

## Perubahan Keberagamaan Klien Pasca Terapi Psikospiritual Islam

**Endah Wahidah**

UIN Sunan Gunung Djati Bandung  
endahwahidahuin@gmail.com

**Rifki Rosyad**

UIN Sunan Gunung Djati Bandung  
rifkirosyad@uinsgd.ac.id

**Ilim Abdul Halim**

UIN Sunan Gunung Djati Bandung  
ilimhalim@gmail.com

### Suggested Citation:

Wahidah, Endah; Rosyad, Rifki; Halim, Ilim Abdul. (2021). Perubahan Keberagamaan Klien Pasca Terapi Psikospiritual Islam. *Jurnal Iman dan Spiritualitas*, Volume 1, Nomor 3: pp. 253-262. <http://dx.doi.org/10.15575/jis.v1i3.13120>

### Article's History:

Received June 2021; Revised July 2021; Accepted July 2021.  
2021. journal.uinsgd.ac.id ©. All rights reserved.

### Abstract:

The purpose of this study is to identify and analyze: (1) the description of the client's religious condition before Islamic Psychospiritual therapy, (2) the process of Islamic Psychospiritual therapy conducted at the Living Meaning Center Foundation Bandung; (3) The client's religiosity after Islamic Psychospiritual therapy; (4) Changes in the client's religiosity after Islamic Psychospiritual therapy. This study uses a qualitative method with a descriptive-analytic approach, the primary source in this study is to clients after Islamic Psychospiritual therapy at the Yayasan Living Meaning Center Bandung. The results of this study indicate that: (1) The client's religious description before Islamic Psychospiritual therapy exists. (2) The process of Islamic psychospiritual therapy at the Bandung Living Meaning Center foundation is carried out with an early-stage counseling procedure. (3) There is a change in the client's religiosity after Islamic psycho-ritual therapy—religious changes in clients after Islamic Psychospiritual therapy at the Living Meaning Center Foundation in Bandung. In the appreciation dimension, most clients become calmer and live more meaningfully. In the consequence dimension, the client becomes more grateful in living his life so that life is more concerned with fellow human beings as humans must become *khalifah fil ardhi*.

**Keywords:** *Change, Religiosity, Islamic Psychospiritual Therapy*

### Abstrak:

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis: (1) Gambaran kondisi keberagamaan klien sebelum terapi Psikospiritual Islam, (2) Proses terapi Psikospiritual Islam yang dilakukan di Yayasan Living Meaning Center Bandung; (3) Keberagamaan klien pasca terapi Psikospiritual Islam; (4) Perubahan keberagamaan klien pasca terapi Psikospiritual Islam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitik, sumber primer dalam penelitian

ini adalah kepada para klien pasca terapi Psikospiritual Islam di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Gambaran keberagamaan klien sebelum terapi Psikospiritual Islam ada. (2) Proses terapi psikospiritual Islam di yayasan Living Meaning Center Bandung dilakukan dengan procedure konseling tahap awal. (3) Terjadi Perubahan keberagamaan klien pasca terapi Psikospiritual Islam. Perubahan keberagamaan pada klien pasca terapi Psikospiritual Islam di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Pada dimensi penghayatan kebanyakan klien menjadi lebih tenang dan hidup lebih bermakna. Pada dimensi konsekuensi klien menjadi lebih bersyukur dalam menjalani kehidupannya sehingga hidup lebih peduli terhadap sesama manusia sebagaimana tugas manusia untuk menjadi *khalifah fil ardhi*.

**Kata Kunci:** Perubahan, Keberagamaan, Terapi Psikospiritual Islam.

## PENDAHULUAN

Manusia membutuhkan agama sebagai pedoman hidupnya karena sebagai mana dikatakan oleh Carl Gustav Jung bahwa manusia adalah makhluk religious (Jung, 2017). Salah satu sebab agama dipercaya oleh para pengikutnya adalah karena agama dapat menjadikan hidup seseorang tenang dan bermakna (M. T. Rahman & Setia, 2021). Ritual keagamaan yang ada di setiap agama apabila dilaksanakan oleh para penganutnya dengan penuh keyakinan dan penghayatan kepada Tuhannya biasa berpengaruh terhadap kondisi psikis orang tersebut (Rakhmat, 2013). Sebagaimana hasil risetnya oleh Herbert Benson yang merupakan ketua bidang Psikologi di Universitas Harvard, beliau meneliti kepada para rahib-rahib yang ada di Tibet ketika sedang melakukan meditasi dengan cara menggunakan alat *Electro Encephalograph* (EEG) (Benson & Klipper, 1975), dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketika para rahib tersebut melakukan meditasi maka gelombang otaknya berada dalam gelombang alfa yang menunjukkan kondisi seseorang tersebut dalam keadaan rileks dan tenang (Sukmono, 2011).

Menurut Zakiah Daradjat manusia tidak akan merasa tenang dan bahagia jika tidak memiliki agama, tanpa agama ia akan mengalami kegersangan hidup dan kekosongan dalam jiwa (Daradjat, 1970). Jiwa yang kosong tanpa keimanan akan menjadi pemicu terjadinya masalah dalam kehidupannya sehingga menyebabkan terjadinya kegelisahan, khawatir, sedih, was-was, takut, tidak tenang, dan sebagainya (Maryati, 2020). Permasalahan hidup yang dialami seseorang dalam hidupnya, telah digambarkan pula dalam firman Allah SWT Surat Al-baqarah: 155 yang artinya: "*Sesungguhnya akan kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berilah berita gembira bagi orang-orang yang bersabar.*"

Dalam ayat tersebut Allah SWT berfirman bahwa akan memberi cobaan pada makhluknya dengan masalah kehidupan seperti menjadikannya ia merasa takut, khawatir, was-was, yang dapat mengguncang jiwanya. Maka jika seseorang menjadi lemah karena beratnya permasalahan hidup yang dijalani seseorang tersebut perlu diterapi untuk memulihkan kembali jiwanya.

Agama jika dimaknai dapat menjadi kesembuhan bagi manusia, sebagaimana menurut Zakiah Daradjat, peran agama yakni adanya keimanan dan ketaqwaan kepada Allah sangat penting untuk memulihkan ruhani manusia menjadi sehat, karena agama merupakan salah satu kebutuhan ruhani agar menjadi tentram dan bahagia (Sholeh & Musbikin, 2005). Hasil penelitian dari Mathew dan Larson pada tahun 1995, mereka mengumpulkan 212 penelitian yang hasilnya menunjukkan bahwa agama 75 persen berpengaruh pada kesehatan, 17 persen menunjukkan efek campuran atau tanpa berefek, dan 7 persen menunjukkan efek negatif (Mathew & Larson, 2019). Kemudian riset Koenig (2012), menemukan bahwa orang dengan memiliki keagamaan yang kuat akan memiliki tekanan darah yang rendah, sedikit mengalami stroke, menjadikan tingkat kematian yang rendah karena serangan jantung, dan secara umum memiliki daya tahan hidup yang lebih lama dengan tingkat frekuensi layanan medis yang lebih jarang daripada dengan orang-orang yang kurang agamanya. Kemudian hasil riset temuan terbarunya pula dari para peneliti sosial melalui alat Teknologi *Magnetic Resonance Imaging* (MRI) menunjukkan bahwa orang yang taat beragama memiliki lapisan yang lebih tebal dibandingkan orang yang tidak taat beragama

(Vlaardingerbroek & Boer, 2013). MRI adalah suatu metode diagnostik yang menggunakan medan magnet dan energi gelombang radio untuk memindai gambar organ dan struktur dalam tubuh manusia. Harold G. Koneig yang merupakan Direktur *Center for Spirituality, Theology, and Health* di Duke University menyatakan dalam karyanya *The Healing Power of Faith and Mental Health* bahwa agama memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, salah satunya yaitu mampu menurunkan stres dengan melalui doa, karena dengan berdoa seseorang akan merasakan pikiran yang lebih tenang. Begitupun hasil penelitiannya Muhamad Sholeh menyatakan bahwa orang yang selalu melakukan shalat Tahajud (Salah satu ritual sunah yang ada dalam agama Islam) dengan ikhlas berpengaruh terhadap respon tubuh ketahanan imunologik dan dapat menurunkan sekresi hormon kortisol (Hormon yang menstimulus seseorang merasa bersedih atau cemas) di dalam tubuh seseorang (Sholeh & Musbikin, 2005).

Termasuk di dalam agama Islam, ajaran keagamaan dapat dijadikan oleh para penganutnya sebagai pedoman hidup dalam setiap permasalahan yang terjadi. Terapi Psikospiritual Islam atau singkatan terapi berbasis psikologi dan spiritual Islam dalam artian keilmuan tasawuf, terapi Psikospiritual Islam ini diartikan sebagai upaya untuk membantu penyembuhan kepada klien melalui aspek emosi dan spiritual seseorang dengan cara islami atau sesuai dengan ajaran Islam (Wulur, 2015). Jadi terapi ini merupakan konsep penyembuhan berbasis spiritual keagamaan yang dilakukan untuk membantu orang-orang yang mengalami gangguan kejiwaan atau permasalahan hidup.

Psikospiritual Islam ini adalah suatu penyembuhan yang dilandasi dari keilmuan tasawuf atau ajaran Islam yang sesuai dengan syariat Islam yaitu dalam Al-Quran dan Hadis. Psikospiritual Islam ini merupakan keilmuan dari Psikoterapi Islam, yang mana menurut Hamdani bakran Adz-Dzaky Psikoterapi Islam merupakan proses penyembuhan baik mental, spiritual, moral, maupun fisik berdasarkan prinsip bimbingan Al-quran dan As-sunnah nabi SAW (Bakran Adz-Dzaky, 2002). Pada hakikatnya Allahlah yang Maha menyembuhkan dan memberi kesehatan kepada makhluknya. Dalam agama Islam manusia diperhatikan secara keseluruhan, yang mana manusia memiliki kesatuan jasmani dan rohani sehingga agama sebagai pencarian hakikat yang terdalam mengenai fitrah, takdir, hidayah, taufik, ruh, kehadiran Tuhan, dan realitas non-empiris atau ruhani. Peran agama dapat dilakukan dalam penyembuhan rohani dan dapat dijadikan landasan untuk membina kesehatan ruhani serta membentuk dan mengembangkan kepribadian seseorang melalui kegiatan beribadah seperti berdzikir, do'a, tafakur, mahabah dan sebagainya (Sholikhah, 2009).

Sebagaimana yang ada di Yayasan Living Meaning Center Bandung, berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada pendiri yayasan Living Meaning Center sekaligus sebagai konselor terapis di yayasan tersebut yaitu ibu Yulianti, peneliti menemukan bahwa terdapat terapi di yayasan tersebut diaplikasikan berprinsip pada spiritual keagamaan yaitu berbasis Psikospiritual Islam. Ketika ada beberapa klien yang datang ke Yayasan Living Meaning Center Bandung untuk melakukan konseling terapi dari permasalahan hidup yang sedang dirasakannya atau mengalami problem kejiwaan/psikis, dalam konsep terapi atau penanganan permasalahan yang dilakukan di lembaga tersebut dilakukan dengan berbasis Psikospiritual yang mana prinsipnya adalah bahwa manusia itu fitrah dan makhluk spiritual yang memiliki potensi. Terapis selalu memandang positif bahwa seseorang dapat menghadapi permasalahan hidup yang sedang dialami dengan dikuatkan berdasarkan pada prinsip psikologi dan spiritual Islam yaitu tasawuf yang sesuai dengan ajaran Islam berdasarkan Al-Quran dan Hadis. Yayasan Living Meaning Center ini berprinsip bahwa spiritualitas keagamaan itu sebagai terapi bagi manusia, sehingga yayasan ini berprinsip pada landasan Al-Quran yang berbunyi "*Ta'awanuu 'alal birii wattaqwa wala ta'awanuu 'alal ismi wal'udwan*" yang artinya "Tolong-menolonglah kalian dalam (mengerjakan) kebaikan dan taqwa dan janganlah kalian tolong-menolong dalam berbuat dosa dan bermusuhan". Dari prinsip tersebut Yayasan ini berkiprah untuk memberikan pertolongan kepada manusia berdasarkan keilmuan dan profesi yang dimiliki dengan berprinsip pada agamanya yaitu Islam dengan melakukan terapi kepada yang membutuhkan pertolongan berlandaskan Psikospiritual Islam atau tasawuf yaitu dengan adanya bertafakur diri yang mana mengarahkan klien lebih mengenal dirinya, *respect* (peduli dan berbuat baik muhasabah diri, akrab, nilai-nilai (nilai kebaikan hidup) (A. Rahman et al., 2020), *connect to Allah*/berdzikir

(mengingat Allah SWT) dan evaluasi diri (muhasabah diri) (Ainul, 2017). Pemberian terapi tersebut bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan menyembuhkan para klien yang datang ke Yayasan Living Meaning Center Bandung agar memperoleh ketenangan dan hidup bermakna sehingga ia dapat hidup dengan memiliki akhlak yang baik.

Ada hal yang menarik pula yang ingin peneliti kaji dalam perspektif keberagamaan, dari hasil observasi peneliti melihat bahwa rata-rata klien yang datang ke Yayasan tersebut merupakan orang yang menganut keberagamaan, baik penganut agama Islam maupun agama non Islam. yang mana mereka tetap menjalankan ritual keagamaan seperti biasanya, seperti shalat, puasa, datang ke gereja, dan lain-lain. Seperti yang sudah disebutkan diatas bahwa agama dapat menjadikan ketenangan dan kesehatan bagi penganutnya, justru yang peneliti temukan di Yayasan Living Meaning Center Bandung ini bahwa orang yang mengalami keterpurukan itu adalah mereka yang setiap harinya beribadah kepada Tuhannya.

Dan menurut Suhardianto, beliau mengartikan bahwa keberagamaan (*Religiusitas*) merupakan hubungan pribadi seseorang dengan Sang Ilahi atau Yang Maha Kuasa (Tuhan) dengan melaksanakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-nya (Suhardiyanto, 2001).

Dari fenomena tersebut peneliti ingin mengkaji dan menganalisis bagaimana kondisi keberagamaan klien tersebut dari sebelum dan sesudah di terapi berbasis spiritual keagamaan yaitu Psikospiritual Islam di yayasan Living Meaning Center Bandung. Peneliti ingin melihat apakah keberagamaan klien setelah di terapi di yayasan tersebut mengalami perubahan ataukah tidak.

## **METODE**

Penelitian ini adalah penelitian jenis kualitatif, dan jenis metode penelitiannya adalah deskriptif analitis, yang mana memberikan gambaran atau objek yang diteliti berdasarkan data atau sampel yang telah didapatkan kemudian dianalisis dan disimpulkan (Sugiyono, 2010). Disebut data kualitatif karena data yang dikumpulkan dan dianalisisnya bersifat kualitatif yang mana penelitian kualitatif biasa disebut dengan penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan dengan kondisi yang alami (*natural setting*). Pendekatan yang digunakannya adalah pendekatan deskriptif, yang mana peneliti mendeskripsikan hasil penelitian di lapangan yang fokus pada masalah penelitian yang peneliti teliti yaitu mengenai Perubahan Keberagamaan Klien Pasca Terapi Psikospiritual Islam di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Pendekatan dalam penelitian ini lebih kepada pendekatan Psikologi agama sehingga analisis data yang akan digunakan adalah dengan teori keberagamaan dari para ahli termasuk teori dari Glock dan Stark (Stark & Glock, 1968).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Proses Terapi Psikospiritual Islam Menurut Klien**

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada UA, pembawaan terapi di Yayasan Living Meaning Center Bandung terasa tidak kaku dan seperti keluarga. Dia merasa *trust* dan lebih terbuka mengenai kehidupannya. Dia menjadi lebih menerima kondisinya sebagai orang tua yang memiliki anak disabilitas (autis) (UA, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada AA, proses yang dilakukan selama terapis tidak kaku dan sangat *open minded* sehingga dia merasa tidak canggung dan menjadi lebih terbuka terhadap konselor mengenai persoalan hidup yang sedang dihadapi. Tidak hanya itu, bahkan dia berani menceritakan kekurangan yang dimiliki dirinya, padahal biasanya dia selalu tertutup dan tidak percaya kepada orang lain (AA, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada IB, pembawaan terapi di Yayasan Living Meaning Center Bandung terasa sangat nyaman dan tidak kaku. Dia merasa *trust* dan lebih terbuka mengenai kehidupannya. Dia menjadi lebih menerima kondisinya sebagai orang tua yang memiliki anak disabilitas (autis). Dia merasa pula tidak dibedakan meskipun dia dan tim di konselor berbeda agama. Dia tidak takut dan sangat menghargai tim Yayasan Living Meaning Center Bandung (IB, Wawancara, Januari 2020).

Menurut AZ, dia merasa senang dan mengatakan bahwa proses terapi yang dilakukan di Yayasan Living Meaning Center Bandung membantu dia untuk semakin menemukan makna hidupnya. Dia merasa nyaman ketika di terapi oleh konselor terapis yang ada di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Dia merasa seolah dirinya bagian dari keluarga yayasan tersebut. Dalam proses terapi yang dijalani terasa tidak kaku dan sangat santai sehingga pembawaannya tidak menakutkan. Hal ini sebagaimana dengan ungapannya: "Senang, Selama di bimbing itu AZ semakin paham makna agama yang mengajarkan bahwa setiap orang yang beragama itu harus senantiasa bermakna bagi diri sendiri dan juga menebarkan kebermaknaan tersebut juga kepada orang lain, jadi AZ merasakan sekali *khairunnas anfa'uhum linnas*." (AZ, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada AL, dia merasa nyaman ketika terapi di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Dia merasa senang dan betah berkegiatan di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Dia tidak kaku dan bernai bercerita mengenai kehidupannya yang tidak biasa dia ceritakan kepada orang lain (AL, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada KH, dia merasa nyaman ketika di terapi oleh konselor terapis yang ada di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Pembawaan konselor yang hangat, tidak judgment, dan sangat menerima dirinya membuat dia merasa nyaman dan tidak takut menceritakan semua permasalahan yang dirasakan dalam hidupnya. Dia merasa senang bisa mengenal tim yayasan Living Meaning Center. Ketika setelah di terapi dia merasa bisa menemukan makna hidupnya, dengan mengikuti volunteer dan kegiatan sosial lainnya membuat dia menjadi lebih bermakna (KH, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi kepada TZ, dia merasa nyaman dapat kenal dengan konselor dan tim yang ada di Yayasan Living Meaning Center Bandung. dia hidup semakin bersemangat belajar dan mendapat pengetahuan yang luas. Selain itu, meningkatkan dia juga beribadah seperti menjadi sering berdzikir kepada Allah SWT (TZ, Wawancara, Januari 2020).

Menurut MY, dia merasa nyaman ketika bersama di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Dia merasa dirinya bagian dari keluarga yayasan tersebut, pembawaan konselor yang menyenangkan dan sangat menerima dirinya membuat dia merasa nyaman dan seolah memiliki keluarga baru. Dia merasa senang dapat kenal dengan orang-orang yang ada di Yayasan Living Meaning Center Bandung. dia banyak belajar dengan konselor di Yayasan Living Meaning Center Bandung mengenai kehidupan untuk lebih bersyukur dan memaknai kehidupan (MY, Wawancara, Januari 2020).

Menurut WS, dia mengatakan bahwa proses terapi yang dilakukan di Yayasan Living Meaning Center Bandung membantu dia dalam menemukan makna hidupnya. Bagi klien proses ini sangat penting dan membantu klien untuk membuka kembali cara pandang dalam menyikapi permasalahan hidup yang dihadapi. Dia merasa nyaman ketika di terapi oleh konselor terapis yang ada di Yayasan Living Meaning Center Bandung. Dia merasa seolah dirinya bagian dari keluarga yayasan tersebut, pembawaan konselor yang hangat, tidak judgment, dan sangat menerima dirinya membuat dia merasa nyaman dan tidak takut menceritakan semua problem kehidupan yang dirasakan. Dalam proses terapi yang dijalani terasa tidak kaku dan sangat santai sehingga pembawaannya tidak menakutkan. Dia merasa senang dengan yayasan lingkungan yang ada di yayasan tersebut. Hal ini sebagaimana dengan ungapannya: "saya tidak menyesal kenal dengan konselor dan tim yang ada di Yayasan LMC ini, saya justru merasa senang dan bersyukur bisa diperkenalkan dengan tim di Yayasan ini yang sangat menerima saya apa adanya." (WS, Wawancara, Januari 2020)

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada konselor terapis dan para klien di Yayasan Living Meaning Center Bandung, proses terapi Psikospiritual Islam di Yayasan Living meaning Center Bandung dilakukan dengan penuh kehangatan, tidak kaku, dan perlakuannya dilakukan seperti kepada keluarga sendiri. Adapun proses yang dilakukannya dilakukan dengan prosedur konseling yang meliputi adanya tahap awal (tahap assesmen), tahap kerja (tahap treatmen), dan tahap akhir (tahap evaluasi). Sebagaimana menurut Sofyan Willis dalam bukunya *Konseling Individual* bahwa proses konseling terapi

dilakukan dalam tiga tahapan, yaitu adanya tahap awal, tahap pertengahan atau tahap kerja, dan tahap akhir (Willis, 2017).

Adapun metode terapi Psikospiritual Islam yang dilakukan di Yayasan Living Meaning Center Bandung tersebut dilakukan dengan bertafakur diri, respect, akrab (korib), nilai-nilai (menghayati nilai-nilai kehidupan), connect to Allah (berdzikir dengan mengingat Allah), dan Evaluasi diri (Muhasabah diri).

### **Perubahan Pasca Terapi Psikospiritual Islam**

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien UA, kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Keberagamaan dalam dimensi keyakinan klien tetap meyakini bahwa Tuhan yang dipercayainya adalah Tuhan Yang Maha Esa yaitu Allah SWT. Dia meyakini bahwa kejadian yang terjadi menimpa dirinya merupakan takdir dan ketetapan dari Allah SWT. Dari keyakinan tersebut menunjukkan bahwa pada dimensi keyakinan, klien UA semakin lebih yakin pada ketetapan Allah SWT. Keberagamaan dalam dimensi ritual, dia tetap melaksanakan kewajibannya melakukan shalat lima waktu. Dia selalu berdoa kepada Allah SWT agar anaknya dapat berkembang lebih baik. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan, dia semakin banyak belajar mengenai perkembangan hidupnya untuk menjadi lebih baik. Dia semakin semangat belajar untuk menambah pengetahuannya agar dapat lebih maksimal mengasuh anak dengan baik sesuai pengetahuan keilmuan yang semakin hari semakin berkembang. Keberagamaan dalam dimensi penghayatan dia lebih menerima dan meyakini bahwa dia diberikan anak yang autis adalah merupakan anugerah dari Allah SWT. Dia menjadi lebih pasrah dan menerima bahwa anaknya merupakan titipan dari Allah SWT yang perlu dididik dengan sebaik mungkin. Apapun kondisinya dia merasa lebih yakin bahwa anaknya kelak akan memiliki kelebihan dan potensinya dapat berkembang. Terakhir, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi klien lebih menerima anaknya yang autis. Dia menjadi bersyukur memiliki anak yang autis dan dia menjadi lebih semangat belajar untuk memperbaiki diri dan menjadi ibu yang baik bagi anaknya. Klien terlihat tidak cemas dan jarang membandingkan terus perkembangan anaknya dengan perkembangan anak lain yang terlihat baik-baik saja (UA, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien AA, kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Kondisi keberagamaan klien AA dalam dimensi keyakinan dia masih menganut agama Islam dan dia lebih yakin bahwa Tuhannya adalah Tuhan Yang Maha Esa yaitu Allah SWT, dia meyakini pada rukun Islam dan rukun Iman sehingga dia lebih meyakini bahwa kejadian yang terjadi menimpa dirinya merupakan takdir dan ketetapan dari Allah SWT. Keberagamaan dalam dimensi ritual kegiatan sehari-harinya selalu melaksanakan shalat lima waktu sebagai bentuk ibadah kepada Allah SWT. Shalat lima waktu yang dilakukannya tetap sama dilakukan setiap harinya. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia tetap memahami ilmu keagamaan secara dasar. Terlihat dari cara berkomunikasi, klien lebih mengetahui kondisi dirinya sehingga dia semakin mengenal dirinya daripada sebelum-sebelumnya. Seperti dia menjadi tahu bahwa dirinya cenderung orang yang introvert, simple dan serba ingin instan. Selanjutnya, keberagamaan dalam dimensi penghayatan setelah mulai terapi di yayasan Living Meaning Center Bandung dia lebih bisa menghayati dan tidak malu memiliki anak yang autis. Dia lebih bisa menerima dan tenang bahwa anak yang dimilikinya masih memiliki kesempatan untuk berkembang lebih baik. Terakhir, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi klien menjadi hidup lebih bersyukur dan menerima kondisinya dititipkan anak yang autis. Dia terlihat tidak malu dan lebih peduli terhadap anaknya. Dia tidak hanya fokus mencari uang saja, melainkan dia mulai terlibat ikut mengasuh anaknya dengan baik (AA, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien IB, Kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Kondisi keberagamaan klien IB dalam dimensi keyakinan dia tetap beragama Katolik sehingga Tuhan yang dipercayainya adalah Tuhan Yesus Kristus. Meskipun dia terapi di Yayasan Living Meaning Center

Bandung yang beragama Islam, hal tersebut tidak merubah keyakinannya menjadi agama Islam. Prinsip di Yayasan Living Meaning Center Bandung tidak fanatik dan menerima klien dengan sama tanpa membedakan-bedakan meskipun dia itu berbeda keyakinan. Keberagamaan dalam dimensi ritual klien lebih sering datang ke gereja untuk beribadah kepada Tuhan Yesus. Setelah mulai memahami kondisi anaknya lebih mendalam, dia menjadi lebih sering berdoa dan datang ke Gereja untuk beribadah kepada Tuhannya. Kemudian, keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia tetap menjadi orang yang memang sangat berpendidik dan agamis. Dia lebih memahami bagaimana caranya menerima kehidupan yang telah terjadi, termasuk belajar menerima kondisi anaknya yang perlu diperhatikan secara ekstra. Dia mengetahui bahwa mengasuh anaknya dengan baik adalah bentuk pengabdianya di dunia dan kepada Tuhan Yesus. Keberagamaan dalam dimensi penghayatan setelah di terapi di yayasan Living Meaning Center Bandung dia lebih dapat menerima kondisinya dikaruniai anak yang autis sehingga dia menjalani kehidupan ini dengan mengurus anak disabilitas merupakan bentuk pengabdianya kepada Tuhan Yesus. Lebih yakin bahwa Tuhan memberikan kepadanya anak yang Disabilitas adalah sebagai bentuk kasih sayangnya Tuhan kepadanya. Terakhir, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi klien hidup Dia lebih menerima dan lebih dekat kepada Tuhan dengan cara bersyukur dan berpasrah diri. Meskipun terkadang merasa lelah dan mengeluh akan tetapi dia tetap berpikir positif bahwa anaknya akan berkembang lebih baik (IB, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien AZ, Kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Kondisi keberagamaan klien AZ dalam dimensi keyakinan dia lebih meyakini Tuhan yang dipercayainya adalah Tuhan Yang Maha Esa yaitu Allah SWT. Lebih meyakini kepada Allah SWT sebagai Tuhannya. Keberagamaan dalam dimensi ritual dia menjadi lebih rajin melakukan shalat lima waktu dan beribadah sosial dengan mengabdikan dan berbuat kebaikan kepada sesama manusia. Bentuk ibadah ritual sosialnya adalah menjadi guru mengaji dan mengurus anak disabilitas di sekolah. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia merupakan orang yang memang memahami ilmu keagamaan Islam secara kental, baginya pengetahuan yang dimiliki perlu dia amalkan dengan cara mengajarkannya kembali kepada orang lain. Dia juga menjadi mengetahui bagaimana untuk dapat mengontrol emosinya ketika marah. Keberagamaan dalam dimensi penghayatan setelah di terapi di yayasan Living Meaning Center Bandung dia lebih menghayati kehidupan keberagamaannya, dia merasa lebih tenang dan lebih dapat mengontrol emosinya. Meskipun dia merasa masih kesal kepada kekasihnya akan tetapi dia merasa tenang dan lega. Terakhir, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi klien lebih dapat menerima kondisinya yang sangat marah dan kesal kepada pacarnya. Dia terlihat lebih ceria dan produktif, mampu berpikir rasional. kembali tumbuh semangat hidupnya. Dia berniat untuk tidak terfokus kepada perasaannya yang sedang marah kepada kekasihnya, akan tetapi dia menyukai anak-anak dan akan fokus memberikan pengajaran yang terbaik kepada anak didiknya yang sedang diasuh oleh AZ (AZ, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien AL, Kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Kondisi keberagamaan AL setelah di terapi Psikospiritual Islam di Yayasan Living Meaning Center Bandung menunjukkan bahwa Kondisi keberagamaan klien AL dalam dimensi keyakinan adalah bahwa dia tetap percaya bahwa Tuhannya adalah Tuhan Yang Maha Esa yaitu Allah SWT. Keberagamaan dalam dimensi ritual dia menjadi selalu mengerjakan shalat lima waktu, mulai ingin beraktivitas termasuk membantu orang tuanya di rumah, dan dia mulai sedikit mengurangi bermain *handpone*. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia lebih mengetahui pengetahuan keagamaan secara dasar, yang berubah dia mulai di muroja'ah kembali sedikit-sedikit hafalannya, dan dia lebih mengenal dirinya, dia mengetahui apa yang dia sukai, yaitu dia sangat menyukai robotik dan ini menjadi potensi bagi dirinya. Kemudian, keberagamaan dalam dimensi penghayatan setelah di terapi di yayasan Living Meaning Center Bandung dia lebih bisa menghayati hidupnya, melakukan ibadah muncul dari dirinya sendiri serta memiliki arah tujuan hidupnya dengan keinginan sendiri. Terakhir, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi dia hidup

lebih produktif, mulai percaya diri pada dirinya sendiri, mulai berinteraksi dengan sosial dan berani bercerita tentang keinginannya atau harapannya di masa yang akan datang. Selain itu, dia juga menjadi sering membantu orang tuanya di rumah seperti menyapu dan memasak. Menurut orang tuanya dia suka memasak di rumah dan hasil masakannya terasa enak (AL, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien KH, kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Kondisi keberagamaan klien KH dalam dimensi keyakinan dia tetap seorang yang beragama Islam sehingga Tuhan yang dia percaya adalah Tuhan Yang Maha Esa. Dia lebih percaya dan yakin kepada Tuhannya. Dia meyakini bahwa hidupnya terjadi atas kehendak-Nya. Keberagamaan dalam dimensi ritual dia tetap melaksanakan shalat lima waktu seperti biasanya. Yang menjadi berubah dia berpikir bahwa ritual ibadahnya tidak hanya shalat saja, akan tetapi melakukan kebaikan terhadap sesama pula yaitu melakukan kebaikan dengan cara menjadi guru BK sesuai profesinya. Dia juga menjadi suka melakukan bertafakur diri dengan diiringi musik sholawat nabi ketika sendirian. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia lebih mengetahui ilmu keagamaan secara luas, mengetahui cara bertafakur diri yang sesuai dengan keinginannya, dan cara berpikirnya menjadi luas. Keberagamaan dalam dimensi penghayatan setelah di terapi di yayasan Living Meaning Center Bandung dia merasa hidup lebih tenang, hidupnya lebih bermakna dan dia merasa lebih memahami kondisi dirinya.

Kemudian, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi dia memiliki hidup lebih bersyukur dan mulai dapat bersosial dengan lingkungannya. Dia menjadi selalu melihat orang lain yang lebih terpuruk darinya sehingga hidupnya lebih bersyukur dan bersemangat dengan melakukan kegiatan yang positif. Dia bahkan mengatakan dirinya merasa tertolong dan diterima oleh konselor terapis. Dia menjadi memiliki *insight* ingin bersikap seperti konselor yang menolongnya yaitu akan melakukan hal sama kepada orang lain, menolong dengan penuh penerimaan dan ketulusan terhadap orang yang membutuhkan. Sekarang dia beraktivitas positif dengan menjadi guru Bimbingan Konseling di lembaga sekolah (KH, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien TA, Kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap klien TA, dia mengatakan bahwa setelah mengenal konselor di Yayasan Living Meaning Center dan melakukan konsultasi serta dibimbing berlandaskan psikospiritual Islam, perubahan keberagamaan yang dirasakan adalah dia merasa hidup lebih bermakna, semakin memperkaya wawasan dan merubah sudut pandang tentang kehidupan. Kemudian hidupnya menjadi lebih bersyukur dan merasa lebih bisa mengontrol emosi. Kondisi keberagamaan klien TA dalam dimensi keyakinan dia merupakan seorang yang beragama Islam sehingga Tuhan yang dia percaya adalah Tuhan Yang Maha Esa yaitu Allah SWT, Dalam dimensi ritual dia lebih meyakini bahwa Allah yang menciptakan dunia ini dan dia percaya pula kepada rukun Islam dan rukun Iman. Keberagamaan dalam dimensi ritual, secara entitas menjadi lebih bertambah. Selain shalat lima waktu dia menjadi lebih sering berzikir, shalat sunah, dan bertafakur diri. Ketika beribadah dia merasa menjadi lebih khusyu. Dia lebih menghayati dengan berterimakasih kepada Allah atas nikmat yang sudah diberikan. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia merupakan orang yang memahami ilmu keagamaan, bahkan di status instagramnya dia selalu berdakwah tentang pengetahuan agama Islam. Memahami ilmu keagamaan dan selalu share keilmuan di status instagramnya. Tidak hanya itu, menurutnya cara pandang hidupnya merasa semakin luas sehingga lebih bisa bijaksana dalam menyikapi hidup. Kemudian, keberagamaan dalam dimensi penghayatan Lebih tenang, hidup terarah dan hidup lebih bermakna. Dia juga tidak menginginkan hidupnya berpoya-poya tidak jelas. Dia lebih menghayati hidupnya untuk melakukan kebaikan.

Selanjutnya, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi dia menjadi lebih mengenal jati dirinya dan menjadi diri sendiri, dia pun senang berkegiatan sosial sehingga uang yang dimilikinya tidak untuk berpoya-poya melainkan diinvestasikan untuk kegiatan yang positif. Dalam cara pandang dia semakin

kaya wawasan dan mampu merubah sudut pandang tentang kehidupan. Hidupnya menjadi lebih bersyukur dan merasa lebih bisa mengontrol emosi (TA, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien MY, Kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Kondisi keberagamaan klien MY dalam dimensi keyakinan dia merupakan orang yang beragama Islam sehingga Tuhan yang dipercayainya adalah Tuhan Yang Maha Esa yaitu Allah SWT, dia beragama Islam karena terlahir dari keluarga yang beragama Islam. Dia percaya pula bahwa Allah yang menciptakan dunia ini dan dia percaya pula kepada rukun Islam dan rukun Iman. Dalam dimensi ritual dia termasuk orang yang rajin beribadah baik ibadah yang wajib maupun yang sunah, setiap hari dia selalu rutin melakukan ritual dzikir lafadz *Lailaaha illallah*. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia semakin memahami ilmu keagamaan secara spiritual, yang mana dia berfikir menjadi lebih terbuka dan toleran. Dia berfikir bahwa ritual agama tidak hanya shalat saja akan tetapi berbuat kebaikan juga merupakan ibadah. Keberagamaan dalam dimensi penghayatan dia lebih dapat mengontrol emosi, lebih tenang, stabil dan ritual dzikir (connect to Allah) semakin sering dilakukan karena memang mengikuti salah satu *toriqoh* keagamaan. Terakhir, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi dia juga lebih bersyukur dalam menjalani kehidupannya karena ketika dilibatkan dalam kegiatan sosial kepada keluarga tidak mampu menjadikan dia lebih mensyukuri nikmat yang dilakukan. Akhirnya dia berprinsip untuk selalu belajar dalam setiap kehidupan. Dia juga lebih dapat mengontrol emosi dan menjadi lebih terbuka kepada penganut agama lain (MY, Wawancara, Januari 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada klien WS, kondisi keberagamaan klien setelah terapi Psikospiritual Islam diantaranya sebagai berikut:

Kondisi keberagamaan klien WS dalam dimensi keyakinan dia meyakini bahwa Tuhannya adalah Allah SWT. Dia beragama Islam dari semenjak lahir. Alasan dia beragama Islam adalah karena dari keturunannya yang menganut agama Islam sehingga sampai sekarang dia masih menganut agama Islam. Dia percaya pula kepada rukun Islam dan rukun Iman. Keberagamaan dalam dimensi ritual dia selalu melaksanakan shalat lima waktu dan mengerjakan ibadah-ibadah sunah lainnya seperti berdzikir setelah shalat, shalat dhuha, membaca Al-Quran dan mengaji di Pesantren. Keberagamaan dalam dimensi pengetahuan dia merupakan seseorang yang memahami ilmu agama, dia mengetahui cara shalat yang benar, dan aturan-aturan pengetahuan agama Islam lainnya. Kisaran delapan tahun dia tinggal di Pesantren sehingga baginya pengetahuan keagamaan yang dipelajarinya salah seperti makanan sehari-harinya. Selanjutnya, keberagamaan dalam dimensi penghayatan dia merasa bisa lebih memaknai kehidupan yang terjadi. Dia merasakan kembali kehadiran Tuhan yang dulunya hilang. dia menjadi mengetahui bagaimana untuk dapat memaknai kehidupan yang terjadi. Dia lebih suka bermuhasabah diri dan bertafakur diri ketika sedang dilanda musibah atau kejadian yang tidak mengenakan.

Kemudian, keberagamaan dalam dimensi konsekuensi dia hidup lebih bersyukur, tidak hanya fokus pada diri sendiri, akan tetapi dia berniat mengabdikan dirinya untuk berbuat baik kepada sesama manusia. Dia hidup lebih produktif dan berkarya seperti beraktivitas pada hal positif yaitu melakukan hobinya seperti menanam dan senang melakukan kegiatan volunteer atau menolong orang lain yang sedang membutuhkan selama dia bisa (WS, Wawancara, Januari 2020).

## KESIMPULAN

Gambaran keberagamaan klien sebelum terapi Psikospiritual Islam dalam teori Glock dan Stark mengenai dimensi keberagamaan diantaranya bahwa keberagamaan dalam dimensi keyakinan, ritual, dan pengetahuan pada mengerjakan shalat. Proses terapi psikospiritual Islam yang dilakukan di Yayasan Living Meaning Center Bandung adalah dilakukan dengan procedure konseling yaitu adanya tahap awal, kerja, dan akhir dengan metode TRANCE yaitu tafakur, respect, a..., nilai-nilai, connecting to Allah (dzikir), dan evaluasi diri (muhasabah diri). Keberagamaan klien yang diterapi di Yayasan Living Meaning Center Bandung dengan terapi Psikospiritual Islam mengalami perubahan baik dalam dimensi keyakinan,

ritual, pengetahuan, penghayatan, maupun dimensi konsekuensi. Terjadi perubahan keberagamaan pada klien pasca terapi Psikospiritual Islam. Berdasarkan teori Glock dan Stark, dalam dimensi ideologi/keyakinan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ainul, D. (2017). Terapi psikospiritual dalam kajian Sufistik. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 14(2), 234–244.
- Bakran Adz-Dzaky, M. H. (2002). *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Fajar Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Benson, H., & Klipper, M. Z. (1975). *The relaxation response*. Morrow New York.
- Daradjat, Z. (1970). *Ilmu jiwa agama*. Bulan Bintang.
- Jung, C. G. (2017). Psikologi dan Agama. *Diterjemahkan Oleh Afthonul Afif*. Yogyakarta: IRCisoD.
- Koenig, H. (2012). *Handbook of religion and health*. Oup Usa.
- Maryati, S. (2020). Metode Psikoterapi Islam Terhadap Penderita Gangguan Kesehatan Mental Pada Siswa Di Pondok Pesantren Darul Muizi Bandung. *Jurnal of Admiration*, 1(6), 789–804.
- Mathew, S. E., & Larson, A. N. (2019). Natural history of slipped capital femoral epiphysis. *Journal of Pediatric Orthopaedics*, 39, S23–S27.
- Rahman, A., M. Yunus, B., & Zulaiha, E. (2020). *Corak Tasawuf dalam Kitab-Kitab Tafsir Karya K.H. Ahmad Sanusi*. Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Rahman, M. T., & Setia, P. (2021). Pluralism in the Light of Islam. *Jurnal Iman Dan Spiritualitas*, 1(2).
- Rakhmat, J. (2013). *Psikologi agama: sebuah pengantar*. Rajawali Press.
- Sholeh, M., & Musbikin, I. (2005). *Agama sebagai Terapi: Telaah menuju kedokteran holistik*. Pustaka Pelajar.
- Sholikhah, H. (2009). Terapi Stres Melalui Psikoterapi Islam Menurut Pemikiran Dadang Hawari. *Skripsi, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*.
- Stark, R., & Glock, C. Y. (1968). *American piety: The nature of religious commitment* (1st ed.). Univ of California Press.
- Sugiyono, S. (2010). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. Alfabeta Bandung.
- Suhardiyanto, H. J. (2001). *Pendidikan Religiositas Sebagai Ganti Pendidikan Agama (Usaha Terobosan Pendidikan Humaniora)*. Yogyakarta: Puskat.
- Sukmono, R. J. (2011). Mendongkrak kecerdasan otak dengan meditasi. *Jakarta: Visimedia*.
- Vlaardingerbroek, M. T., & Boer, J. A. (2013). *Magnetic resonance imaging: theory and practice*. Springer Science & Business Media.
- Willis, S. S. (2017). *Konseling individual, teori dan praktek*.
- Wulur, M. B. (2015). Psikoterapi Islam: Bentuk-bentuk Terapi dalam Islam. *Makassar: Percetakan Leisyah*.



© 2021 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).