada belenggu perasaan bersusah hati akibat penentangan kaum musyrikin terhadap seruan Islam.<sup>78</sup> Ibn Kathīr menyatakan, Rasulullah SAW akan menunaikan solat apabila baginda ditimpa sesuatu perkara yang memberikan tekanan kepada jiwa dan perasaan baginda.<sup>79</sup>

Berdasarkan huraian di atas, secara umumnya *Āyāt al-Shifā'*, *Āyāt al-Sakīnah*, *Āyāt al-Hifz* dan *Āyāt al-Tasliyah* bertujuan memelihara jiwa manusia daripada sebarang perkara yang boleh menjejaskan ketenangan dan keamanan mereka. Namun, dalam konteks lebih khusus *Āyāt al-Shifā'* lebih berperanan sebagai penawar dan penyembuh bagi penyakit hakiki dan maknawi. *Āyāt al-Sakīnah* pula lebih berperanan sebagai penenang jiwa manusia apabila ditimpa musibah. *Āyāt al-Hifz* pula mendatangkan perlindungan dan pemeliharaan dari Allah SWT. Terakhir, *Āyāt al-Tasliyah* memainkan peranan sebagai bimbingan motivasi dan pembelaan Allah SWT kepada sekalian Mukmin.

Variasi fungsi dan peranan setiap jenis ayat berkenaan membuktikan kehebatan al-Quran dalam menawarkan mekanisme rawatan alternatif masalah neurosis yang dihadapi mukmin khususnya. Secara tuntas, konsep mekanisme terapi Rabbani dalam merawat masalah neurosis dapat difahami sebagaimana rajah 1 di bawah.

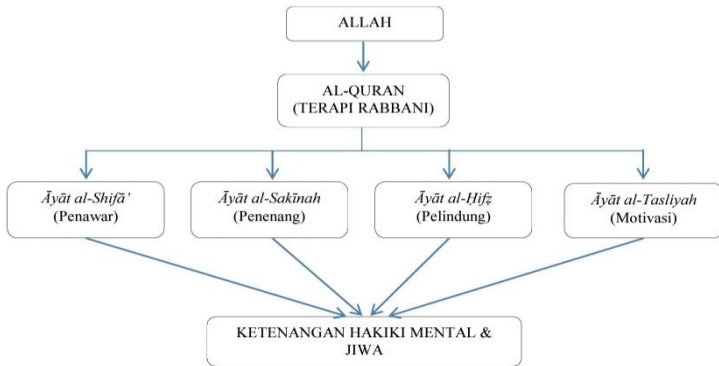
---

<sup>78</sup> Aḥmad bin Muḥammad bin Ḥanbal al-Shaybānī, *Musnad al-Imām Aḥmad bin Ḥanbal*, ed. Shu'āyb al-Arnā'ut (Beirut: Mu'assasah al-Risālah, 2001), no. Hadith: 22469.

<sup>79</sup> Ibn Kathīr, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm*, 4: 473.



Rajah 1: Konsep terapi Rabbani dalam merawat neurosis



Rajah 1 menggambarkan variasi pendekatan pemulihan berteraskan terapi Rabbani yang terkandung dalam al-Quran. Ketenangan jiwa manusia lebih mudah dicapai melalui sentuhan al-Quran dan nilai-nilai kerohanian Islam yang lain. Kesemua variasi terapi tersebut didapati mempunyai persamaan fungsi holistik dalam membantu proses pemulihan masalah Neurosis. Berdasarkan pemahaman konsep psikoterapi Islam, terapi Rabbani yang terkandung al-Quran adalah sesuai diadaptasi sebagai mekanisme alternatif rawatan konvensional pesakit neurosis.<sup>80</sup>

Kandungan wahyu al-Quran juga berupaya menuntun manusia tunduk kepada rangka keimanan dalam usaha mengharmonikan integrasi antara agama dan psikologi.<sup>81</sup>

<sup>80</sup> Abu Raiya, Hisham dan Kenneth I. Pargament, “Religiously Integrated Psychotherapy with Muslim Clients: From Research to Practice,” *Professional Psychology: Research and Practice* 41, no. 2 (2010), 181-188. <https://doi.org/10.1037/a0017988>

<sup>81</sup> Amber Haque, “Psychology and Religion: Their Relationship and Integration from an Islamic Perspective,” *American Journal of Islamic Social Sciences* 15 (1998), 97-116.

Pengintegrasian nilai keagamaan ke dalam mekanisme terapi jiwa ini didapati lebih efektif dan positif kerana kesannya terbukti berjaya memulihkan keyakinan diri pesakit.<sup>82</sup> Oleh itu, usaha mengintegrasikan konsep keagamaan dalam pendekatan terapeutik berteraskan kerohanian adalah perkara yang perlu diterima masyarakat.<sup>83</sup>

Secara keseluruhannya, syariat Islam melalui sumber-sumber dan rutin ibadahnya telah mendasari nilai-nilai terapeutik yang membantu mukmin menenangkan jiwa dan fikirannya.<sup>84</sup> Syariat Islam yang lengkap dan bersifat holistik yang meliputi pelbagai aspek kehidupan telah menjadi sebahagian fokus perbincangan. Kandungan ajaran Islam seperti iman, ibadah, dan tasawuf didapati memiliki metodologi yang sistematik bagi mewujudkan kesihatan mental.<sup>85</sup> Penerapan nilai takwa dalam kehidupan terbukti sesuai diaplikasi sebagai kaedah terapi rohani berasaskan sentuhan ketuhanan.<sup>86</sup>

## **Rumusan**

Variasi metode rawatan alternatif masalah neurosis merupakan mekanisme pelengkap yang diterima dalam struktur perubatan konvensional. Penelitian terhadap wahyu al-Quran memaparkan variasi metode terapi

---

<sup>82</sup> David R. Hodge, , "Spiritually Modified Cognitive Therapy: A Review of the Literature," *Social Work* 51, no. 2 (2006), 157-166.

<sup>83</sup> Amy R. Krentzman, James A. Cranford dan Elizabeth A. R. Robinson, "Multiple Dimensions of Spirituality in Recovery: A Lagged Mediation Analysis of Alcoholics Anonymous' Principal Theoretical Mechanism of Behavior Change," *Substance Abuse* 34, no. 1 (2013), 20-32.

<sup>84</sup> Hodge, "Spiritually Modified Cognitive Therapy," 157-166.

<sup>85</sup> Khairunnas, "Islam dan Psikoterapi Moden," 133-156.

<sup>86</sup> Seghatoleslam et al., "Achieving a Spiritual Therapy Standard for Drug Dependency in Malaysia, From an Islamic Perspective: Brief Review Article," *Iranian Journal of Public Health* 44, no. 1 (2015): 22-27.

Rabbani yang bertujuan memberikan ketenangan jiwa dan mental kepada manusia. *Āyāt al-Shifā'*, *Āyāt al-Sakīnah*, *Āyāt al-Ḥifẓ* dan *Āyāt al-Tasliyah* merupakan sebahagian bentuk terapi Rabbani yang sesuai diaplikasi para pesakit masalah neurosis.

Kefahaman terhadap *Āyāt al-Shifā'*, *Āyāt al-Sakīnah*, *Āyāt al-Ḥifẓ* dan *Āyāt al-Tasliyah* amat penting dalam mengintegrasikan mekanisme Rabbani ke dalam kaedah rawatan konvensional. Melalui pengintegrasian ini, proses pemulihan masalah kesihatan mental akan berlaku secara holistik selari dengan ketetapan Islam. Perbincangan interpretasi setiap jenis terapi yang menjadi skop makalah ini turut membuktikan, fungsi dan matlamat kesemuanya adalah signifikan dengan natijah akhir kaedah rawatan konvensional bagi masalah neurosis. Sehubungan itu, kajian mendapati wahyu al-Quran memaparkan pelbagai elemen rawatan terapi Rabbani kepada Rasulullah s.a.w. Kompilasi elemen berkenaan adalah berpotensi dijadikan mekanisme rawatan psikoterapi alternatif bagi pesakit neurosis.

## Rujukan

- 'Abdillāh, Ṣāliḥ et. al, *Nadrah al-Na'im fī Makārim Akhlāq al-Rasūl al-Karīm*. Jeddah: Dār al-Wasīlah li al-Nashr wa al-Tawzi', t.t.
- Abu Raiya, Hisham, and Pargament, Kenneth I., "Religiously Integrated Psychotherapy with Muslim Clients: From Research to Practice," *Professional Psychology: Research and Practice* 41, no. 2 (2010): 181-188. <https://doi.org/10.1037/a0017988>.
- Ahmad Hisham Azizan dan Che Zarrina Saa'ri, "Terapi Solat Dalam Menangani Penyakit Gelisah (*Anxiety*) Menurut Perspektif Psikoterapi Islam," *Jurnal Usuluddin* 29 (2009), 1-43.
- Ahmad Warson Munawwir. *Kamus al-Munawwir*. Surabaya: Pustaka Progressif, 1997.

- Akta 775: Akta Perubatan Tradisional Dan Komplementari 2016*. Kuala Lumpur: Percetakan Nasional Malaysia Berhad, 2016.
- Al-'Akrī, 'Abd al-Ḥayy Bin Aḥmad. *Shadharāt al-Dhahab fī Akhbār min Dhahab*, ed. Maḥmūd al-Arnā'ūt & 'Abd al-Qādir al-Arnā'ūt. Beirut: Dār Ibn Kathīr, 1986.
- Al-Alūsī, Shihāb al-Dīn. *Rūḥ al-Ma'ānī fī Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm wa Sab' al-Mathānī*, ed. 'Alī 'Abd al-Bārī 'Aṭīyyah. Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1994.
- Al-'Asqalānī, Ibn Ḥajar. *Fath al-Bārī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Beirut: Dār al-Ma'rifah, 1959.
- Al-'Aynī, Badr al-Dīn. *Umdah al-Qārī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Beirut: Dār Iḥyā' al-Turath al-'Arabī, t.t.
- Alī, Saba Rasheed, Ming Liu, William dan Humedian, Majeda, "Islam 101: Understanding the religion and therapy implications," *Professional Psychology: Research and Practice* 35, no. 6 (2004): 635-642. DOI:10.1037/0735-7028.35.6.635.
- Al-Baghāwī, Abū Muḥammad al-Ḥusayn. *Ma'ālim al-Tanzīl fī Tafsīr al-Qur'ān*, ed. 'Abd al-Razzāq al-Mahdī. Beirut: Dār Iḥyā' al-Turāth, 2000.
- Bech, Per dan Lindberg, Lone, "It is Never Too Late to Treat Anxiety Neurosis or Panic Disorder with a Serotonin-reuptake Inhibitor," *Oxford Medical Case Reports* 2014, no. 5 (2014): 100-101.
- Berken, Gilbert H., Dorothy O. Weinstein, and Warren C. Stern, "Weight Gain: A Side-Effect of Tricyclic Antidepressants," *Journal of Affective Disorders* 7, no. 2 (1984): 133-138.
- Brent, David A., and Kolko, David J., "Psychotherapy: Definitions, Mechanisms of Action, And Relationship to Etiological Models." *Journal of Abnormal Child Psychology* 26, no. 1 (1998): 17-25.

- Bretherton, I., "The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth," *Developmental Psychology* 28, no. 5 (1992): 759-775.
- Brown, Robin S., *Psychoanalysis Beyond the End of Metaphysics: Thinking Towards the Post-Relational*. London: Routledge, 2016.
- Al-Bukhārī, Muḥammad bin Ismā'īl. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, ed. Muḥammad Zahīr bin Nāsir. t.tp: Dār Ṭawq al-Najāh, 2002.
- Dasar Pendidikan Rabbani Kelantan, *Konsep Pendidikan Rabbani*. Kota Bharu: Institut Latihan Perguruan Kelantan (ILPK), Kerajaan Negeri Kelantan, 2019.
- Davis, John, "An Overview of Transpersonal Psychology," *The Humanistic Psychologist* 31, no. 2-3 (2003): 6-21.
- Dowson, J. H., "The Phenomenology of Severe Obsessive-Compulsive Neurosis," *The British Journal of Psychiatry* 131, no. 1 (1977): 75-78.
- Durūzah Muḥammad 'Izzat. *Al-Tafsīr al-Ḥadīth (Ḥasb Tartīb al-Nuzūl)*. Kaherah: Dār Iḥyā' al-Turāth, 1964.
- Eysenck, S. B. G., "Neurosis and Psychosis: An Experimental Analysis," *Journal of Mental Science* 102, no. 428 (1956): 517-529.
- Fenichel, Otto. *The Psychoanalytic Theory of Neurosis*. London: Routledge, 2014.
- Ferguson, James M., "SSRI Antidepressant Medications: Adverse Effects and Tolerability," *Primary Care Companion to the Journal of Clinical Psychiatry* 3 no. 1 (2001): 22-27.
- Fleuridas, Colette, dan Krafcik, Drew, "Beyond Four Forces: The Evolution of Psychotherapy," *Sage Open* 9, no. 1 (2019): 1-21. DOI: 10.1177/2158244018824492
- Freeman, Daniel dan Garety, Philippa A., "Connecting Neurosis and Psychosis: The Direct Influence of Emotion on Delusions and Hallucinations," *Behaviour Research and Therapy* 41, no. 8 (2003): 923-947.

- Freud, Sigmund. "Neurosis and Psychosis." Dalam *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIX (1923-1925): The Ego and the Id and Other Works*. London: The Hogarth Press, 1961.
- Freud, Sigmund. *The Freud Reader*. New York: W. W. Norton & Company, 1995.
- Fuad Nashori. *Agenda Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002.
- Fuad Nashori, "Refleksi Psikologi Islami," *Jurnal Psikologi Islam* 1, no. 1 (2005): 33-42.
- Gunarsa, Singgih D. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia 5, 1992.
- Gureje, Oye et al., "The Role of Global Traditional and Complementary Systems of Medicine in the Treatment of Mental Health Disorders," *The Lancet Psychiatry* 2, no. 2 (2015): 168-177.
- Haque, Amber, "Psychology and Religion: Their Relationship and Integration from an Islamic Perspective," *American Journal of Islamic Social Sciences* 15 (1998): 97-116.
- Hodge, David R., "Spiritually Modified Cognitive Therapy: A Review of the Literature," *Social Work* 51, no. 2 (2006): 157-166.
- Holmes, Jeremy, "Attachment, Psychoanalysis and the Search for a 21st-century Psychotherapy Practice," *Psychoanalytic Inquiry* 37, no. 5 (2017): 309-318.
- Al-Jawziyyah, Ibn Qayyim. *Madārij al-Sālikīn Bayn Manāzil Iyyāk Na'bud wa Iyyāk Nasta'in*, ed. Muḥammad al-Mu'taṣim Billāh al-Baghdādī. Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī, 1996.
- Ibn Kathīr, Abū al-Fidā'. *Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm*. Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1999.
- Institute For Public Health (IPH), National Health and Morbidity Survey 2015 (NHMS 2015), "Vol. II: Non-

- Cumunicable Disease, Risk Factors & Other Health Problems". Kuala Lumpur: Institute For Public Health, 2015.
- Islam, A. "The Holy Qur'an: Arabic Text with Corresponding English Meanings. Jeddah: Abul-Qasim Publishing House, 2012.
- Johana E. Prawitasari et al. "Psikoterapi, Pendekatan Konvensional dan Kontemporer". Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002.
- Kamus Dewan*, ed. ke-4. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 2005.
- Kementerian Kesihatan Malaysia, "Kemurungan: Apa Yang Anda Perlu Tahu," diakses pada 7 Oktober 2019, [http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Rujukan/NCD/Kesihatan%20Mental/Kemurungan\\_-\\_Apa\\_Yang\\_Andu\\_Perlu\\_Tahu.pdf](http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Rujukan/NCD/Kesihatan%20Mental/Kemurungan_-_Apa_Yang_Andu_Perlu_Tahu.pdf).
- Kementerian Kesihatan Malaysia. Masalah Kesihatan Mental di Malaysia. Putrajaya: KKM, 2016.
- Khairunnas Rajab, "Islam dan Psikoterapi Moden," *Jurnal Akidah & Pemikiran Islam (AFKAR)* 7, no. 1 (2006): 133-156.
- Krentzman, Amy R., Cranford, James A. dan Robinson, Elizabeth A. R., "Multiple Dimensions of Spirituality in Recovery: A Lagged Mediation Analysis of Alcoholics Anonymous' Principal Theoretical Mechanism of Behavior Change," *Substance Abuse* 34, no. 1 (2013): 20-32.
- Al-Marāghī, Aḥmad bin Muṣṭafā. *Tafsīr al-Marāghī*. Mesir: Shirkah Maktabah wa Maṭba'ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Awlādih, 1946.
- Maslow, Abraham Harold, "A Theory of Human Motivation," *Psychological Review* 50, no. 4 (1943): 370-396.
- Md Zain Azhar dan Shashjit L. Varma, "Religious Psychotherapy in Depressive Patients," *Psychotherapy and psychosomatics* 63, no. 3-4 (1995): 165-168.

- Mohd Nasir, "Penyakit Mental," MyHealth, diakses pada 20 April 2019, <http://www.myhealth.gov.my/penyakit-mental/>.
- Mohd. Hussain Habil dan Ahmad Hatim Sulaiman. *Kemurungan: Punca dan Rawatan*. Kuala Lumpur: Penerbit Universiti Malaya, 2006.
- Mu'jam al-Ma'ānī al-Jāmi', "Ta'rīf wa Ma'nā Tasliyah", diakses pada 23 Mac 2019, <https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar/تسليية/>.
- Al-Mubārakfūrī, Abū al-Ḥasan. *Mir'āt al-Mafātīḥ Sharḥ Mishkāt al-Maṣābīḥ*. Bināris al-Hind: Idārah al-Buḥūth al-'Ilmiyyah wa al-Da'wah wa al-Iftā', al-Jāmi'ah al-Salafiyyah, 1984.
- Al-Nasafī, Abū al-Barakāt. *Tafsīr al-Nasafī - Madārik al-Tanzīl wa Ḥaqā'iq al-Ta'wīl*, ed. Yūsuf 'Alī. Beirut: Dār al-Kalim al-Ṭayyib, 1998.
- Nour Hanah Othman, "Ubat Anti-Kemurungan (Anti-Depresi)," MyHealth, diakses pada 20 April 2019, <http://www.myhealth.gov.my/ubat-anti-kemurungan-antidrepsi/>
- O'Leary, K. Daniel dan Wilson, G. Terence. *Behavior Therapy: Application and Outcome*. New Jersey: Prentice-Hall, 1975.
- Al-Qaṣṭalānī, Aḥmad bin Muḥammad. *Irshād al-Sārī li Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Mesir: Maṭba'ah al-Kubrā al-Amīriyyah, 2001.
- Al-Qurṭubī, Abū 'Abdullah. *Al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'ān – Tafsīr al-Qurṭubī*, ed. Aḥmad al-Bardūnī & Ibrāhīm Aṭfīsh. Kaherah: Dār al-Kutub al-Maṣriyyah, 1964.
- Ramli Hassan. *Pengantar Psikiatri*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 1990.
- Razali, S. M., C. I. Hasanah, K. Aminah dan M. Subramaniam, "Religious-Sociocultural Psychotherapy in Patients with Anxiety and Depression," *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 32, no. 6 (1998): 867-872.



- Rogers, Carl R., "Significant Aspects of Client-Centered Therapy," *American Psychologist* 1, no. 10 (1946): 415-422.
- Sauer, William H., Berlin, Jesse A. dan Kimmel, Stephen E., "Selective Serotonin Reuptake Inhibitors And Myocardial Infarction," *Circulation* 104, no. 16 (2001), 1894-1898.
- Seghatoleslam, Tahereh, et al., "Achieving a Spiritual Therapy Standard for Drug Dependency in Malaysia, From an Islamic Perspective: Brief Review Article," *Iranian Journal of Public Health* 44, no. 1 (2015): 22-27.
- Al-Sha'rāwī, Muḥammad Mutawallī. *Tafsīr al-Sha'rāwī – al-Khawāṭir*. Mesir: Maṭābi' Akhbār al-Yawm, 1997.
- Al-Shanqīṭī, Muḥammad al-Khaḍīr. *Kawthar al-Ma'ānī al-Darārī fī Kashf Khabāyā Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Beirut: Mu'assasah al-Risālah, 1995.
- Al-Shaybānī, Aḥmad bin Muḥammad bin Ḥanbal. *Musnad al-Imām Aḥmad bin Ḥanbal*, ed. Shu'āyb al-Arnā'uṭ. Beirut: Mu'assasah al-Risālah, 2001.
- Sidek Baba, *Pendidikan Rabbani: Mengenal Allah Melalui Ilmu Dunia*. Alaf 21, 2006.
- Al-Suyūṭī, Jalāl al-Dīn. *Al-Durr al-Manthūr*. Beirut: Dār al-Fikr, t.t.
- Thomas, Justin dan Ashraf, Saquab, "Exploring the Islamic Tradition for Resonance and Dissonance with Cognitive Therapy for Depression," *Mental Health, Religion & Culture* 14, no. 2 (2011): 183-190.
- Umar, Aḥmad Mukhtār. *Mu'jam al-Lughah al-'Arabiyyah al-Mu'āṣirah*. Riyadh: Dār 'Ālam al-Kutub li al-Ṭibā'ah wa al-Nashr wa al-Tawzī', 2008.
- Al-Uṭaybī, Abū Muḥammad. *Nitāj al-Fikr fī Aḥkām al-Dhikr*. Riyadh: Dār al-Tadmuriyyah, 2014.
- Watson, John B., "Psychology as the Behaviorist Views It," *Psychological Review* 20, no. 2 (1913): 158-177.

Rahim, Mohd Khairul Naim dan Khairulnazrin “Terapi Rabbani dalam Merawat Masalah Neurosis,” *Afkār* Vol. 23 Issue 2 (2021): 41-74

Weiss, Joseph dan Sampson, Harold. *The Psychoanalytic Process: Theory, Clinical Observations and Empirical Research*. New York: Guilford Press, 1986.

World Health Organization, “Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates,” No. WHO/MSD/MER/2017.2, World Health Organization, 2017: 8-10.

Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Gunung Agung, 1983.

Al-Zuhaylī, Wahbah bin Muṣṭafā. *Al-Tafsīr al-Munīr fī al-‘Aqīdah wa al-Sharī‘ah wa al-Manhaj*. Damsyik: Dār al-Fikr al-Mu‘āṣir, 1998.