

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah penulis meneliti dan menganalisis terkait psikoterapi dalam Islam serta penafsiran Hamka terkait penyakit dalam dada, maka penulis menyimpulkan penelitian ini dalam tiga kesimpulan:

1. Psikoterapi dalam Islam adalah proses penyembuhan dan pengobatan suatu penyakit terkait dengan penyakit mental, spiritual, moral maupun fisik dengan melalui bimbingan Alquran dan As-Sunnah. Atau secara empirik adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah, malaikat-malaikat-Nya, Nabi dan Rasul-Nya atau ahli waris Nabi-Nya. Dengan objeknya yaitu ada empat hal yakni mental, spiritual, moral dan fisik.
2. Hamka menafsirkan QS. Yunus/10: 57 sebagai dasar psikoterapi yang memiliki empat unsur penting, *pertama*, bahwa Alquran berisi pengajaran atau tuntunan, baik dalam pembangunan akhlak, karakter, sikap hidup, maupun dalam mengamalkan suatu pekerjaan. *Kedua*, Alquran adalah suatu obat bagi apa yang ada dalam dada. *Ketiga*, Alquran adalah penunjuk jalan, pemandu atau pelopor, untuk menempuh semak belukar kehidupan ini, supaya kita jangan tersesat. *Keempat*, sebagai rahmat, yaitu karunia kasih dan sayang kepada orang-orang yang beriman.
3. Beberapa metode yang dilakukan dalam mencegh penyakit hati menurut Hamka, antara lain dengan memperbanyak amalan-amalan lahiriah (solat, haji, zakat, sedekah, dll) dan amalan-amalan batiniah (istigfar, tasbih, tahmid, syukur, sabar, dll). Serta melakukan muraqabah, satu usaha untuk mengabadikan iman dan ilmu dalam hati tentang pengawasan dekatnya Allah kepada lahir dan batin manusia dalam setiap waktu dan kondisi, terus melakukan ikhtiar untuk meningkatkan kedekatan kita dengan Allah, menghadirkan rasa di dalam hati bahwa segala gerak-gerik dan tindak-tanduk kita ada dalam pengawasan Allah.

B. Saran

Dalam proses menyelesaikan skripsi ini, penulis tentu menyadari bahwa masih banyak kekurangannya. Oleh karena itu, penulis sangat berharap agar pihak-pihak yang kompeten terkait dengan pembahasan ini, agar melapangkan waktu memberikan kritik dan saran demi perbaikan skripsi ini kedepan.

