

ABSTRAK

Endah Wahidah : “Terapi SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*) dalam Meningkatkan Kepasrahan Diri” (Studi kasus di Laboratorium Syifa al-Qulub)

Diera modern ini manusia semakin banyak yang mengalami sakit baik fisik maupun psikis. Ini terjadi disebabkan karena tidak adanya rasa kepasrahan diri atas segala apa yang Tuhan berikan kepada makhluk-Nya. Sehingga manusia berbondong-bondong untuk mencari tempat konseling terapi agar mampu disembuhkan. Salah satu tempat konseling terapi tersebut yaitu Laboratorium Syifa al-qulub, didalamnya ada program *peer* konseling terapi yang dilakukan oleh mahasiswa yang sudah memiliki skill di bidang terapi. Salah satu terapi yang digunakannya adalah terapi SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*). Saya tertarik melakukan penelitian ini karena terapi tersebut merupakan pengembangan pada beberapa mata kuliah di jurusan Tasawuf Psikoterapi, diantaranya seperti mata kuliah inovasi dan psikoterapi, sufi healing, psikologi transpersonal, dan praktek konseling dan psikoterapi sehingga ada unsur-unsur terapi dan spiritual yang kini dikolaborasikan dengan nilai-nilai sufistik yang berdasarkan kurikulum di Tasawuf Psikoterapi. Alasan mengambil variable Y nya tentang kepasrahan diri karena kepasrahan adalah salah satu awal kunci kesembuhan dari berbagai penyakit serta ada keterhubungannya antara SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*) dan kepasrahan diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kondisi kepasrahan diri pada klien laboratorium Syifa al-Qulub, bagaimana proses terapi SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*) yang digunakan oleh *peer* konselor terapis di laboratorium syifa al-qulub dan bagaimana peran terapi SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*) dalam meningkatkan kepasrahan diri.

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan jenis studi kasus. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengetahui terapi SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*) dalam meningkatkan kepasrahan diri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*) efektif dilakukan dalam meningkatkan kepasrahan diri sehingga mampu menetralkan rasa sakit yang dirasakan baik pada penyakit fisik maupun psikis yang sedang dialami. Dibuktikan dalam penelitian ini bahwa klien menjadi tenang, bersyukur, menerima dengan segala yang terjadi dan meyakini bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik untuk hamba-Nya.

Kata Kunci : Terapi SSEFT (*Spiritual Sufistik Emotional Freedom Technique*), Kepasrahan Diri (*Ridho*)



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG