

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Persoalan kesehatan mental merupakan isu yang dihadapi masyarakat modern saat ini. Hal ini dianggap menjadi persoalan sehari-hari karena manusia modern senantiasa bersinggungan dengan stres dalam mengejar dunianya. Stres dalam menjalani kehidupan modern kemudian tidak hanya berimplikasi pada aspek sosio-ekonomi –atas hilangnya hari-hari kerja produktif, melainkan juga memiliki dampak yang lebih parah dalam kesehatan karena dapat menyebabkan munculnya berbagai penyakit kronis dalam tubuh manusia.<sup>1</sup>

Isu kesehatan mental menjadi sorotan serius dalam lingkup masyarakat global, terutama di era modern yang dipenuhi oleh tekanan hidup, tuntutan sosial, dan perubahan gaya hidup.<sup>2</sup> Dinamika ini sangat berpengaruh terhadap stres di kalangan generasi muda.<sup>3</sup> Kondisi ini menjadikan kesehatan mental semakin rentan, dengan peningkatan prevalensi masalah kesehatan mental yang dapat diatributkan pada faktor-faktor seperti ketidakseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan

---

<sup>1</sup> Mark Jackson, “The stress of life: a modern complaint?,” *The Lancet* 383, no. 9914 (Januari 2014): 300–301.

<sup>2</sup> Roger Walsh, “Lifestyle and mental health,” *American Psychologist* 66, no. 7 (2011): 579–592.

<sup>3</sup> Marek Kwiek, “Academic generations and academic work: patterns of attitudes, behaviors, and research productivity of Polish academics after 1989,” *Studies in Higher Education* 40, no. 8 (2015): 1354–1376.

pribadi,<sup>4</sup> perubahan teknologi yang cepat,<sup>5</sup> serta isolasi sosial yang diperparah oleh pandemi global.<sup>6</sup> Stigma terhadap masalah kesehatan mental juga menjadi penghalang bagi individu untuk mencari bantuan.<sup>7</sup> Pemahaman dan dukungan masyarakat terhadap isu ini bukan hanya tanggung jawab sektor kesehatan, melainkan memerlukan partisipasi aktif dari berbagai lapisan masyarakat.<sup>8</sup> Dengan meningkatnya kesadaran akan kesehatan mental, diharapkan langkah-langkah proaktif dapat diambil untuk mencegah, mengidentifikasi, dan mengatasi masalah kesehatan mental, menciptakan masyarakat yang lebih sehat secara holistik.

Dunia Islam telah memberikan berbagai macam sumbangsih dalam dunia psikologi. Sejarah mencatat bahwa Al-Kindi (801—866 m.) telah memaparkan gagasan terkait upaya penanganan depresi serta penjelasan terkait jiwa dan intelegnya. Tradisi keilmuan ini kemudian dilanjutkan oleh Al-Ghazali (1058—1111 m.), dimana menjelaskan lebih lanjut tentang konsep diri, dan hubungan antara

---

<sup>4</sup> Samuel B. Harvey et al., “Can work make you mentally ill? A systematic meta-review of work-related risk factors for common mental health problems,” *Occupational and Environmental Medicine* 74, no. 4 (2017): 301–310.

<sup>5</sup> The World Health Organization, *The World health report Mental health : understanding, new hope*. World Health Organization. (World Health Organization, 2001).

<sup>6</sup> Maria Elizabeth Loades et al., “Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19,” *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 59, no. 11 (2020): 1218-1239.e3.

<sup>7</sup> Patrick W. Corrigan, Benjamin G. Druss, dan Deborah A. Perlick, “The impact of mental illness stigma on seeking and participating in mental health care,” *Psychological Science in the Public Interest, Supplement* 15, no. 2 (2014): 37–70.

<sup>8</sup> Anthony F. Jorm, “Mental health literacy; empowering the community to take action for better mental health,” *American Psychologist* 67, no. 3 (2012): 231–243.

penyakit fisik dan spiritual.<sup>9</sup> Akan tetapi, dewasa ini pembahasan terkait dengan psikologi –terutama kesehatan mental, dalam Islam seolah-olah merupakan hal yang tabu.<sup>10</sup> Padahal, sepuluh tahun lampau dunia medis senantiasa menemukan titik terang terkait praktik-praktik keislaman yang dapat membantu persoalan psikologis,<sup>11</sup> dan bahkan untuk mencapai transformasi diri yang positif. Tesis ini kemudian menawarkan suatu perspektif dalam pengintegrasian dakwah sebagai bentuk terapeutik untuk memicu perkembangan transformasi diri positif.

Fenomena dakwah yang mengandung unsur komunikasi terapeutik yang dikaji dalam tesis ini terkait dengan kelompok “Teman Hijrah” yang diinisiasi oleh Ustaz Hilman Fauzi. Apa yang disebut dengan fenomena terkait pengetahuan dan pengalaman bersama yang terjadi dalam suatu proses sosial,<sup>12</sup> dimana dalam konteks penelitian ini, terdapat interaksi dalam bentuk dakwah yang terjadi pada suatu kelompok. Ustaz Hilman Fauzi terkenal sebagai seorang da’i yang bersahaja, dengan retorika dakwah yang sesuai dengan kalangan *millenial*. Komunitas “Teman Hijrah” kemudian dijadikan sebagai wadah untuk merangkul kaum muda yang ingin mengubah hidup menuju arah yang lebih baik. Aspek terapeutik yang

---

<sup>9</sup> Nausheen Pasha-Zaidi, “Introduction to the Psychology of Islam and Muslims: A Positive Psychology JIHAD,” in *Toward a Positive Psychology of Islam and Muslims*, 2021, 4–5.

<sup>10</sup> Hisham Abu-Raiya dan Kenneth I. Pargament, “Empirically based psychology of Islam: summary and critique of the literature,” *Mental Health, Religion & Culture* 14, no. 2 (Februari 2011): 93–115.

<sup>11</sup> Rabia Dasti, Aisha Sitwat, dan Amna Anwaar, “Spiritual Assessment: Building Positive Resources for the Distressed Souls,” in *Toward a Positive Psychology of Islam and Muslims*, 2021, 338–339.

<sup>12</sup> Kathleen Carley, “Knowledge acquisition as a social phenomenon,” *Instructional Science* 14, no. 3–4 (Mei 1986): 381–438.

menonjol dalam kalangan mad'u Ustaz Hilman Fauzi terdapat pada metode “Bengkel Hijrah” yang senantiasa digunakan di kalangan komunitas “Teman Hijrah.” Dari sudut pandang teoretis, penelitian ini memiliki kebaruan karena mengkaji suatu kegiatan Dakwah dengan pendekatan Komunikasi Terapeutik yang berbasis kelompok dalam membentuk *well-being* para anggotanya.

Apa yang terjadi dalam Komunitas Teman Hijrah selaras dengan teori psikologi sufistik. Pada mulanya, seorang talib (orang yang mencari ilmu) merasakan keganjilan dalam dirinya, sehingga ia berhasrat mencapai kesempurnaan.<sup>13</sup> Hal tersebut juga dialami oleh informan penelitian Nisaul Inayah yang ditemui pada Kajian Ustaz Hilman Fauzi, 10 Februari 2023. Menurut Nisaul Inayah, pertama kali ia berminat untuk mengikuti kajian-kajian Islami ketika ia sedang merasa galau atas hubungan dengan pacarnya yang pupus.

Setelah menemukan seorang guru, ia kemudian menjadikan dirinya sebagai murid, dalam rangka menjajaki tahapan dalam mencapai kesempurnaan, dan pada akhirnya menjadi manusia yang sempurna (*insan al-kamil*).<sup>14</sup> Hubungan antara murid dan guru (*murod*) ini kemudian disebut dengan *iradah*. Dengan mengikuti jalan yang ditunjukkan oleh sang guru, *nafs al-ammarah* dalam diri seseorang akan tertekan, sehingga menghasilkan hati yang berangsur-angsur bersih dan menunjukkan kualitas spiritualitasnya.<sup>15</sup> Fenomena ini ditemukan dalam

---

<sup>13</sup> Djavad Nurbakhsh, “Sufism and Psychoanalysis,” *International Journal of Social Psychiatry* 24, no. 3 (September 27, 1978): 213.

<sup>14</sup> Ibid.

<sup>15</sup> Ibid.

pengalaman Nisaul Inayah, dimana ia merasakan perubahan yang positif secara berangsur-angsur setelah ia semakin sering hadir di majelis Ustaz Hilman Fauzi

Pembinaan intelektualitas dalam *Tahdib al-Akhlaq* kemudian merupakan proses yang krusial dalam transformasi diri positif. Seseorang dapat menggunakan pengetahuan yang diperoleh akalinya untuk menghindari mara bahaya di lingkungannya, serta mengendalikan *nafs al-ammarah* yang liar dalam dirinya.<sup>16</sup>

Berdasarkan informasi terkait dengan kalangan *mad'u* dari Ustaz Hilman Fauzi, serta terbentuknya komunitas “teman hijrah” yang menggunakan metode “bengkel hijrah,” dapat dibangun suatu asumsi bahwa Dakwah Terapeutik memberikan sumbangsih dalam mengatasi persoalan kesehatan mental, spiritualitas, serta mendorong transformasi diri yang positif. Pertama-tama, dakwah dapat menjadi sumber nilai dan pedoman bagi individu dalam mencari makna hidup dan memahami tujuan eksistensinya.<sup>17</sup> Pendekatan terapeutik dalam konteks ini dapat merujuk pada penggunaan dakwah sebagai alat untuk membimbing individu dalam mengatasi konflik internal, mengelola stres, dan membangun hubungan yang sehat dengan diri sendiri dan orang lain.<sup>18</sup> Spiritualitas, sebagai dimensi penting dalam kehidupan manusia, memainkan peran kunci dalam dakwah. Dakwah yang disampaikan dengan pendekatan spiritual dapat memperkaya koneksi individu dengan Tuhan, menguatkan iman, dan memberikan landasan moral untuk

---

<sup>16</sup> Ibid., 214.

<sup>17</sup> Moh Ali Aziz, *Ilmu Dakwah: Edisi Revisi* (Prenada Media, 2019).

<sup>18</sup> Ali Safaat, “Perkembangan Kejiwaan Pada Anak Dalam Konteks Psikologi Dakwah,” *Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman* 19, no. 01 (2023): 125–147.

mengatasi tantangan kehidupan.<sup>19</sup> Seiring dengan itu, kesehatan mental menjadi fokus penting dalam konteks ini, karena dakwah dapat menjadi sumber ketenangan batin, mengurangi kecemasan, dan memberikan dukungan psikologis bagi individu.<sup>20</sup>

Kegiatan dakwah kemudian merupakan wujud konkret dalam penyampaian *Tahdib al-Akhlaq* sebagai upaya mencapai transformasi diri positif. Ibnu Sina,<sup>21</sup> menyatakan bahwa penjinakan *nafs al-ammarah* dapat dicapai melalui *riyadhah* (pelatihan spiritual) yang dapat disampaikan melalui perantara (wasilah) kata-kata indah nan bijaksana. Merujuk kepada paradigma dakwah, bentuk penyampaian ini terkait dengan Qaulan Layyinan dan Qaulan Ma'rufan. Qaulan Layyinan merujuk kepada penyampaian dakwah dengan perkataan yang lemah lembut, enak didengar, dan ramah sehingga dapat menyentuh hati. Sementara itu, Qaulan Ma'rufan terkait dengan perkataan yang baik, bermanfaat, dan menghasilkan maslahat.<sup>22</sup> Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dibangun suatu gagasan bahwa fenomena dakwah terapeutik dapat membentuk transformasi diri positif.

---

<sup>19</sup> Ahmad Zulki, "Psikologi Sufi Era Industri 4.0 Perspektif Al-Qur'an," *Disertasi* (Institut PTIQ Jakarta, 2022).

<sup>20</sup> et al Fikri, "Terapi islami mengurangi kecemasan," *Al-Irsyad jurnal bimbingan konseling islam* 2, no. 2 (2020): 231–250.

<sup>21</sup> dalam Suwito et al., "Hybrid Sufism for enhancing quality of life: Ethnographic perspective in Indonesia," *HTS Teologiese Studies / Theological Studies* 78, no. 4 (Maret 30, 2022).

<sup>22</sup> Erwan Effendy, Den Bagus Pangestu, dan Juwita Yanti Panggabean, "Metode, Tujuan, dan Prinsip-Prinsip Komunikasi Islam," *Da'watuna: Journal of Communication and Islamic Broadcasting* 3, no. 4 (Maret 11, 2023): 1325–1326.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini akan fokus pada transformasi diri mad'u Ustaz Hilman Fauzi yang menggunakan pendekatan dakwah terapeutik sebagai panduan untuk menjawab tujuan penelitian. Adapun beberapa fokus penelitiannya sebagai berikut:

1. Bagaimana pemahaman anggota komunitas Teman Hijrah dalam penyampaian komunikasi terapeutik Ustaz Hilman Fauzi?
2. Bagaimana anggota komunitas Teman Hijrah dalam memaknai Komunikasi Terapeutik Ustaz Hilman Fauzi?
3. Bagaimana pengalaman anggota komunitas Teman Hijrah dalam transformasi diri pada komunikasi terapeutik Ustaz Hilman Fauzi?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk menelaah esensi komunikasi terapeutik yang disampaikan dalam dakwah Ustaz Hilman Fauzi.
2. Untuk mendapatkan perspektif terkait keterlibatan komunitas teman hijrah dalam menyebarkan dakwah dengan unsur komunikasi terapeutik.
3. Untuk mendapatkan perspektif terkait esensi pengalaman transformasi diri positif yang dirasakan oleh komunitas teman hijrah dalam menerima pesan dakwah dengan unsur komunikasi terapeutik.

## **D. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini memiliki relevansi dan kegunaan yang signifikan, baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, penelitian ini dapat berkontribusi pada pengembangan keilmuan dalam bidang Komunikasi Penyiaran Islam. Melalui pemahaman mendalam terhadap dakwah terapeutik yang diusung oleh Ustaz Hilman Fauzi, penelitian ini memberikan kontribusi berharga untuk memperluas

wawasan akademis terkait dengan praktik komunikasi di dalam konteks penyiaran Islam. Selain itu, kegunaan teoritis penelitian ini juga mencakup pengembangan kajian dalam bidang Komunikasi Terapeutik. Penelitian ini dapat menjadi landasan untuk memahami dan merinci aspek-aspek komunikasi yang bersifat terapeutik dalam konteks dakwah, membuka jalan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang terfokus pada pengembangan metode komunikasi yang mendukung kesehatan mental dan transformasi positif.

Secara praktis, penelitian ini memberikan manfaat langsung bagi para praktisi dakwah yang berkeinginan untuk menggunakan pendekatan terapeutik dalam upaya mengatasi masalah kesehatan mental dan memicu transformasi diri. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi panduan berharga, memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana dakwah terapeutik dapat diterapkan dengan efektif dalam praktek sehari-hari. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber inspirasi dan pedoman praktis bagi mereka yang terlibat dalam upaya dakwah dengan pendekatan yang lebih terapeutik.

#### **E. Landasan Konseptual**

Syukriadi Sambas,<sup>23</sup> memaparkan bahwa secara ontologi dakwah Islam ialah perilaku keagamaan Islam yang terkait dengan proses internalisasi, transmisi, difusi dan transformasi ajaran Islam. Proses ini kemudian melibatkan unsur subjek dakwah atau *da'i*, pesan dakwah, metode dakwah, media dakwah, dan tentunya

---

<sup>23</sup> Sebagaimana dikutip oleh Isep Zainal Arifin, "Bimbingan Konseling Islam Berbasis Ilmu Dakwah," *Jurnal Ilmu Dakwah* 4, no. 11 (2015): 29.



audiensi dakwah atau *mad'u*. Keseluruhan unsur ini dilibatkan dalam suatu rentang ruang dan waktu untuk mewujudkan kehidupan individu yang *salam, hasanah, thayyibah* dan memperoleh ridha Allah Ta'ala.

Irisan antara kegiatan dakwah dengan kesehatan mental ditemukan dalam kerangka Irsyad al-Islam. Hal ini karena secara eksplisit Arifin<sup>24</sup> memaparkan bahwa bentuk dakwah Irsyad terkait dengan transmisi dan internalisasi nilai-nilai Islam dalam kegiatan *ibda bi al-nafs* (inisiasi diri), *wiqayat al-nafs* (penjagaan diri), dan *tazkiyyat al-nafs* (penyucian diri). Ketiga konsep ini sangat erat kaitannya dengan kesehatan mental karena mereka berfokus pada pengembangan dan pemeliharaan kesejahteraan internal individu. *Ibda bi al-nafs* mendorong seseorang untuk memulai perbaikan dari dirinya sendiri, menciptakan kesadaran diri yang mendalam, serta memfasilitasi identifikasi dan pengelolaan emosi serta perilaku negatif.<sup>25</sup> Ini membantu mengembangkan rasa tanggung jawab dan kontrol atas kehidupan seseorang, yang merupakan fondasi penting bagi kesehatan mental yang baik.<sup>26</sup> *Wiqayat al-nafs*, atau meningkatkan penjagaan diri, membantu individu untuk tetap waspada terhadap faktor-faktor yang dapat merusak kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi serta faktor-faktor gaib atau spiritual.<sup>27</sup>

---

<sup>24</sup> Ibid., 30.

<sup>25</sup> Dadang Ahmad Fajar, "Antara Psikoterapi dan Sufi Healing" (Gunung Djati Publishing, 2022).

<sup>26</sup> Wanda K. Mohr, "Spiritual issues in psychiatric care," *Perspectives in Psychiatric Care* 42, no. 3 (2006): 174–183.

<sup>27</sup> Remke Kruk, "Harry Potter in the Gulf: Contemporary Islam and the Occult," *British Journal of Middle Eastern Studies* 32, no. 1 (Mei 2005): 47–74.

Dengan kesadaran yang tinggi, seseorang dapat mengenali tanda-tanda awal gangguan mental dan mengambil tindakan pencegahan yang diperlukan.<sup>28</sup>

Terakhir, Tazkiyyat al-nafs, atau penyucian diri, berfokus pada proses pembersihan jiwa dari sifat-sifat buruk seperti iri hati, kebencian, dan keserakahan, yang sering menjadi sumber gangguan mental.<sup>29</sup> Melalui praktik ini, seseorang dapat mencapai kedamaian batin, keseimbangan emosional, dan hubungan sosial yang harmonis, semua elemen yang mendukung kesehatan mental yang optimal.<sup>30</sup> Dengan mengintegrasikan ketiga komponen ini dalam kehidupan sehari-hari, individu dapat mencapai dan mempertahankan kesehatan mental yang kuat dan seimbang.

Dalam konteks kesehatan mental, unsur-unsur dakwah seperti subjek dakwah atau da'i, pesan dakwah, metode dakwah, media dakwah, dan audiensi dakwah atau mad'u sangat relevan bagi individu yang sadar dan ingin sembuh dari gangguan mental. Subjek dakwah atau da'i, berperan sebagai pembimbing dan pendukung yang memberikan dorongan moral dan spiritual kepada mereka yang menghadapi masalah mental.<sup>31</sup> Da'i yang memiliki pemahaman tentang kesehatan

---

<sup>28</sup> Harold G. Koenig, "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications," *ISRN Psychiatry* 2012 (Desember 16, 2012): 1–33.

<sup>29</sup> Nia Indah Purnamasari, "Nia Indah Purnamasari Tasawuf 'Amali TASAWUF 'AMALI SEBAGAI MODEL TASAWUF SOSIAL," *Mukammil: Jurnal Kajian Keislaman* 1, no. 2 (2018): 168–193.

<sup>30</sup> Isep Zaenal Arifin dan Lilis Satriah, "Model Dakwah bi al-Irsyād untuk Pemeliharaan Kesehatan Mental Spiritual Pasien di Rumah Sakit," *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies* 12, no. 1 (Juni 30, 2018): 99–120.

<sup>31</sup> Sukron Mazid et al., "Peran Penyuluh Agama Islam Dalam Pelayanan Pembangunan Mental Spiritual Masyarakat di Era Pandemi Covid 19," *Journal of Public Administration and Local Governance* 5, no. 1 (2021): 76–89.

mental dapat memberikan nasihat yang tepat, mendukung proses penyembuhan, dan membangun kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari.<sup>32</sup>

Pesan dakwah yang disampaikan oleh da'i harus berfokus pada ajaran yang mendorong pemeliharaan dan perbaikan kesehatan mental. Pesan-pesan yang menekankan nilai-nilai seperti kesabaran, rasa syukur, pengendalian diri, dan tawakal sangat penting untuk membantu individu mengatasi stres, kecemasan, dan depresi.<sup>33</sup> Selain itu, pesan-pesan yang memberikan harapan dan dorongan dapat sangat bermanfaat bagi mereka yang sedang berjuang dengan gangguan mental.<sup>34</sup>

Metode dakwah yang digunakan juga harus fleksibel dan responsif terhadap kebutuhan individu yang sadar dan mau sembuh dari gangguan mental. Metode seperti ceramah yang menenangkan,<sup>35</sup> diskusi kelompok yang suportif, dan sesi konseling individu yang personal dapat digunakan untuk menyampaikan pesan dengan cara yang paling efektif dan relevan bagi audiensi.<sup>36</sup>

---

<sup>32</sup> Wiwin Widiyanti, "Peran Ustaz Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual Pada Lansia Melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka" (IAIN Syekh Nurjati Cirebon, 2023).

<sup>33</sup> Desta Putriawati, "Motivasi Spiritual Bagi Kesembuhan Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Metro" (Institut Agama Islam Negeri Metro, 2022).

<sup>34</sup> Tri Wulandari, Hasep Saputra, dan Emmi Kholilah Harahap, "MENGATASI KESULITAN HIDUP DENGAN NILAI-NILAI SURAH AL-INSYIRAH: PERSPEKTIF BIMBINGAN KONSELING," *MUHAFADZAH* 4, no. 2 (2024): 61–70.

<sup>35</sup> Nur Balqis Azzahra Sani, "Efektivitas Terapi Islam dalam Memotivasi Kesembuhan Penderita Depresi di Rumah Sakit Jiwa Mahoni Medan" (Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 2023).

<sup>36</sup> Saba Rasheed Ali, William Ming Liu, dan Majeda Humedian, "Islam 101: Understanding the religion and therapy implications," *Professional Psychology: Research and Practice* 35, no. 6 (2004): 635–642.

Media dakwah memainkan peran penting dalam menjangkau audiensi yang lebih luas dan memberikan dukungan yang konsisten. Walaupun pada umumnya kegiatan dakwah yang terkait dengan gangguan mental acap dilaksanakan secara tatap muka, hari ini kita bisa senantiasa menemukan rekaman video terkait dengan kegiatan tersebut bertebaran di Internet.<sup>37</sup> Penggunaan media sosial, podcast, dan video, memungkinkan pesan-pesan kesehatan mental disebarluaskan secara luas dan efisien,<sup>38</sup> menjangkau individu yang mungkin membutuhkan dorongan dan informasi kapan saja dan di mana saja.

Audiensi dakwah atau mad'u yang haruslah terdiri dari individu-individu yang sadar dan ingin sembuh dari gangguan mental.<sup>39</sup> Adapun, harus didekati dengan empati dan pemahaman. Da'i perlu memahami latar belakang, pengalaman, dan kebutuhan khusus mereka untuk memastikan pesan yang disampaikan dapat diterima dan diaplikasikan dengan baik.<sup>40</sup> Dengan demikian, audiensi dapat merasa didukung dan termotivasi untuk terus berjuang menuju kesehatan mental yang lebih baik.

Fenomena dakwah dalam rangka mempromosikan kesehatan mental kemudian terkait dengan teori Transferensi dari Sigmund Freud. Suatu hubungan

---

<sup>37</sup> Irma Yunita Sari, "STRATEGI KOMUNIKASI USTAZ AHMAD FARHAN PADA MASA PANDEMI COVID-19" (UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu, 2022).

<sup>38</sup> Holly S. Peek et al., "Blogging and Social Media for Mental Health Education and Advocacy: a Review for Psychiatrists," *Current Psychiatry Reports* 17, no. 11 (2015): 1–8.

<sup>39</sup> Meisil B Wulur, "Aplikasi Hipnosis (Tinjauan Komunikasi Dakwah)," *Jurnal Al-Bayan* 24, no. 2 (2019).

<sup>40</sup> Enung Asmaya, "Aktivitas Dakwah Fardiyah Dalam Tinjauan Psikologi," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi* 1, no. 1 (2016): 99–114.

yang erat dapat menyebabkan perpindahan (transfer) berbagai aspek dari satu pihak ke pada pihak yang lain. Freud mengistilahkan hubungan ini sebagai transferensi (*transference*).<sup>41</sup> Jung kemudian menyatakan bahwa proses transferensi ini terjadi secara dua arah, dimana kedua partisipan merasakan emosi yang saling melengkapi. Pertukaran ini kemudian akan menghasilkan cinta dan pertumbuhan psikologis, yang membantu seseorang untuk tumbuh dan bertransformasi.<sup>42</sup>

Transferensi terkait dengan proses pengejawantahan super-ego, proyeksi dari *id*, atau secara sederhana dapat diejawantahkan sebagai proses perpindahan yang disertai dengan meniru seseorang yang dianggap sebagai penolongnya.<sup>43</sup> Mekanisme dari transferensi terdiri dari perpindahan (*displacement*), proyeksi (*projection*) dan internalisasi (*introjection*), identifikasi (*identification*), dan dorongan pengulangan (*compulsion to repeat*).<sup>44</sup>

Perpindahan merupakan suatu bentuk pertahanan dengan memindahkan konflik ke dalam situasi baru sebagai upaya dalam mencari solusi.<sup>45</sup> Dalam konteks dakwah, *mad'u* melihat persoalan yang tengah atau telah dihadapinya dengan pengetahuan baru yang didapatkan dari pesan-pesan dakwah. Pesan dakwah yang

---

<sup>41</sup> Nurbakhsh, "Sufism and Psychoanalysis," 215.

<sup>42</sup> Carl C Jung, *The Psychology of the Transference* (Princeton University Press, 1969).

<sup>43</sup> Stanley M. Kaplan, "The analyst, the transference, and the representational world," *Comprehensive Psychiatry* 17, no. 1 (Januari 1976): 47–54.

<sup>44</sup> Ida Macalpine, "The Development of the Transference," *The Psychoanalytic Quarterly* 19, no. 4 (Oktober 7, 1950): 515.

<sup>45</sup> Peter B. Neubauer, "The Role of Displacement in Psychoanalysis," *The Psychoanalytic Study of the Child* 49, no. 1 (Januari 6, 1994): 107–119.

disampaikan kemudian terproyeksi kepada diri *mad'u*. Proyeksi ini bisa jadi merupakan hal yang dianggap berat atau tidak mampu dikerjakan, sehingga kemungkinan besar menyebabkan elakkan.<sup>46</sup> Dalam konteks dakwah bisa dicontohkan kepada ajakan dalam beribadah, dimana bagi seseorang yang condong ke arah *mukhllihat* merupakan sesuatu yang berat. Walaupun demikian, atas adanya hubungan yang kuat antara da'i dan *mad'u*, kewajiban untuk beribadah itu menjadi diinternalisasikan. Hal ini karena internalisasi merupakan suatu proses adopsi pemikiran atau sikap yang terjadi secara tidak sadar.<sup>47</sup>

Langkah berikutnya dalam teori transferensi ialah identifikasi. Pada tahapan ini, seseorang mengenali dirinya, baik sebagai diri sendiri maupun sebagai insan yang memiliki posisi dalam kehidupan sosial.<sup>48</sup> Dalam konteks dakwah, *mad'u* ini juga memiliki kecondongan yang lebih tinggi dalam memahami fitrahnya sebagai manusia yang dituntut untuk senantiasa beribadah kepada Allah. Proses identifikasi ini merupakan hal yang penting dalam mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Menurut al-Ghazali, kebahagiaan dapat dicapai dengan mengenal (1) Allah, (2) diri, (3) dunia, dan (4) akhirat.<sup>49</sup> Tahapan terakhir dari transferensi ialah dorongan untuk mengulang. Pengulangan yang dimaksudkan adalah merasakan kembali

---

<sup>46</sup> Amnon Issacharoff dan Winslow Hunt, "Transference and Projective Identification," *Contemporary Psychoanalysis* 30, no. 3 (Juli 1, 1994): 593–604.

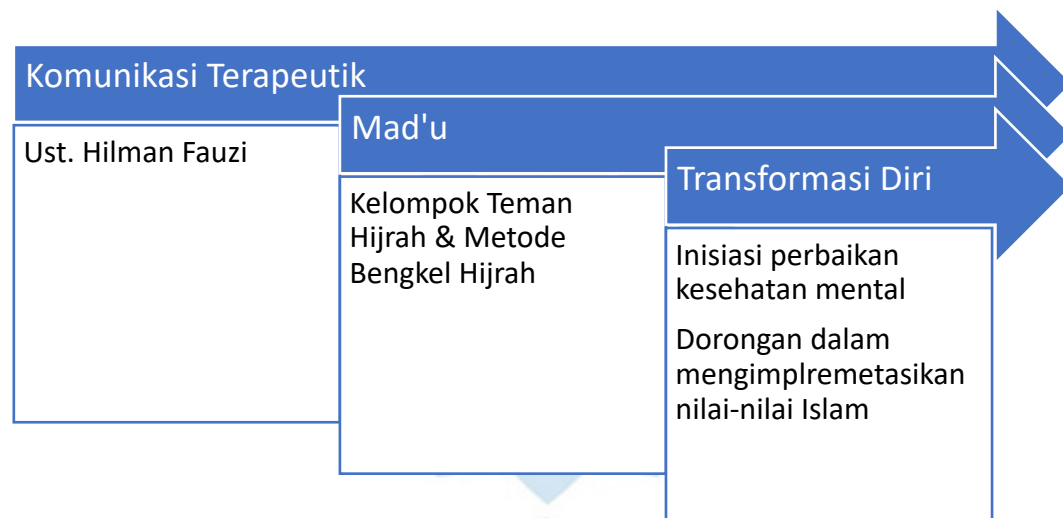
<sup>47</sup> Charles M. Jaffe, "Introjection in Psychoanalytic Couple and Family Therapy," in *Encyclopedia of Couple and Family Therapy* (Cham: Springer International Publishing, 2018), 1–2.

<sup>48</sup> Marc Jeannerod dan Elisabeth Pacherie, "Agency, Simulation and Self-identification," *Mind & Language* 19, no. 2 (April 16, 2004): 113–146.

<sup>49</sup> Abu Hamid Muhammad al-Ghazzali, *The Alchemy of Happiness*, ed. Elton D. Daniel dan Claud Field (Routledge, 2015).

pengalaman yang dirasakan saat ini dan tidak mengumpulkan memori pengalaman yang berserakan di masa lampau.<sup>50</sup> Dalam konteks Islam, hal ini terkait dengan *taubatan nasuha* (atau dalam konteks kekinian, hijrah).

## F. Kerangka Berpikir



**Gambar 1.1**

### **Kerangka Berpikir**

Tesis ini mendalami fenomena komunikasi terapeutik yang disampaikan oleh Ustaz Hilman Fauzi, seorang dai yang dikenal memiliki kekhasan dalam penyampaian pesan dakwah dengan pendekatan terapeutik. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dampak dari komunikasi terapeutik yang diemban oleh Ustaz Hilman Fauzi, khususnya dalam membentuk dan menggerakkan mad'u (penerima dakwah) ke dalam sebuah kelompok yang diberi nama "Komunitas Teman Hijrah." Komunitas ini diketahui memiliki suatu metode yang dikenal sebagai "Bengkel

<sup>50</sup> Macalpine, "The Development of the Transference," 514.

Hijrah," yang diyakini memiliki peran signifikan dalam mendukung dan memperkuat ikatan antar anggota kelompok.

Gagasan mengenai hijrah, yang menjadi fokus baik dari dai maupun mad'u dalam kelompok ini, diyakini memiliki keterkaitan yang erat dengan transformasi positif dalam diri anggota komunitas. Terdapat dugaan bahwa proses transformasi diri ini memiliki dampak positif pada perbaikan kesehatan mental mereka. Secara khusus, tesis ini akan menjelajahi hubungan antara gagasan hijrah yang diusung oleh Ustaz Hilman Fauzi dengan perubahan positif dalam kesehatan mental mad'u, serta bagaimana hal ini mendorong mereka untuk mengimplementasikan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi sebuah upaya untuk merinci dan menggali lebih dalam mengenai peran dakwah terapeutik dalam menciptakan transformasi positif dalam diri pemuda, khususnya melalui kajian fenomenologi pada kelompok Teman Hijrah di Kota Bogor.