

**MURSYID SEBAGAI KONSELOR DAN KONSELING SUFISTIK
PERSPEKTIF ABU THALIB AL MAKKI**

Siska Maryana¹, Saepudin², Jonsi Hunadar³

siskamaryana@gmail.com, saepudin@mail.uinfasbengkulu.ac.id,
jonsi.hunadar@mail.uinfasbengkulu.ac.id

Abstract

In modern society, which frequently experiences psychological and emotional stress, the role of the murshid as a counselor is becoming increasingly relevant. In Sufi psychology, the science of Sufism, which emphasizes the spiritual, intellectual, and physical aspects of shaping one's spirituality, offers an alternative solution through spiritual guidance. This article examines the murshid as a counselor and Sufi counseling from the perspective of Abu Thalib al-Makki. Therefore, this article uses a qualitative literature study research method. As a counselor in Sufi counseling, the murshid plays a crucial role in helping one achieve higher spiritual awareness and thus draw closer to God. In his spiritual journey, Abu Thalib al-Makki divided the maqam into nine levels, starting with repentance and reaching the pinnacle of mahabbah (self-righteousness). This maqamat is defined as the position of a servant before God achieved through worship and spiritual training (riyadah al-nafs). He further divided Islamic psychotherapy based on the maqamat into four levels or processes: acceptance and surrender, the process of spiritual training and education, the process of soul strengthening, and the process of preservation and enhanced recovery.

Keywords: Mursyid, Counselor, Sufi Counseling, Abu Thalib al-Makki.

A. PENDAHULUAN

Sangat penting untuk memahami peran dan tanggung jawab mursyid dalam konteks spiritual dan psikologis. Dalam tradisi tasawuf, mursyid merupakan sosok yang memiliki kedudukan istimewa sebagai pembimbing spiritual yang bertugas memimpin murid dalam perjalanan rohani mereka menuju Allah SWT. Istilah mursyid berasal dari kata Arab "irsyada," yang berarti memberi petunjuk atau bimbingan.

¹ UIN Fatmawati Soekarono (FAS) Bengkulu

² UIN Fatmawati Soekarono (FAS) Bengkulu

³ UIN Fatmawati Soekarono (FAS) Bengkulu

Dalam masyarakat modern yang sering kali mengalami tekanan psikologis dan emosional, peran mursyid sebagai konselor menjadi semakin relevan. Banyak individu yang menghadapi tantangan seperti stres, kecemasan, dan kebingungan mengenai tujuan hidup. Dalam konteks ini, mursyid berfungsi tidak hanya sebagai guru agama tetapi juga sebagai konselor yang membantu individu menemukan makna hidup dan kedamaian batin melalui pendekatan spiritual yang mendalam.

Seorang mursyid diharapkan memiliki kualifikasi tertentu, termasuk pemahaman mendalam tentang ajaran Islam, kemampuan untuk melakukan *tazkiyah an-nafs* (pembersihan jiwa), serta pengalaman dalam praktik spiritual. Dengan demikian, mereka dapat memberikan bimbingan yang efektif bagi murid-muridnya untuk mengatasi masalah psikologis dan emosional. Konseling sufistik, yang dipraktikkan oleh mursyid, mengintegrasikan ajaran tasawuf dengan metode konseling modern. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu individu mengenali dan memahami diri mereka, menerima keadaan mereka, serta menemukan alternatif pemecahan masalah melalui bimbingan spiritual.⁴

Salah satu tokoh sufi termasyhur dalam sejarah Islam adalah Abu Thalib al-Makki, yang memiliki nama lengkap Muhammad ibn ‘Ali ibn ‘Athiyah Abu Thalib al-Makki al-Haritsi al-Ajami. Pemikiran Abu Thalib al-Makki dalam psikologi sufistik, khususnya yang tertuang dalam *Qut al-Qulub*, sangat relevan dengan ilmu tasawuf yang menekankan pada aspek spiritual, intelektual, dan fisik dalam membentuk rohani seseorang. Ilmu tasawuf dipandang sebagai metodologi terapi bagi umat Islam untuk mengatasi masalah sosial dan penyakit rohani melalui penyucian jiwa (*tazkiyah al-nafs*), yang sejalan dengan firman Allah Swt. dalam Surah asy-Syams [91] ayat 9-10. Dengan demikian, tulisan ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam mengenai peran mursyid sebagai konselor dan konseling sufistik dalam perspektif Abu Thalib Al-Makki.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah library research (penelitian pustaka) karena sasaran penulis ini adalah literature-literature yang berkaitan dengan objek

⁴ Halimatus Sakdiah dkk, “Konseling Sufistik Sebagai Upaya Pengembangan Fitrah Manusia,” *Al-Hiwar: Jurnal Ilmu dan Tehnik* Vol 11, no. 1 (2023).

penelitian, yaitu beberapa buku dan artikel jurnal yang menjelaskan tentang tema yang diangkat dalam penelitian ini. Karena jenis penelitian ini adalah library research, maka teknik pengumpulan data penelitian ini adalah dengan metode dokumentasi literatur. Artinya data data yang dijadikan rujukan penelitian diperoleh dari sumber-sumber tertulis seperti buku, jurnal, kitab dan lain sebagainya.⁵ Pendekatan yang digunakan ialah pendekatan kualitatif yaitu penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen) yang mana penulis adalah sebagai kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara trigulasi atau gabungan, analisis data bersifat induktif/kualitatif dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi.⁶

C. HASIL & PEMBAHASAN

1. Definisi Mursyid

Mursyid adalah seorang pembimbing spiritual dalam tradisi tasawuf yang memiliki pengetahuan mendalam tentang ajaran Allah dan pengalaman spiritual yang signifikan. Istilah "mursyid" berasal dari bahasa Arab, yaitu "رشد" (rushd), yang berarti bimbingan atau petunjuk. Mursyid berfungsi untuk membimbing salik (para pencari spiritual) dalam perjalanan menuju kesadaran diri dan kedekatan dengan Tuhan. Mereka membantu salik memahami ajaran tasawuf, memperdalam pengalaman spiritual, dan mencapai maqamat (tingkatan spiritual) yang lebih tinggi.

Sebagai pembimbing, mursyid tidak hanya mengajarkan teori, tetapi juga memberikan praktik spiritual yang praktis, seperti ritual dzikir, muhasabah (introspeksi), dan pengajaran moral yang dapat mengarahkan salik kepada kehidupan yang lebih baik dan harmonis.⁷ Mursyid harus memiliki karakteristik tertentu, seperti kejujuran, kebijaksanaan, dan empati, yang menjadikannya dapat diandalkan sebagai pembimbing spiritual.⁸ Dalam konteks ini, mursyid juga

⁵ Fadjrul Hakam Chozin, *Cara Mudah Menulis Karya Ilmiah* (TK: Alpha, 1997).

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2011).

⁷ Al-Ghazali, *Ihya Ulum al-Din* (Kairo: Dar al-Hayat, 1990).

⁸ Rahmat Rahmadi, *Spiritual Counseling: A Sufi Perspective* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2022).

berfungsi sebagai penghubung antara salik dan Tuhan, membantu salik mengatasi tantangan spiritual dan hidup sehari-hari.⁹

Mursyid diharapkan memiliki pemahaman tentang syariat (hukum Islam) dan tasawuf, serta mampu menyesuaikan ajaran mereka dengan kebutuhan individu salik. Dengan demikian, peran mursyid menjadi sangat penting dalam proses pencarian spiritual dan perkembangan karakter individu dalam masyarakat.¹⁰

2. Konseling Sufistik

Konseling sufistik adalah suatu pendekatan konseling yang mengintegrasikan prinsip-prinsip tasawuf (sufisme) dengan praktik psikologis untuk membantu individu mencapai kesejahteraan mental dan spiritual. Pendekatan ini berfokus pada pembinaan hubungan yang lebih dalam dengan Tuhan, penemuan diri, dan pengembangan spiritual melalui poses refleksi dan interaksi antara konselor (mursyid) dan klien (salik).¹¹

Konseling sufistik tidak hanya melihat masalah dari perspektif psikologis, tetapi juga mempertimbangkan dimensi spiritual dan moral yang mendalam, di mana masalah yang dihadapi klien sering dipahami sebagai ujian atau perjalanan menuju kesadaran yang lebih tinggi.¹² Dalam konseling ini, mursyid berperan sebagai pemandu yang membimbing salik untuk melakukan introspeksi (muhasabah), dzikir, serta praktik-praktik spiritual lainnya yang dapat membantu mereka mengatasi tantangan hidup dan mengembangkan hubungan yang lebih erat dengan Allah.¹³

Proses konseling sufistik melibatkan komunikasi terbuka dan empatik antara mursyid dan salik, di mana mursyid mendengarkan dan memahami pengalaman serta perasaan klien dengan cara yang tidak menghakimi. Tujuan utamanya adalah membawa klien kepada pemahaman yang lebih dalam tentang diri

⁹ M. Quraish Shihab, *Muhasabah Diri: Wahyu untuk Menggugah Hati* (Jakarta: Lentera Hati, 2012).

¹⁰ Abu Hamid al-Ghazali, *The Alchemy of Happiness* (Kairo: Al-Basira, 2001).

¹¹ Rahmat Rahmadi, *Spiritual Counseling: A Sufi Perspective*.

¹² Abdurrahman Wahid, *Islam dan Kemanusiaan* (Jakarta: Wahid Institute, 2006).

¹³ M. Quraish Shihab, *Muhasabah Diri: Wahyu untuk Menggugah Hati*.

mereka dan menemukan kedamaian dalam kerendahan hati dan ketergantungan kepada Tuhan.¹⁴

Dengan demikian, konseling sufistik menjadi sebuah metode yang holistik, menggabungkan intelektual, emosional, dan spiritual untuk membantu individu menghadapi kesulitan hidup sekaligus memperdalam spiritualitas mereka.¹⁵

3. Peran Mursyid dalam Konseling Sufistik

Mursyid memiliki beberapa peran utama yang mencirikan fungsinya sebagai konselor :

a. Pemandu Spiritual

Mursyid memberikan arahan yang bermanfaat untuk mengatasi masalah kehidupan sehari-hari dengan perspektif spiritual. Arahan ini bukan hanya teoritis, tetapi juga mencakup pengalaman pribadi yang memperkaya proses pembelajaran salik.¹⁶ Melalui arahan dari Mursyid, para murid dapat memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dengan penuh kebijaksanaan dan kesabaran. Pengalaman pribadi yang dibagikan oleh Mursyid juga memberikan inspirasi dan motivasi bagi para murid untuk terus berusaha dan tidak menyerah dalam menghadapi setiap masalah yang datang. Dengan demikian, arahan yang diberikan oleh Mursyid tidak hanya memberikan solusi praktis, tetapi juga memperkuat keyakinan dan keteguhan hati dalam mengarungi kehidupan ini.

Sebagai contoh, ketika seorang murid menghadapi kesulitan dalam pekerjaannya, Mursyid bisa memberikan cerita tentang bagaimana ia sendiri pernah menghadapi masalah serupa dan berhasil mengatasinya dengan tekun dan sabar. Dengan mendengarkan pengalaman tersebut, murid dapat belajar untuk tetap tenang dan berusaha mencari solusi terbaik tanpa putus asa. Hal ini membantu.

Murid tidak hanya menyelesaikan masalahnya dengan lebih baik, tetapi juga menguatkan keyakinannya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya. Namun, jika Mursyid memberikan arahan yang tidak relevan atau tidak memperhitungkan

¹⁴ Al-Ghazali, *Ihya Ulum al-Din*

¹⁵ Abu Hamid al-Ghazali, *The Alchemy of Happiness*.

¹⁶ Al-Ghazali, *Ihya Ulum al-Din*.

kondisi dan situasi unik yang di hadapi oleh murid, maka hal tersebut justru dapat membuat murid merasa bingung dan putus asa. Sebagai contoh, jika Mursyid memberikan solusi yang hanya berdasarkan pengalaman pribadinya tanpa mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti kemampuan dan keadaan murid, maka solusi tersebut mungkin tidak akan efektif atau bahkan membuat masalah menjadi lebih kompleks. Namun, penting untuk diingat bahwa setiap individu memiliki pengalaman dan pengetahuan yang unik, sehingga arahan yang diberikan oleh Mursyid dapat memberikan sudut pandang baru yang bermanfaat bagi murid dalam menyelesaikan masalahnya.

Dengan demikian penting bagi seorang Mursyid untuk mendengarkan dengan seksama dan memahami situasi yang dihadapi oleh murid sebelum memberikan saran atau solusi. Dengan pendekatan yang lebih bijaksana dan terbuka, Mursyid dapat membantu murid untuk menemukan solusi yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuannya. Selain itu memberikan ruang bagi murid untuk berbagi pemikiran dan perasaannya juga dapat membantu memperkuat hubungan antara Mursyid dan murid, sehingga kolaborasi dalam menyelesaikan masalah dapat terjadi secara lebih efektif.

b. Fasilitator Transformasi

Mursyid membantu salik untuk mengalami perubahan batin yang berarti melalui praktik-praktik tertentu seperti muhasabah (introspeksi) dan dzikir (mengingat Allah). Ini berfungsi untuk membersihkan hati dan jiwa dari berbagai noda dan dosa.¹⁷ Seiring dengan berjalannya waktu, salik mulai merasakan kedamaian dan ketenangan yang mendalam dalam dirinya. Mursyid terus memberikan arahan dan petunjuk agar salik semakin teguh dalam menjalani perjalanan spiritualnya. Dengan bimbingan dari mursyid, salik semakin memahami makna sejati dari kehidupan dan menemukan jalan untuk mendekatkan diri kepada Allah.

Seorang salik yang tekun dalam praktik muhasabah dan dzikir akan merasa bebas dari beban dosa dan noda-noda hati. Dengan bimbingan dari seorang mursyid,

¹⁷ Abu Harmid al-Ghazali, *The Alchemy of Happiness*

salik dapat mencapai kedamaian dan ketenangan spiritual yang mendalam. Dengan semakin mendalami ajaran-ajaran spiritual yang diberikan oleh mursyid, salik merasa semakin terbimbing dan terarah dalam menjalani kehidupan. Setiap langkah yang diambilnya selalu didasari oleh keyakinan dan ketulusan hati yang membuatnya semakin dekat dengan kebenaran. Dengan kesungguhan dalam beribadah dan mengingat Allah, salik merasa semakin terbebas dari segala gangguan dan godaan yang dapat menghalangi keberhasilan dalam perjalanan spiritualnya. Kedekatan dengan mursyid memberikan ketenangan dan kebahagiaan yang tiada tara bagi salik, sehingga ia semakin mantap dan yakin dalam menghadapi setiap ujian kehidupan.

Namun, ada kasus di mana seorang salik mengikuti nasihat mursyid tanpa mempertimbangkan akal sehat atau nalar, akhirnya terjerumus ke dalam ekstremisme agama dan melakukan tindakan yang merugikan dirinya dan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua hubungan dengan mursyid akan membawa kebaikan, tergantung pada kesadaran dan pemahaman individu dalam menjalani ajaran spiritual. Penting bagi seorang salik untuk tetap menjaga keseimbangan antara mengikuti nasihat mursyid dan menggunakan akal sehat dalam setiap langkah perjalanan spiritualnya.

Kedalaman pemahaman dan kesadaran diri akan membantu salik untuk menghindari jatuh ke dalam perangkap ekstremisme agama. Dengan demikian, hubungan dengan mursyid dapat benar-benar memberikan manfaat yang mendalam bagi perkembangan spiritual seseorang. Meskipun tidak semua hubungan dengan mursyid akan membawa kebaikan, bukan berarti semua hubungan tersebut akan berakhir buruk. Sebagian besar hubungan dengan mursyid masih dapat memberikan manfaat spiritual bagi individu yang sadar dan memiliki pemahaman yang baik.

c. Pendengar Yang Empatik

Dalam konseling sufistik, kehadiran mursyid sebagai pendengar yang empatik sangat penting. Mursyid memberikan ruang bagi salik untuk mengekspresikan keraguan dan kesedihan mereka tanpa merasa dihakimi, sehingga menciptakan hubungan yang kuat dan penuh kepercayaan. Sebagai contoh, saat seorang salik merasa terjebak dalam kebingungan spiritual, mursyid dapat

mendengarkan dengan penuh perhatian dan memberikan pandangan yang mendalam untuk membantu salik menemukan jalan keluar. Dengan adanya hubungan yang empatik dan penuh kepercayaan ini, salik dapat merasa lebih nyaman dan terbuka untuk menjalani proses transformasi spiritual.

Namun, jika mursyid tidak memahami atau menghargai keraguan dan kesedihan salik, hubungan tersebut dapat menjadi dangkal dan salik mungkin merasa terisolasi dalam pencarian spiritualnya. Sebagai contoh, jika mursyid menyalahkan salik atas kebingungannya dan tidak memberikan dukungan yang diperlukan, salik mungkin merasa putus asa dan kesulitan untuk melanjutkan perjalanan spiritualnya. Contoh yang terkait adalah ketika seorang mursyid tidak sensitive terhadap perasaan salik dan malah menyalahkan mereka atas kebingungan yang dirasakan. Hal ini dapat membuat salik merasa terpinggirkan dan kesulitan untuk percaya pada proses transformasi spiritual yang sedang dijalani.

Sikap mursyid yang tidak empati dan kurang mendukung dapat membuat salik merasa terpinggirkan dan kesulitan untuk mempercayai proses transformasi spiritual yang sedang dijalani. Ketika salik merasa tidak didukung dan malah disalahkan atas kebingungannya, hal itu dapat membuatnya merasa putus asa dan terisolasi dalam pencarian spiritualnya. Oleh karena itu, penting bagi mursyid untuk mengerti dan mendukung salik dalam perjalanan spiritual mereka agar tidak terjadi kesulitan dan isolasi dalam proses tersebut.

d. Penghubung dengan Ilahi

Mursyid berfungsi sebagai jembatan antara salik dan Tuhan. Dia membantu salik memahami konsep-konsep ketuhanan dan memperdalam hubungan spiritual mereka dengan Allah.¹⁸ Sebagai contoh, seorang mursyid dapat memberikan pengajaran tentang praktik ibadah yang benar dan membimbing salik dalam meditasi untuk mencapai kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Mursyid juga dapat memberikan nasihat dan arahan moral kepada salik agar mereka dapat menghadapi tantangan hidup dengan penuh keberanian dan kebijaksanaan. Dengan bimbingan mursyid, salik dapat memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang ajaran

¹⁸ Rahmat Rahmadi, *Spiritual Counseling: A Sufi Perspective*

agama dan bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, melalui meditasi dan doa yang dipimpin oleh mursyid, salik dapat merasakan kedekatan yang lebih kuat dengan Tuhan dan memperkuat iman mereka. Dengan adanya hubungan yang erat antara mursyid dan salik, diharapkan salik dapat menghadapi segala rintangan dan cobaan dalam hidup dengan sikap yang teguh dan penuh kesabaran.

4. Biografi Abu Thalib Al Makki

Abu Thalib al-Makki merupakan sufi termasyhur yang memiliki nama lengkap Muhammad ibn 'Ali ibn 'Athiyah Abu Thalib al-Makki al-Haritsi al-Ajami.¹⁹ Tentang tahun kelahirannya tidak diketahui secara pasti, karena minimnya sumber informasi mengenai biografi kehidupannya dan tidak ditemukan tanggal kelahirannya dalam sumber manapun.²⁰ Menurut sumber-sumber yang beredar, Abu Thalib al-Makki dilahirkan di daerah Jabal.²¹ Jabal merupakan suatu daerah yang terletak di antara Wasith dan Baghdad.

Dalam suatu sumber disebutkan, penisbatan al-Makki menunjukkan sufi yang berasal dari Makkah atau mungkin karena lama tinggal di Makkah. Dia juga disebut al-Haritsi yang menunjukkan nasabnya, yakni keturunan suku al-Harits yang merupakan salah satu kabilah di tanah Arab. Tetapi menurut Ibn Khalikan penisbatan al-Haritsi mengacu pada al-Harits dan al-Haritsa, dan dia berkata karena kebingungan ini dia tidak secara tepat mengatakan dari suku mana al-Makki berasal. Penisbatan al-'Ajami mungkin menunjukkan bahwa dia berasal dari Persia atau luar Arab.

Minimnya sumber informasi mengenai al-Makki membuatnya luput dari pemantauan para sejarawan dan pantauan masyarakat umum, seolah dia terselip dalam kesunyian di tengah prestasi emas yang ditorehkannya. Seperti yang dikatakan oleh Abdul Kadir Riyadi:

¹⁹ Syamsuddin Muhammad al-Dzahabi, *Siyâr A'lâm al-Nubalâ'*, juz 16, (Beirut: Muasisah al-Risalah, 1983).

²⁰ Tim Penulis UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, *Ensiklopedia Tasawuf*, jilid 1, (Bandung: Angkasa, 2008).

²¹ Al-Hafidz Ibn Katsir, *al-Bidâyah wa al-Nihâyah*, juz 11, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2001).

“Abu Thalib al-Makki tidak dikenal juga tidak dianggap sebagai bagian penting dalam sejarah genealogi keilmuan Islam oleh para sejarawan pada masanya. Bahkan informasi-informasi tentang dirinya didapat dari sebagian sejarawan yang hidup ratusan tahun setelahnya.”²²

Dalam literatur-literatur tasawuf disebutkan bahwa Abu Thalib al-Makki dikenal sebagai tokoh sufi yang tekun dan rajin dalam mengkaji ilmu-ilmu keagamaan, sehingga dia cukup menguasai ilmu-ilmu agama tersebut. Ilmu-ilmu agama yang dia kuasai, mencakup ilmu hadis dan ilmu tasawuf. Pendidikannya dimulai di Makkah ketika keluarganya hijrah dari tanah kelahirannya. Dia memperoleh pendidikan secara sistematis di Makkah di bawah bimbingan Abu Sa'id Ibn al-'Arabi yang merupakan salah satu murid al-Junaid yang terkemuka. Abu Sa'id Ibn al-'Arabi merupakan seorang guru Sufi dan ahli Hadis yang dilahirkan di Basrah. Dia pernah tinggal di Baghdad dan sering mengunjungi lingkaran sufi di Baghdad di bawah pengawasan al-Junaid. Kemudian dia berhijrah serta menetap di Makkah dan menjadi syekh yang dihormati di Makkah dan Madinah. Abu Sa'id Ibn al-'Arabi dikatakan telah banyak menulis risalah tentang berbagai topik, termasuk mistisisme dan sejarah. Dengan demikian, al-Makki sudah akrab dengan gagasan tasawuf al-Junaid yang dibawa gurunya ini.

Pada masa yang sama, al-Makki juga telah mempelajari ilmu Hadis terutama Hadis dari Saḥīḥ Bukhārī. Menurut Ibn Hajar, al-Makki mempelajari Saḥīḥ Bukhārī di bawah bimbingan seseorang yang bernama Abu Zaid al-Marwazi, yakni seorang ulama Syafi'iyah yang mengajar di Baghdad dan Makkah. Al-Makki juga sempat belajar di sebuah perkampungan yang bernama Qut, di bawah bimbingan Muhammad ibn Yahya ibn Sulaiman Abu Bakr al-Mawarzi, yakni seorang ulama Hanabilah.²³

Al-Makki juga memperoleh izin untuk meriwayatkan hadis Abdullah ibn Ja'far ibn Faris, yakni muhaddits dari Isfahan. Al-Makki juga turut meriwayatkan hadis atas otoritas Abu Bakr al-Mufid al-Jarjarayi yang kala itu terkenal sebagai

²² Abdul Kadir Riyadi, *Arkeologi Tasawuf: Melacak Jejak Pemikiran Tasawuf dari al-Muhasibi hingga Tasawuf Nusantara*, (Bandung: Mizan, 2016).

²³ Sharifah Basirah, “*Kaedah Psikoterapi Berasaskan Konsep Maqamat: Kajian Terhadap Kitab Qut al-Qulub Abu Thalib al-Makki*” (Universiti Malaya, 2012).

muhaddits. Selain kedua orang di atas, al-Makki juga turut mendapatkan pendidikan ilmu Hadis dari ‘Ali ibn Ahmad al-Masasi. Oleh karena itu, sebelum dia meninggalkan Mekkah untuk melanjutkan pendidikannya, al-Makki telah menerima landasan dalam beberapa ilmu agama. Dalam rangka belajar dan memperdalam ilmu-ilmu keagamaan, al-Makki mengunjungi daerah-daerah penting di Timur Tengah, Basrah dan Bagdad.

Abu Thalib al-Makki wafat pada Jumadil Akhir pada tahun 386 H/996 M. Jenazah dimakamkan di pemakaman Maliki di Baghdad. Ada yang berpendapat makamnya terlihat di Masjid Jami’ al-Rusafa. Namun, digambarkan oleh Ibn Khalikan, makam al-Makki sebagai tempat yang terkenal dan banyak dikunjungi.

5. Karya-karya Abu Thalib al-Makki

Terdapat beberapa karya yang dihasilkan oleh Abu Thalib al-Makki dalam sepanjang kehidupannya. Selama ini diketahui al-Makki menghasilkan lima karya, sebagai berikut:

- a. *Qût al-Qulûb fi Mu’âmalât al-Mahbûb*, merupakan karya al-Makki yang paling dikenal oleh para pemikir Islam. Karya ini menjelaskan secara rinci tentang moral dan etika dalam Islam, serta menjadi panduan yang luas tentang kewajiban agama dan berbagai bentuk tindakan saleh di dunia, karena penekanannya mencakup aspek eksternal dan internal dalam agama.
- b. *‘Ilm al-Qulûb*, merupakan karya al-Makki yang membahas aspek spiritual keyakinan, yakni hikmah, ilmu dan makrifat. Karya ini menekankan betapa pentingnya memiliki niat yang benar serta memberikan contoh-contoh terperinci tentang hal ini, seperti yang dapat dilihat dalam kitab *Qût al-Qulûb*. Ilmu mencakup aspek internal dan eksternal agama dan juga membahas beberapa konsep esensial dari al-Quran, seperti tauhid dan pemurnian iman (ikhlas).
- c. *Kitâb Manâsik al-Hajj*, merupakan karya al-Makki yang membahas secara terperinci tentang prinsip-prinsip haji dan tempat-tempat ritualnya. Tetapi disebutkan singkat oleh Shukri, Amin, Gramlich dan al-Radwani bahwa karya ini telah hilang. Menurut Ohlander karya ini mungkin dijadikan salah satu sumber oleh Abu Hafs Umar al-Suhrawardi dalam karyanya *Awârif al-Ma’ârif*.

- d. *Tafsîr al-Qur'an*, nampaknya kitab tersebut hilang tetapi dikatakan oleh Syihabuddin al-Khafaji bahwa al-Makki meninggalkan tulisan dalam bidang agama, terutama dalam bidang tafsir.
- e. *Al-Bayân al-Syâfi*, merupakan karya al-Makki yang dianggap telah hilang, yang sebelumnya dikonfirmasi oleh Brockelman menurut kajian atau komentar dari al-Rundi.²⁴

6. Perspektif Abu Thalib Al-Makki dalam Psikologi Sufistik

Dalam ilmu tasawuf menekankan pada tiga aspek yang saling berhubungan satu dengan yang lain yaitu aspek spiritual, intelektual dan fisik dalam membentuk rohani (spiritual) seseorang. Ilmu tasawuf bisa membentuk psikologi dan kepribadian muslim melalui pembersihan jiwa (*tazkiyah al-nafs*) yang berhubungan erat menuju ma'rifat Allah Swt dan pemurnian akhlak. Ilmu tasawuf merupakan metodologi terapi yang disarankan bagi umat Islam dalam mengatasi masalah sosial dan penyakit rohani melalui penyucian, pembersihan dan penyuburan diri. Allah Swt. Berfirman dalam Surah asy-Syams [91] ayat 9-10:

Artinya: “*Sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu). Dan sungguh rugi orang yang mengotorinya*”.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa orang yang mau menyucikan dirinya akan mendapatkan keberuntungan dan bagi yang mengotorinya akan merugi. Proses *tazkiyah al-nafs* ini dapat dilihat dalam konsep *takhalli* dan *tahalli*. *Takhalli* ialah dengan mengosongkan diri dari segala perbuatan buruk dan keji. Kemudian perlu diikuti dengan *tahalli* yaitu suatu proses pengisian psikologi dari pengosongan jiwa dengan ibadah, amal soleh, zikir dan melakukan segala perintah-Nya. Kedua konsep yang dibawa oleh tasawuf ini mempunyai unsur-unsur spiritual dalam pembentukan jiwa seseorang dan juga berperan sebagai media yang sangat potensial dalam upaya pengobatan penyakit kejiwaan dan penyakit hati.

Dalam proses penyucian jiwa dan dalam proses memperoleh *tahalli*, seseorang tersebut harus melalui latihan-latihan kerohanian (*riyadah al-nafs*) yang dikenal sebagai *maqamat* sebagai cara untuk merealisasikan tujuan tersebut dan

²⁴ Nahayatul Hidayah, “*Ajaran Tasawuf Dalam Kitab Qut Al-Qulub Karya Abu Thalib Al-Makki*”, (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah. 2023).

dapat memberi kesan pada pembentukan spiritual umat Islam. Seseorang yang menjalani maqamat akan merasa dekat dengan Allah dan jiwanya tenang. Abu Thalib al-Makki mengatakan dalam buku *Rahasia Ikhlas* (terjemahan dari kitabnya *Ilm. Al-Qulub*) iman akan sempurna apabila sudah ada keikhlasan. Ikhlas adalah inti amal penentu diterima-tidaknya suatu amal di sisi Sang Maha Mengetahui. Amal tanpa ikhlas bagaikan kelapa tanpa isi, raga tanpa nyawa, pohon tanpa buah, awan tanpa hujan, anak tanpa garis keturunan, dan benih yang tidak tumbuh. Oleh karena itu ikhlas diwajibkan dalam agama.

Abu Thalib al-Makki membagi amalan itu kepada amalan wajib (*fardu*) dan amalan sunah. Abu Thalib al-Makki lebih memfokuskan pembahasan didalam kitabnya dikarenakan amalan *fardu* merupakan kewajiban setiap mukallat. Diantara amalan-amalan sunah yang dibahas Abu Thalib al-Makki adalah mengenai shalat-shalat sunah, zikir-zikir, doa-doa dan lain sebagainya. Pemikiran Abu Thalib al-Makki dalam perjalanan spiritual dalam *Qut al-Qulub* telah di bagi kepada sembilan tingkatan maqam. Tingkatan maqam tersebut dimulai dengan maqam taubat, kemudian maqam sabar, maqam syukur, maqam raja', maqam khauf, maqam zuhud, maqam tawakkal, maqam rida dan puncak tertinggi adalah maqam mahabbah.²⁵

Maqamat adalah bentuk jamak dari kata maqam, yang secara bahasa berarti pangkat atau derajat. Menurut istilah ilmu tasawuf, maqamat adalah kedudukan seorang hamba di hadapan Allah, yang diperoleh dengan melalui peribadatan, mujahadat dan lain-lain, latihan spritual serta berhubungan yang tidak putus-putusnya dengan Allah swt. Atau secara teknis maqamat juga berarti aktivitas dan usaha maksimal seorang sufi untuk meningkatkan kualitas spiritual dan kedudukannya (maqam) di hadapan Allah swt.

Menurut Abu Thalib al-Makki dalam *Qut al-Qulub*, psikoterapi Islam berdasarkan maqamat dibagi menjadi empat tingkatan atau proses yaitu sebagai berikut:

²⁵ Muzakkir, *Tasawuf Dan Kesehatan Psikoterapi dan Obat Penyakit Hati*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018).

a. Penerimaan dan penyerahan diri kepada Allah Swt.

Dalam proses ini ada tiga maqam yang dilalui yaitu taubat, sabar dan syukur. Langkah ini merupakan awal dari proses mengobati penyakit rohani. Abu Thalib al-Makki menyeru agar kembali kepada Allah Swt, serta meninggalkan tipu daya syahwat dan hawa nafsu supaya manusia itu memperoleh keuntungan dan selamat dari azab api neraka, di mana keadaan ini juga diartikan sebagai taubat. Tipu daya dan hawa nafsu tersebut akan melahirkan penyakit hati atau rohani. Dalam kehidupan era moderen ini, manusia lebih mengejar atau mementingkan tuntutan materi dibandingkan spiritual (kerohanian) dan mengarahkan gaya kehidupan manusia ke arah mementingkan kebendaan dan mengutamakan kesenangan dalam kehidupan. Akibat tuntutan materi yang tinggi inilah menjadikan manusia kurang mengisi spiritualnya. Akibatnya adalah kegelisahan, tidak tenang, kemurungan, tekanan hidup, tidak kurang juga berlakunya kezaliman, kesedihan, keruntuhan akhlak dan sebagainya. Sehubungan dengan itu, seseorang individu yang berdosa akibat dari peyakit rohani ini, perlu mengikuti dua langkah taubat yang telah digariskan oleh Abu Thalib al- Makki. *Pada langkah pertama* yaitu semasa dalam proses taubat, seseorang itu harus berikrar dan membuat pengakuan terhadap dosa yang telah dilakukan, berjanji supaya tidak melakukan dosa dan menuruti hawa nafsu, membersihkan makanan dari segala yang haram, senantiasa bersedih di atas segala dosa yang telah dilakukan dan istiqamah dalam melaksanakan perintah-Nya serta menjauhi larangan-Nya. *Pada langkah kedua*, setelah taubat seseorang itu harus berusaha dalam memperbaiki perilaku buruk yang telah dilakukan, dan menggantinya dengan kebaikan, senantiasa menyesali segala dosanya, dan berjanji agar tidak mengulangi dosa tersebut. *Langkah berikutnya* adalah syukur selepas sabar. Elemen ini perlu diterapkan kepada seseorang untuk memperlihatkan atau menzahirkan nikmat atau rasa terima kasih kepada Pemberi nikmat melalui lisan dan hati.

b. Proses latihan dan didikan kejiwaan.

Pada proses ini melibatkan tiga maqam yaitu raja', khauf dan zuhud. Psikoterapi zuhud dapat berfungsi sebagai metode takhalli (pengosongan), tajalli (anugerah dan pengisian) dan tahalli (penghiasan). Rawatan atas gangguan

kejiwaan dengan menggunakan langkah tajalli berarti mengamalkan aturan-aturan Ilahi dan menghindarkan diri kepada kehendak-kehendak-Nya karena mengharapkan keridhaan Allah Swt. Dengan demikian, metode tahalli merupakan langkah yang efektif bagi perawatan gangguan mental, keadaan darurat dan ketidaksehatan mental.

c. Proses pemantapan jiwa.

Pada proses ini dengan dua unsur maqam yaitu tawakkal dan juga rida.²⁶ seseorang yang inginkan kesejahteraan jiwa dari dikotori dengan penyakit-penyakit rohani perlulah berusaha keras dan bertekad tidak mengulangi perbuatan negatif di samping menguatkan hati agar sentiasa bertawakkal kepada Allah Swt. Selain itu, seseorang itu juga perlu dilatih supaya sentiasa rida dengan segala ketentuan Allah Swt. dan tidak menyalahkan takdir karena kekhilafan dan kelalaian dalam suatu urusan. Namun, dia seharusnya sadar dan belajar akan khilafan tersebut, menyesali perbuatan tersebut dan bertekad tidak akan mengulanginya lagi. Justru, ia akan melatih dirinya senantiasa bertaubat dan beristighfar serta mengakui segala kekhilafan dengan taubat nasuha. Situasi ini akan mewujudkan suasana aman, tenang, harmoni dalam jiwanya sebagai seorang insan yang pada asalnya dilahirkan dalam keadaan suci bersih karena pembangunan diri seseorang insan adalah kepada mereka yang berfikiran positif dan sentiasa berusaha ke arah kebaikan dan keberhasilan demi karena Allah Swt dalam usaha mencapai mardatillah.

d. Proses pengejalan dan meningkatkan pemulihan.

Proses ini dapat diraih dari keinginan yang tinggi dan disertai komitmen terus-menerus dari dalam diri. Karena itu, mahabbah dilihat mampu merealisasikan proses pengejalan dan peningkatan tersebut. Dalam usaha ini, seseorang harus menanamkan rasa sayang, cinta dan rindu kepada Allah Swt. Apabila rasa cinta dan sayang ini meresap ke dalam jiwa seseorang, maka akan terbit rasa tenang serta kemanisan dalam mendekati diri kepada Allah Swt. Dengan demikian, tahalli

²⁶ Ahmad Fadliyansyah, Maemonah dan Moh Mufid, "Implementasi Model Psikoterapi Al-Makki Sebagai Intervensi Konseling Dalam Mereduksi *Academica Anxiety* Pada Mahasiswa", *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*. Vol 17. No 2 (2020). DOI: 10.14421/hisbah.2020.172-04.

mahabbah berfungsi mengobati jiwa seorang pasien dan secara perlahan mendapatkan ketenangan dan kesehatan mental.

D. KESIMPULAN

Mursyid sebagai konselor dalam konseling sufistik memiliki peran krusial dalam membantu salik mencapai kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Dengan pendekatan yang holistik, mursyid tidak hanya membantu salik memahami dirinya tetapi juga menjalin kedekatan dengan Tuhan. Hubungan yang terjalin antara mursyid dan salik menjadi inti dari perjalanan transformasi spiritual yang sesungguhnya. Mursyid juga berperan sebagai pembimbing dan pengarah dalam menjalani praktik-praktik spiritual yang dapat membawa salik semakin dekat dengan Tuhan. Melalui bimbingan dan nasihat dari mursyid, salik dapat terus mengembangkan diri dan menemukan makna sejati dari kehidupan.

Salah satu tokoh sufi termasyhur dalam sejarah Islam adalah Abu Thalib al-Makki, yang memiliki nama lengkap Muhammad ibn ‘Ali ibn ‘Athiyah Abu Thalib al-Makki al-Haritsi al-Ajami. Karya beliau yang terkenal yaitu kitab tasawuf yang berjudul *Qut al-Qulub*, dan beliau wafat pada tahun 386H/996M di Bagdad. Pemikiran Abu Thalib al-Makki dalam perjalanan spiritual dalam *Qut al-Qulub* telah di bagi kepada sembilan tingkatan maqam. Tingkatan maqam tersebut dimulai dengan maqam taubat, kemudian maqam sabar, maqam syukur, maqam raja', maqam khauf, maqam zuhud, maqam tawakkal, maqam rida dan puncak tertinggi adalah maqam mahabbah. Menurut Abu Thalib al-Makki dalam *Qut al-Qulub*, psikoterapi Islam berdasarkan maqamat dibagi menjadi empat tingkatan atau proses yaitu *pertama*, penerimaan dan penyerahan diri kepada Allah Swt, *kedua* proses latihan dan didikan kejiwaan, *ketiga* proses pemantapan jiwa dan *keempat*, proses pengejalan dan meningkatkan pemulihan.

DAFTAR PUSTAKA

- al-Dzahabi, Syamsuddin Muhammad. *Siyâr A'lâm al-Nubalâ'*, juz 16, (Beirut: Muasisah al-Risalah, 1983).
- Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Alchemy of Happiness*. Kairo: Al-Basira, 2001.
- Al-Ghazali. *Ihya Ulum al-Din*. Kairo: Dar al-Hayat, 1990.

- Basirah, Sharifah. *“Kaedah Psikoterapi Berasaskan Konsep Maqamat: Kajian Terhadap Kitab Qut al-Qulub Abu Thalib al-Makki”* (Universiti Malaya, 2012).
- Fadliyansyah, Ahmad, Maemonah dan Moh Mufid. “Implementasi Model Psikoterapi Al-Makki Sebagai Intervensi Konseling Dalam Mereduksi *Academica Anxiety* Pada Mahasiswa”, *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*. Vol 17. No 2 (2020). DOI: 10.14421/hisbah.2020.172-04.
- Hakam Chozin, Fadjrul. *Cara Mudah Menulis Karya Ilmiah*. TK: Alpha, 1997.
- Hidayah, Nahayatul. *“Ajaran Tasawuf Dalam Kitab Qut Al-Qulub Karya Abu Thalib Al-Makki”*, (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah. 2023).
- Katsir, Al-Hafidz Ibn. *al-Bidâyah wa al-Nihâyah*, juz 11, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2001).
- Muzakkir. *Tasawuf Dan Kesehatan Psikoterapi dan Obat Penyakit Hati*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018).
- Rahmadi, Rahmat. *Spiritual Counseling: A Sufi Perspective*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar., 2022.
- Riyadi, Abdul Kadir. *Arkeologi Tasawuf: Melacak Jejak Pemikiran Tasawuf dari al-Muhasibi hingga Tasawuf Nusantara*, (Bandung: Mizan, 2016).
- Sakdiah, Halimatus. Ilham, Wildan, Muhammad, Rifat, Muhammad. “Konseling Sufistik Sebagai Upaya Pengembangan Fitrah Manusia,” *Al-Hiwar: Jurnal Ilmu dan Tehnik*, Vol. 11 No. 1 (2023).
- Shihab, M. Quraish. *Muhasabah Diri: Wahyu untuk Menggugah Hati*. Jakarta: Lentera Hati, 2012.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabet, 2011.
- Tim Penulis UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, *Ensiklopedia Tasawuf*, jilid 1, (Bandung: Angkasa, 2008).
- Wahid, Abdurrahman. *Islam dan Kemansiaan*. Jakarta: Wahid Institute, 2006.