

ABSTRAK

Ajeng Pertiwi Rahmawati : “Analisis Nilai Sufistik dalam Prosedur *Self Healing* (Studi Deskriptif Analisis Pada Pelatihan *Mind Healing Technique* Angkatan ke-13 di Kota Bandung Tahun 2019)”

Dengan zaman yang tinggi mobilitas dan kompleksitas ini, pada kenyataannya minat masyarakat pada aspek spiritualitas semakin meningkat. Dapat diamati dari banyaknya komunitas hijrah, akun-akun dalam media sosial yang mengusung unsur spiritualitas yang tentunya mengangkat juga nilai-nilai sufistik dalam unggahannya. Ternyata minat yang tinggi mengenai hal itu juga ada pada bidang kajian inovasi psikoterapi. Para pakar dalam bidang psikoterapi juga menggaet unsur spiritualitas dalam pengembangan metode terapinya, seperti Ary Ginanjar dengan *Emotional and Spiritual Question* (ESQ) dan Ahmad Faiz dengan *Spiritual Emotion Freedom Technique* (SEFT). Selain itu ada juga kajian inovasi psikoterapi yang dikembangkan oleh para pakar dalam bidang studi agama-agama, tasawuf & psikoterapi serta bidang lainnya dengan mengoptimalkan kekuatan pikiran. Metode terapi tersebut bernama *Mind Healing Technique* (MHT). Salah satu jenis terapi dalam MHT yakni terapi *self healing*.

Berdasarkan fakta tersebut, penelitian ini memiliki rumusan masalah yang terdiri dari dua poin. Pertama, bagaimana prosedur pelaksanaan *self healing* pada Pelatihan *Mind Healing Technique* angkatan ke-13 di Kota Bandung tahun 2019. Kedua, apa saja nilai sufistik yang terkandung dalam prosedur *self healing* pada Pelatihan *Mind Healing Technique* angkatan ke-13 di Kota Bandung tahun 2019. Sehingga tujuan penelitian ini diantaranya untuk mengetahui bagaimana prosedur pelaksanaan *self healing* pada Pelatihan *Mind Healing Technique* angkatan ke-13 di Kota Bandung tahun 2019. Selain itu juga untuk mengetahui apa saja nilai sufistik yang terkandung dalam prosedur *self healing* pada Pelatihan *Mind Healing Technique* angkatan ke-13 di Kota Bandung tahun 2019.

Kerangka berpikir yang menjadi rujukan penelitian berupa teori Abu Al-Wafa' yang menyatakan bahwa ciri umum tasawuf yaitu mempunyai moral, pemenuhan fana pada realitas absolut, pengetahuan intuitif langsung, lahirnya kebahagiaan sebagai karunia Allah karena tercapainya *maqamat* dalam diri seorang sufi serta penggunaan simbol-simbol dengan pengertian yang biasanya tersirat.

Sedangkan jenis metodologi penelitian yang digunakan yaitu metode kualitatif deskriptif analisis. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu teknik observasi dengan jenis observasi berperan serta, teknik wawancara dengan menggunakan jenis wawancara semi terstruktur dan teknik dokumentasi berupa pengumpulan data-data terkait dari tulisan berita, artikel jurnal, liputan video maupun dari dokumen pribadi.

Maka dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, terdapat tujuh langkah dalam prosedur *self healing*. 1) Kondisikan posisi tubuh 2) Atur ritme napas 3) Relaks – fokus – pasrah 4) Berdoa 5) RTD + pin positif 6) Atur ritme napas 7) Ucapkan syukur. Sedangkan nilai sufistik yang terkandung berupa nilai sabar, nilai pasrah, nilai tawakkal, konsep *takhalli* dan *tahalli*, nilai *riḍa* dan nilai syukur. Dalam proses penelitian penulis menemukan informasi baru mengenai metode istigfar dalam terapi *self healing*, dan dalam metode tersebut memuat nilai tambahan berupa nilai tobat.

Kata Kunci: *Self healing*, Sufistik