

**Penanggulangan Kleptomania Melalui Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif  
Dalam Perspektif Al-Qur'an**

\*Muhamad Barqun Safei, Universitas PTIQ Jakarta  
Ahmad Thib Raya, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta  
Muhammad Suaib Tahir, Universitas PTIQ Jakarta  
\*email: [muhamadbarqun@gmail.com](mailto:muhamadbarqun@gmail.com).

**Abstract**

*This research concludes that overcoming kleptomania can be done using the stages of a cognitive behavioral therapy approach from an Al-Qur'an perspective, namely: 1). Promotive actions include maintaining physical, mental and spiritual health as well as strengthening faith and its implementation. 2). Preventive measures include family harmonization, conducive community environment, and understanding of other people's property rights. 3). Curative action (healing) with cognitive behavioral therapy from an Al-Qur'an perspective, namely problem identification, evaluation of attitudes and beliefs, implementation of Islamic religious teachings, increasing self-control and alternative planning, developing positive thoughts, relaxation, self-regulation and self-affirmation. 4). Rehabilitation measures with family protection and assistance, avoiding bad environments and creating a conducive environment. In this research, the author used qualitative methods by collecting data including verses from the Koran, hadiths of the Prophet, interpretations of the Koran, research results, journals, articles, and conferences or seminars. Meanwhile, to analyze this problem the author uses the thematic interpretation method (maudhu'i).*

**Abstrak**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa penanggulangan kleptomania dapat dilakukan dengan tahapan pendekatan terapi perilaku kognitif perspektif Al-Qur'an, yaitu : 1). Tindakan promotif berupa menjaga kesehatan fisik, mental dan spiritual serta penguatan iman dan implementasinya. 2). Tindakan preventif (pencegahan) yaitu harmonisasi keluarga, kondusifitas lingkungan masyarakat, dan pemahaman terhadap hak milik orang lain. 3). Tindakan kuratif (penyembuhan) dengan terapi perilaku kognitif perspektif Al-Qur'an yaitu identifikasi masalah, evaluasi sikap dan *belief* (keyakinan), implementasi ajaran agama Islam, peningkatan kontrol diri dan perencanaan alternatif, pengembangan pikiran positif, relaksasi, regulasi diri dan pengukuhan diri. 4). Tindakan Rehabilitasi dengan perlindungan dan pendampingan keluarga, menghindarkan dari lingkungan yang buruk serta menciptakan lingkungan yang kondusif. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode kualitatif dengan mengumpulkan data mencakup ayat-ayat Al-Qur'an, hadis nabi, tafsir Al-Qur'an, hasil penelitian, jurnal, artikel, dan konferensi atau seminar. Sedangkan untuk menganalisa masalah ini penulis menggunakan metode tafsir tematik (*maudhu'i*).

## Pendahuluan

Kleptomania termasuk ke dalam gangguan mental yang bisa merugikan diri sendiri dan orang lain. Populasi umum penderita kleptomania memang kecil sekitar 0,3%-0,6% namun di antara orang yang ditangkap karena masalah pencurian, 4%-24% nya adalah dilakukan oleh penderita kleptomania.<sup>1</sup>

Prevalensi kleptomania di Amerika Serikat diperkirakan 6 dari 1000 orang yang berarti sekitar 1,2 juta dari 200 juta orang dewasa Amerika mengidap kleptomania.<sup>2</sup> Kleptomania diperkirakan menyumbang 5% dari pengutulan.<sup>3</sup> Berdasarkan total biaya mengutal \$10 miliar pada tahun 2002, ini berarti bila 5% saja akan menyebabkan kerugian tahunan \$ 500 juta yang disebabkan kleptomania. Selain kerugian harta yang sangat besar pada individu dan keluarga, perilaku kleptomania juga membawa konsekuensi hukum yang serius. Sekitar 2 juta orang Amerika dituduh mencuri karena kleptomania setiap tahun.<sup>4</sup> Jika kleptomania menyumbang 5%, ini berarti ada sekitar 100.000 penangkapan terhadap pengidap kleptomania.

Prevalensi penderita kleptomania di negara-negara lain termasuk di Indonesia tidak diketahui secara pasti berapa banyak jumlahnya, karena pengidap kleptomania cenderung tertutup dan mereka menyembunyikannya serta tidak pernah mau terbuka dan tidak menyampaikan apa yang mereka alami kepada orang lain. Penderita kleptomania baru meminta pertolongan dan menyampaikannya kepada orang lain ketika sudah berurusan dengan hukum.<sup>5</sup> Ada perasaan malu dan bersalah dalam diri penderita kleptomania dan mungkin juga ia tidak tahu bahwa perilaku ini adalah bagian dari penyakit jiwa yang bisa disembuhkan.

Kleptomania dialami oleh berbagai populasi pasien psikiatri diantaranya pasien depresi 3,7%, pasien ketergantungan alkohol 2,1%, individu dengan perjudian patologis 5%. Dan sebuah studi terbaru tentang pasien rawat inap psikiatri dengan kisaran dari gangguan yang diakui mengungkapkan bahwa 7,8% mengalami kleptomania.<sup>6</sup> Komorbiditas penyakit psikiatri mendorong pasien untuk melakukan kleptomania. Kleptomania pertama kali dijelaskan pada tahun 1816 oleh seorang dokter Swiss Andre Matthey, yang menggunakan istilah *klopemanie* untuk menggambarkan pencuri yang secara *impulsif* mencuri benda yang tidak perlu. Belakangan, muncul dua psikiater Prancis, Jean-Étienne Dominique Esquirol dan Charles Chrétien Henri Marc mengubah

---

<sup>1</sup>American Psychiatric Association, "Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders Fifth Edition, DSM-5", *American Psychiatric Publishing*, Arlington, USA, 2013, hal. 478.

<sup>2</sup>Goldman MJ. "Kleptomania: Making sense of the nonsensical", *The American Journal of Psychiatry*, 1991, Vol. 148(8), hal. 986.

<sup>3</sup>McElroy, S. L., Pope, H. G., Hudson, J. I., Keck, P. E., & White, K. L. "Kleptomania: A report of 20 cases". *The American Journal of Psychiatry*, 1991, 148 (5), hal. 653.

<sup>4</sup>Goldman MJ, "Kleptomania: Making sense of the nonsensical". *The American Journal Of Psychiatry*, Vol. 148 (8), 1998. hal. 987.

<sup>5</sup>Yelvi Levani, "Kleptomania: Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi", *Jurnal Vol. 6*, No. 1, Pebruari 2019, hal. 32.

<sup>6</sup>Joe E. Grant, "Gender Related Difference in Individuals Seeking Treatment For Kleptomania", *Author Manuscript, PMC*, Juni 2013, hal. 235.

---

istilah tersebut menjadi *kleptomanie*. Menurut mereka, penderita *kleptomanie* melakukan pencurian karena orang tersebut mengalami sakit jiwa.<sup>7</sup>

Kleptomania adalah ketidakmampuan seseorang untuk menolak dorongan dari dalam dirinya untuk mencuri barang atau benda secara berulang kali yang sebenarnya tidak diperlukan untuk kebutuhan dirinya dan bukan karena faktor ekonomi.<sup>8</sup> Dorongan itu begitu kuat sehingga penderita ini tidak mampu mengendalikan dorongan tersebut sehingga pencurian itu terjadi berkali-kali.

Seseorang yang mengidap kleptomania melakukan pencurian bukan untuk memenuhi kebutuhan dirinya sendiri, tetapi sebagai tanda kebanggaan atas dirinya dan memenuhi rasa puas yang memenuhi pikirannya. Ia akan mengambil sesuatu tanpa direncanakan, tanpa menggunakan strategi, tanpa kawan dan teman yang mendampingi. Ketika dorongan untuk mengambil barang itu datang, muncul rasa resah dan gelisah dalam dirinya yang memaksa untuk mengambil barang yang dilihatnya dan ketika barang itu sudah diambil ada rasa puas memenuhi hati dan pikirannya. Lembaga Survey Epidemiologi Amerika Serikat merilis prevalensi pencurian sekitar 11,3% dan diduga prevalensi kleptomania pada populasi pencuri tersebut sekitar 3,8 sampai 24%.<sup>9</sup> Sedangkan penderita kleptomania di Indonesia dan di dunia belum ada data yang pasti, hal ini dikarenakan seringkali para penderita kleptomania menyembunyikan kondisinya dan baru meminta pertolongan saat telah berurusan dengan hukum.<sup>10</sup>

Ada beberapa kriteria *diagnostic* kleptomania, yaitu *pertama*, kegagalan yang terus berulang dalam menolak *impuls* untuk mencuri benda dan barang yang tidak ada keperluan dan kepentingan terhadapnya. *Kedua*, meningkatnya rasa ketegangan segera sebelum melakukan pencurian. *Ketiga*, munculnya rasa senang dan lega setelah mampu melakukan pencurian. *Keempat*, tindakan mencuri itu bukan untuk mengekspresikan balas dendam, kemarahan atau khayalan.<sup>11</sup> Setelah berhasil mengambil benda-benda tersebut dan merasakan kelegaan dalam dirinya, disusul kemudian munculnya rasa penyesalan, rasa cemas dan merasa bersalah bahkan bisa muncul rasa benci pada diri sendiri atas kesalahan tindakannya itu.

Faktor penyebab terjadinya kleptomania secara pasti sampai saat ini memang belum diketahui, namun terdapat beberapa teori yang bisa dikemukakan untuk meneliti dan memahami gejala munculnya kleptomania. Di antara teorinya itu adalah teori *psikoanalistik* dan *psikoseksual*. Teori *psikoanalitik* menghubungkan kleptomania dengan trauma masa lalu dan mencuri merupakan simbol kehilangan masa kecil. Sedangkan teori

---

<sup>7</sup>Justyna Sipowicz, Ryszard Kujawski, Kleptomania Or Common Theft Diagnostic And Judicial Difficulties, *Provincial Psychiatric Hospital in Swiecie*, Psychiatr. Pol. 2018; 52(1): hal. 81–92. Lihat juga dalam Goldman MJ, “Kleptomania: Making sense of the nonsensical”. *The American Journal Of Psychiatry*, 148 (8), 1998. hal. 986.

<sup>8</sup>V. Mark Durand, “Intisari Psikologi Abnormal”, diterjemahkan oleh Helly Prajitno dan Sri Mulyantini Soetjipto dari judul “*Essential of Abnormal Psychology*”. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007, Cetakan I, edisi keempat. h.166-167.

<sup>9</sup> Carlos Blanco, et.al. “Prevalence and correlates of shoplifting un the United States: results from The National Epidemiologic seurvey on alcohol and related conditions” (NESARC), *The American Journal Psychiatry*, 2008, Vol. 165 (7), hal. 909.

<sup>10</sup>Yelvi Levani, “Kleptomania: Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi”, Dalam *Magna Medika*, Vol. 6, No. 1, Pebruari 2019, hal. 32.

<sup>11</sup>Bangkit Ari Prabowo, “Gambaran Psikologis Individu dengan Kecenderungan Kleptomania”, *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 13, No.2 Oktober 2014, hal. 165.

*psikoseksual* menghubungkan antara kleptomania dengan represi dan supresi seksual.<sup>12</sup> Oleh karena itu Dalam penelitian ini penulis akan menggali cara dalam penanggulangan kleptomania ini melalui pendekatan terapi perilaku kognitif dalam perspektif Al-Qur'an

### Metode Penelitian

Dalam disertasi ini akan dipilih metode *maudhu'i* Abdul Hay Husein al-Farmawi karena metode ini dapat digunakan sebagai penggali konsep Al-Qur'an dalam menyembuhkan gangguan mental termasuk kleptomania. Dalam disertasi ini tahapan yang akan dilakukan adalah:

1. Menghimpun semua ayat yang memiliki kesamaan tema berkaitan dengan pencurian, kesehatan mental dan penyembuhan dari penyakit mental. Ayat-ayat yang diangkat akan ditafsirkan menggunakan tafsir-tafsir *bil ma'tsûr* dan tafsir *bi al-ra'y*.
2. Peneliti dapat melihat keterkaitan antar ayat yang miliki kesamaan tema. Oleh karena itu metode ini dapat menangkap makna, petunjuk, keindahan dan kefasihan Al-Qur'an.
3. Peneliti dapat menangkap ide Al-Qur'an yang sempurna dari ayat-ayat yang memiliki kesamaan tema.
4. Metode ini sesuai dengan tuntutan zaman modern yang mengharuskan kita merumuskan hukum-hukum universal yang bersumber dari Al-Qur'an bagi seluruh negara Islam.
5. Dengan metode ini siapapun bisa terbantu dan memudahkan untuk bisa memahami ayat pertemanya, baik ia juru dakwah, professional atau pun orang biasa.
6. Dengan metode ini membantu para pelajar untuk sampai pada petunjuk Al-Qur'an tanpa harus merasa lelah dan bertele-tele menyimak uraian kitab-kitab tafsir yang beragam.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Landasan Teori Tentang Kleptomania

Kleptomania terdiri dari dua kata yaitu *klepto* dan *mania*. *Klepto* menurut bahasa berasal dari kata *kleptiein*<sup>13</sup> yang artinya mencuri.<sup>14</sup> Sedangkan *mania* adalah gangguan jiwa dengan ciri gejala kemarahan, kegelisahan, kekalutan, atau kebingungan yang berlebih-lebihan.<sup>15</sup> Kleptomania adalah kelainan jiwa berupa keinginan hendak mencuri

---

<sup>12</sup>Harold I. Kaplan dan Benjamin J. Sadock, *Sinopsis Psikiatri*, diterjemahkan oleh Widjaja Kusuma dari judul *Synopsis Of Psychiatry*, Tangerang: Binarupa Aksara Publisher, 2010, Jilid 2, hal. 240.

<sup>13</sup>Kata ini diambil dari bahasa Yunani yang artinya mencuri.

<sup>14</sup>Dendy Sugiono, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa* Edisi Keempat, Jakarta: PT. Gramedia, 2008, hal. 206.

<sup>15</sup>David Moeljadi, *et.al.* Badan Pengembangan Bahasa dan Perbukuan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *KBBI V 0.4.0 Beta (40)*, 2016-2020., Kode Sumber Aplikasi: <https://github.com/yukuku/kbbi4>.

---

yang tidak dapat ditahan-tahan sekalipun barang curian itu tidak berharga atau tidak berguna sama sekali.<sup>16</sup>

Dalam Kamus Lengkap Psikologi disebutkan, satu impuls<sup>17</sup> obsesif<sup>18</sup> atau kompulsi<sup>19</sup> untuk mencuri.<sup>20</sup> Dalam diri penderita kleptomania terdapat dorongan kuat dalam dirinya untuk mencuri barang-barang bukan karena kebutuhan tetapi demi kepuasan. Kleptomania adalah ketidakmampuan berulang untuk menahan dorongan untuk mencuri barang-barang yang biasanya tidak terlalu dibutuhkan dan biasanya bernilai kecil. Kleptomania adalah gangguan kesehatan mental yang langka namun serius yang dapat menyebabkan banyak rasa sakit emosional baik pada diri sendiri ataupun orang lain yang dicintai.<sup>21</sup>

### Ciri-Ciri Penderita Kleptomania

Ciri-ciri kleptomania didefinisikan di dalam *Diagnostic and Statistical Manual Disorder V (DSM-V, 2013)*<sup>22</sup> dengan kriteria sebagai berikut :

- a. Kleptomania bisa diderita baik pria ataupun wanita.
- b. Kegagalan berulang untuk menahan keinginan untuk mencuri benda-benda yang tidak diperlukan untuk penggunaan pribadi atau barang yang tidak berharga.
- c. Meningkatnya ketegangan sesaat sebelum melakukan pencurian.
- d. Munculnya kesenangan, kepuasan atau kelegaan pada saat melakukan pencurian.
- e. Pencurian itu dilakukan bukan untuk mengekspresikan kemarahan atau balas dendam dan bukan sebagai tanggapan terhadap *delusi* atau *halusinasi*.
- f. Pencurian karena kleptomania ini akan lebih parah ketika dibarengi dengan komorbid gangguan penyakit lainnya.
- g. Pencurian dilakukan tanpa melakukan rencana dan strategi.
- h. Pencurian dilakukan tanpa minta bantuan pihak lain.

### Sejarah Kasus Kleptomania Pertama di Dunia

Perilaku mencuri dan mengutil telah ada selama berabad-abad. Pada abad kedelapan belas, Franz Joseph Gall, seorang ahli saraf, fisiologi Jerman, menunjukkan bahwa Raja Amadis dari Sardinia biasanya mencuri barang-barang sepele dari orang lain.<sup>23</sup> Gagasan bahwa beberapa orang mungkin tidak dapat mengendalikan dorongan hati mereka untuk mencuri pertama kali diterbitkan dalam literatur medis pada tahun 1816 oleh Mattley dan diberi nama *Klopemanie*.<sup>24</sup> (dalam Bahasa Yunani artinya gila mencuri).

---

<sup>16</sup>David Moeljadi, *et.al.* Badan Pengembangan Bahasa, Kode Sumber Aplikasi: <https://github.com/yukuku/kbbi4>.

<sup>17</sup>Rangsangan atau gerak hati yang timbul dengan tiba-tiba untuk melakukan sesuatu tanpa pertimbangan.

<sup>18</sup>Bersifat obsesi yaitu ide atau perasaan yang sangat merasuki pikiran.

<sup>19</sup>Dorongan atau paksaan.

<sup>20</sup>J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: Raja Grafinda Persada, 2014, Cet. Ke-14, hal. 268.

<sup>21</sup><https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/kleptomania/symptoms-causes/syc-20364732>, diakses pada tanggal 21 September 2021 pukul 11.10.

<sup>22</sup>American Psychiatric Association, *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders Fifth Edition, DSM-5*, American Psychiatric Publishing, Arlington, USA, 2013, hal. 478.

<sup>23</sup>Polak DM, Dannon PN, *Stealing Madness, Kleptomania*. Harefuah. 2001 Jun;140 (6) : 567. PMID: 11420843, hal. 473-5.

<sup>24</sup>Polak DM, Dannon PN, *Stealing Madness, Kleptomania...*, hal. 474.

Fenomena ini diselidiki secara serius pada tahun 1838 oleh dokter Prancis Jean Etienne Esquirol dan C. C. Marc, yang menciptakan istilah kleptomania untuk menggambarkan pengutulan yang tidak disengaja dan tidak dapat ditoleransi. Pada akhir abad kesembilan belas, muncul penjelasan tentang fenomena kleptomania yang disebutkan bahwa kemungkinan penyebab munculnya kleptomania adalah adanya penyakit rahim pada wanita atau ketegangan pramenstruasi.<sup>25</sup> Pemikiran ini muncul karena ada persepsi bahwa perilaku tersebut hanya mempengaruhi perempuan saja. Namun baru-baru ini, telah ditemukan bahwa pria juga telah terbukti menderita kleptomania. Dari penemuan tersebut, maka pada awal abad kedua puluh, sistem reproduksi wanita sebagai penyebab munculnya perilaku kleptomania ini telah dihapus.<sup>26</sup>

Pada tahun 1952, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-I) pertama kali memasukkan kleptomania sebagai istilah tambahan untuk reaksi obsesif kompulsif. Namun, pada periode berikutnya yaitu DSM-II (1968) kleptomania benar-benar diabaikan dan tidak dimasukkan ke dalam daftar penyakit gangguan mental. Pada periode berikutnya kleptomania muncul kembali dan dimasukkan ke dalam daftar gangguan mental pada DSM-III (1980) dan sejak itulah kleptomania telah dikategorikan sebagai gangguan kontrol *impuls* yang tidak diklasifikasikan di tempat lain (DSM-IV, 1994).

### Respon Al-Qur'an Terhadap Kleptomania Dan Gangguan Mental

Kleptomania sebagai istilah perilaku abnormal atau gangguan kesehatan mental tidak secara khusus disebutkan dalam Al-Qur'an. Namun, Al-Qur'an membahas dengan jelas tentang masalah pencurian yang dilakukan secara umum. Pencurian adalah perbuatan yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Al-Qur'an sangat menekankan pentingnya kejujuran, menjaga dan menghormati hak milik harta orang lain, dan pentingnya mematuhi hukum yang telah ditetapkan. Al-Qur'an menyediakan petunjuk tentang perilaku yang benar, termasuk larangan mencuri atau merampas hak orang lain.

Di dalam Al-Qur'an pencuri disebut *sâriq*. *Al-sâriq* adalah *isim fâ'il* (kata pelaku) dari kata kerja *saraqa* (mencuri). Mencuri ialah mengambil milik orang lain secara diam-diam.<sup>27</sup> Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia disebutkan bahwa mencuri adalah suatu perbuatan mengambil barang milik orang lain dengan jalan yang tidak sah biasanya dilakukan secara sembunyi-sembunyi.<sup>28</sup> Dari pengertian menurut bahasa ini dapat dipahami bahwa secara umum mencuri merupakan perbuatan mengambil barang orang lain yang bukan miliknya yang dilakukan secara sembunyi-sembunyi.

Menurut Sayyid Sabiq, pencurian adalah mengambil barang orang lain secara sembunyi-sembunyi bahkan bisa juga misalnya mencuri suara, karena mencuri suara dengan sembunyi-sembunyi dan ada pula mencuri pandang karena memandangi dengan sembunyi-sembunyi ketika yang dipandang lengah.<sup>29</sup>

---

<sup>25</sup>Netta Shoenfeld and Pinhas N. Dannon, *The Oxford Handbook Of Impulse Control Disorders, Phenomenology and Epidemiology of Kleptomania*, New York: Oxford University Press, 2012, hal. 126.

<sup>26</sup>Jhon E. Grant, Brian L Odlaug, *Kleptomania: Clinical Characteristics And Treatment*, Department Of Psychiatry University Of Minnesota School Of Medicine, 2008, hal. 11-16.

<sup>27</sup>Achmad Warson al-Munawwir, *Kamus Al-Munawwir*, Surabaya: Pustaka Progresif, 2008, hal. 628.

<sup>28</sup>Tim Redaksi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pusat Bahasa, 2010, hal. 304.

<sup>29</sup>Sayyid Sabiq, *Fiqh Al-Sunnah*, Kuwait : Dar Al Bayan, 1968, Juz 9 hal. 202.

---

## Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an

Gangguan mental adalah gangguan serius yang dapat mempengaruhi pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang. Menurut Kanfer dan Gouldstein, ciri-ciri orang dengan gangguan jiwa adalah munculnya perasaan cemas dan tegang dalam dirinya, tidak puas dengan perilaku sendiri (dalam arti negatif) dan ketidakmampuan untuk menangani masalah secara efektif. Namun, terkadang ciri-ciri tersebut tidak dirasakan oleh penderitanya, melainkan dirasakan oleh orang-orang yang ada di sekitarnya.<sup>30</sup>

Penyebab munculnya gangguan mental yang melanda banyak orang sering terjadi disebabkan karena beberapa hal,<sup>31</sup> *pertama*, adanya tindakan yang tidak sejalan dengan hati nurani, *kedua*, proses aktualisasi diri yang terhalangi atau terhambat oleh sesuatu, *ketiga*, dugaan yang tidak sama dengan realita contohnya ia menganggap dirinya dianggap penting tapi kenyataannya tidak. *Keempat*, ketakutan akan kehilangan posisi sosial yang telah diraihinya, *Kelima*, tidak memiliki kemampuan untuk melepaskan diri dari suatu kebiasaan jelek yang memang sangat ingin ditinggalkannya. *Keenam*, seseorang yang berada di bawah pimpinan yang otoriter, *ketujuh*, orang yang mendapat hukuman bukan disebabkan kesalahan yang dilakukan oleh dirinya. *Kedelapan*, orang yang keinginannya ditentang keras oleh orang lain, *Kesembilan*, orang yang sangat berambisi tetapi kenyataannya lemah, *Kesepuluh*, orang yang merasa bahwa dia sebenarnya berhak mendapatkan sesuatu yang jauh lebih banyak dan besar ketimbang yang dimilikinya sekarang. *Kesebelas*, ketika seseorang melihat ada orang yang hidup berkecukupan atau menikmati berbagai kemudahan, padahal menurutnya orang itu sebenarnya tidak berhak mendapatkannya.

Karl Menninger memberikan penjelasan bahwa jiwa yang sehat adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri pada lingkungan, serta berintegrasi dan berinteraksi dengan baik dan tepat. Michael Kirk Patrick mendefinisikan jiwa yang sehat adalah orang yang terbebas dari gejala gangguan psikis serta dapat berfungsi optimal sesuai apa yang ada padanya. Sedangkan Clausen memaknai jiwa yang sehat adalah orang yang dapat mencegah gangguan mental akibat berbagai stressor serta dipengaruhi oleh besar kecilnya stressor, intensitas, makna budaya, agama dan kepercayaan.<sup>32</sup>

Dalam ajaran Islam, kesehatan mental memiliki peran yang sangat penting yang tidak bisa dipandang sebelah mata. Hal ini mencakup kesehatan emosional, psikologis, dan spiritual individu. Kesehatan mental dalam Islam berfokus pada keseimbangan dan keharmonisan dalam diri seseorang, serta hubungan yang sehat antara individu dengan Allah, dengan sesama manusia, dan dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini dilakukan agar tercapai kehidupan yang harmonis dan bahagia di dunia dan di akhirat.

### Penerapan Rekonstruksi Terapi Perilaku Kognitif dengan Nilai-Nilai Islam

Rekonstruksi dengan nilai-nilai Islam dalam terapi perilaku kognitif adalah pendekatan yang mengintegrasikan konsep dan prinsip-prinsip Islam ke dalam terapi perilaku kognitif konvensional. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk membantu

---

<sup>30</sup>Muhamad Azhan Azhari, "Dukungan Sosial bagi Penderita Disfungsional untuk Penguatan Kesehatan Mental: Studi Syarah Hadis dengan Pendekatan Psikologi Islam," *Jurnal Riset Agama*, Vol. 1, No.2, 2021, hal. 312.

<sup>31</sup>Nashir Fahmi, *Spiritual Excellence Kekuatan Ikhlas Menciptakan Keajaiban Hidup*, Depok: Gema Insani, 2009 dalam Ratna Wulan, "Model-Model Terapi Mental dalam Islam," *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol. 18, no.1, 2021, hal. 18.

<sup>32</sup>Ah. Yusuf, dkk, *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, Jakarta: Salemba Medika, 2015, hal. 5.

individu dalam mengatasi masalah kejiwaan, perilaku maladaptif, dan meningkatkan kualitas hidup mereka dengan menggunakan panduan yang diberikan oleh ajaran Islam yang terkandung di dalam Al-Qur'an ataupun hadis.

Berikut adalah tahapan dalam rekonstruksi dengan nilai-nilai Islam dalam terapi perilaku kognitif:<sup>33</sup>

1. Penilaian dan Diagnosis. Tahap ini melibatkan penilaian yang holistik untuk memahami masalah klien dan melihat bagaimana aspek-aspek keberagamaan dan spiritualitas mempengaruhi masalah mereka. Terapis akan menggunakan wawancara, observasi, dan alat evaluasi psikologi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang klien.
2. Pendampingan Tanpa Penghakiman. Terapis memberikan pendampingan dengan tanpa menghakimi dan memberikan keluhan-keluhan tersebut dalam kerangka nilai-nilai Islam. Terapis membantu klien untuk melihat situasi atau masalah dari sudut pandang Islam, mengidentifikasi pola pikir yang mungkin bertentangan dengan nilai-nilai Islam, dan membantu klien mencapai penyesuaian perilaku sesuai dengan ajaran Islam.
3. Rekonstruksi Kognitif. Terapis bekerja sama dengan klien untuk merekonstruksi pola pikir dan keyakinan negatif yang bertentangan dengan nilai-nilai Islam. Hal ini melibatkan identifikasi kesalahan pemikiran (*cognitive distortions*) berbasis agama, seperti generalisasi negatif terhadap ajaran Islam atau perasaan bersalah yang berlebihan.
4. Teknik Perilaku. Terapis menggunakan teknik perilaku yang sesuai dengan prinsip-prinsip Islam untuk membantu klien mengembangkan keterampilan dan perilaku baru yang sesuai dengan apa yang diajarkan oleh Islam yang diaplikasikan dalam interaksi sosial, pekerjaan dan keluarga. Hal ini dapat mencakup teknik relaksasi seperti zikir atau salat, pengelolaan stres berdasarkan ajaran Islam, atau penguatan positif untuk perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.
5. Integrasi Spiritualitas. Dalam tahap ini, terapis menggali nilai-nilai, praktik keagamaan, dan pemahaman klien tentang agama mereka. Terapis membantu klien mengintegrasikan nilai-nilai dan kegiatan keagamaan mereka ke dalam rutinitas sehari-hari dan strategi pemecahan masalah dalam berbagai aspek kehidupan. Terapis pun mengajarkan klien untuk mengelola emosi negatif seperti kemarahan dan kecemasan dengan bimbingan dari Al-Qur'an dan Hadis yang relevan.<sup>34</sup>

Pendekatan ini membutuhkan terapis yang memiliki pemahaman yang mendalam tentang ajaran Islam serta keterampilan dalam terapi perilaku kognitif. Penting untuk mencari terapis yang berpengalaman dalam menggunakan pendekatan ini jika Anda tertarik dengan integrasi nilai-nilai Islam dalam terapi kognitif perilaku.

---

<sup>33</sup>Wahass, "Islamic Cognitive Behavior Therapy", *Muslim World League Journal Of International Affair*, 2016, 14(2), hal. 35-44.

<sup>34</sup>Younis, M. Z., & Ayub, N. "Islam And Cognitive-Behavioral Therapy: A Perspective", *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 2009, 39(1), hal. 29-39. Lihat pula dalam Haque, A., & Keshavarzi, H. "Integrating Islamic Principles Into Cognitive-Behavioral Therapy: A Review Of Literature", *Journal of Muslim Mental Health*, 2017, 11(1), hal. 3-24.

**TABEL 1.1 TERAPI PERILAKU KOGNITIF BARAT**

<b>Pernyataan Diri Secara Kognitif (Barat)</b>	
<b>1.</b>	<b><i>Self Control and Change</i></b> (kontrol diri dan perubahan) Saya sering membuat diri ini tidak disiplin dan mengalahkan diri sendiri dengan menuntut diri agar secepatnya mendapai kepuasan. Saya dapat melepaskan kebutuhan jangka pendek saya; yakni mencari kesenangan untuk hari ini dan besok dan meraih kepuasan hidup dengan cara disiplin.
<b>2.</b>	<b><i>Self Worth</i></b> (Keberartian diri) Saya orang yang berharga dengan sifat positif dan negatif
<b>3.</b>	<b><i>High Frustration Tolerance</i></b> (toleransi frustasi yang tinggi) Tidak ada sesuatu yang mengerikan; hanya terburuk; sesuatu yang sangat tidak nyaman. Saya bisa sangat frustasi dan kesulitan, meski saya tidak menyukainya.
<b>4.</b>	<b><i>Acceptance Of Others</i></b> (penerimaan terhadap orang lain) Semua manusia bisa berbuat salah, oleh karena itu saya dapat menerima ketika orang lain bersalah dan bertindak tidak tepat. Saya dapat menerima mereka dengan kesalahannya, perilaku tidak tepatnya dan menolak untuk merendahkan mereka.
<b>5.</b>	<b><i>Achievement</i></b> (prestasi) Saya memilih melakukan dengan baik dan mendapatkan persetujuan dari orang yang berarti bagi saya. Saya tidak pernah memiliki keharusan untuk melakukan sesuatu hanya untuk membuktikan bahwa saya orang yang berguna.
<b>6.</b>	<b><i>Needing Approval And Love</i></b> (membutuhkan persetujuan dan cinta) Lebih baik disukai dan dicintai oleh orang yang berarti dan juga memiliki keterampilan sosial, namun saat saya tidak disetujui saya akan tetap menerima diri sendiri sepenuhnya dan tetap melanjutkan menikmati hidup.
<b>7.</b>	<b><i>Accepting Responsibilities</i></b> (menerima tanggung jawab) Menghadapi dan berurusan dengan kesulitan hidup dan tanggung jawab itu berat, namun mengabaikan atau melarikan diri dari hal-hal seperti itu dalam jangka panjang justru akan menjadi lebih berat. Menghadapi masalah-masalah kehidupan justru akan terasa ringan jika tetap melangkah.
<b>8.</b>	<b><i>Accepting Self Direction</i></b> (menerima arahan dari diri sendiri) Saya lebih menyukai bergantung pada seseorang yang perhatian dan dapat diandalkan, namun saya tidak perlu menjadi tergantung pada orang tersebut. Saya juga tidak perlu mencari dan bergantung pada seseorang yang lebih kuat dari saya.
<b>9.</b>	<b><i>Self Acceptance</i></b> (penerimaan diri) Jika saya gagal dalam pekerjaan, sekolah atau dalam beberapa hal penting lainnya, hal tersebut bukanlah menggambarkan diri saya secara keseluruhan. (Diri saya secara utuh adalah saya sebagai teman, sebagai pasangan dan sebagainya, termasuk juga kualitas kebaikan dan kebermanfaatannya). Kegagalan bukanlah kondisi yang permanen.

### **Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif Perpektif Al-Qur'an Dalam Menanggulangi Permasalahan Kleptomania**

Seorang penderita kleptomania membutuhkan terapi untuk menanggulangi perilaku menyimpangnya, salah satu terapi yang bisa diterapkan adalah terapi perilaku kognitif. Pendekatan dengan terapi perilaku kognitif merupakan terapi yang bisa memfokuskan pada penyembuhan mentalnya melalui perubahan pikiran, perilaku, emosi dan kebiasaan buruknya. Pendekatan dengan terapi ini sudah banyak digunakan untuk menyembuhkan berbagai macam keluhan dan masalah yang dihadapi oleh manusia khususnya gangguan mental<sup>35</sup> termasuk di dalamnya adalah masalah kleptomania. Dalam tulisan ini penulis

<sup>35</sup>Stefan G. Hofmann, *et.al*, *The Efficacy Of Cognitive Behavioral Therapy: A Review Of Meta-Analyses*, *Cognit Ther Res*, 2012, 36(5): hal. 427-440.

akan memadukan pendekatan terapi perilaku kognitif dengan beberapa ayat Al-Qur'an sebagaimana yang sudah dijelaskan oleh penulis pada bab IV dan V bahwa Al-Qur'an selain menjadi kitab petunjuk dan pengingat bagi umat manusia terutama umat Islam, ternyata Al-Qur'an pun bisa menjadi sumber solusi dari setiap masalah yang dihadapi oleh umat manusia, termasuk masalah kleptomania.

Pembahasan pada bab ini, penulis menemukan cara penanggulangan terhadap masalah kleptomania dengan pendekatan terapi perilaku kognitif perspektif Al-Qur'an. Penanggulangan tersebut terdiri dari tindakan pencegahan (preventif), penyembuhan (kuratif) dan *recovery* serta rehabilitasi.

### Kesimpulan

Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa penanggulangan terhadap masalah kleptomania ini dapat ditanggulangi dengan terapi perilaku kognitif perspektif Al-Qur'an. Dari pendekatan tersebut ditemukan penanggulangannya melalui beberapa tahapan, yaitu 1) Tindakan promotif dengan menjaga kesehatan fisik dan mental, serta penguatan iman dan implementasinya. 2) Tindakan preventif berupa faktor harmonisasi keluarga, faktor kondusifitas lingkungan masyarakat serta pemahaman tentang hak milik orang lain. 3) Tindakan kuratif berupa terapi farmakologi, dan terapi perilaku kognitif perspektif Al-Qur'an yang terdiri dari identifikasi masalah, evaluasi sikap dan *belief* (keyakinan), implementasi ajaran agama Islam, peningkatan kontrol diri, peta pikiran positif, relaksasi, regulasi diri dan pengukuhan diri. 4) Tindakan rehabilitasi berupa perlindungan dan pendampingan dari keluarga, menghindarkan diri dari lingkungan yang buruk, dan menciptakan lingkungan yang kondusif.

### Daftar Pustaka

- Abdullah, T., & Hassan, F. "The Relevance Of Islamic Religious Teachings In The Practice Of Cognitive-Behavioral Therapy", *Journal of Religion and Health*, 2014, 53(2).
- Abidin, Zainal *et.al.* "Islamic Cognitive-Behavioral Therapy As An Intervention Among Depressed Muslim Patients: A Literature Review", *Intellectual Discourse*, 2014, 22(2).
- Abu Zaid, Bakr bin Abdullah. *Tashih al-Du'a*, Riyadh : Darul 'Ashimah, 1999 M/1419 H.
- Afzalurrahman, *Indeks Alquran*, Cet. 1, Jakarta: Bumi Askara, 1997
- Ahmad, Zuraida, *et.al.* "Islamic Integrated Cognitive Behaviour Therapy: Ashari'ah Compliant Intervention for Muslim with Depressioni," MJP Online Early Original Paper, 2019.
- Al-A'zha'im, Jamal Abu. *Al-Quran Wa 'Ilm al-Nafs: Nadwah 'Ilm al-Nafs Wa al-Islam*, Vol.1, Riyadh: Kulliyah al-Tarbiyyah, Jami'ah Riyadh, 1978
- al-Nawawi, Muhyiddin bin Abi Zakaria Yahya bin Syaraf. *al-Adzkar Al-Nawawiyah*, Semarang : Thaha Putra, tt,

- 
- Al-Thabrani, Abu Al-Qasim. *Al-Du'a*, Beirut: Darul Basya'ir al-Islamiyah, 1987 M./1407 H.
- American Psychological Association (APA). (2021). *Understanding Mental Health and Mental Illness: Social Factors and Conditions*. Diakses pada 18 Agustus 2021, dari <https://www.apa.org/topics/understanding-mental-health/social-factors>.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, KBBI Daring, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/takabur>, diakses 7 Juni 2023
- Bögels, S. M. & Phares, V. "Adolescent's Perception Of Family Functioning And Development Of Maladjustment: The Role Of Emotional Reactivity." *Journal of Adolescence*, 2008, 31(2).
- Brand, B. L., *et.al*, "Triggers, Coping, And Mediators Of Sadness," *Cognitive Therapy and Research*, 2019, 43(5).
- Campos, B., *et.al*, "Emotion Socialization in Latinx Immigrant Families: Exploring the Role of Parent's Acculturative Stress, Enculturation, and Familism Values," *Journal of Family Psychology*, 2013, 27(3),
- Coccaro, Emil F. & Larry J. Siever, "The Neuropsychopharmacology of Impulsive Aggression", *Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*, 2, 5(1), 2013.
- Damri Hasibuan, *Perbedaan kata Khasyyah dan Khauf dalam al-Quran dan Rahasiannya*, [ibihtafsir.id](http://ibihtafsir.id), agustus 2021, diakses 8 Juli 2023.
- Donnelly, E. A., & Ryon, E. C. "Family Communication Patterns And Wellness: An Investigation Into The Underlying Mechanisms Of Family Functioning." *Journal of Family Communication*, 2016,
- Easman BD, "A case of Kleptomania", *The American Journal Of Psychiatry*, 1878
- El-Biomi, Saad Riad, "Cognitive Behavioral Therapy for Kleptomania: A Case Study", *International Neuropsychiatric Disease Journal*, 2020.
- <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/determinants-of-health>.  
Diakses pada 2 Agustus 2023.
- Jon E. Grant, "Understanding ang Treating Kleptomania: New Models and New Treatment" *Journal Psychiatry Relat Sci*, Vo. 43, No.2, 2006.
- Jung, Carl "The Theory Of Psychoanalysis, The Collected Works Of C. G. Jung", Volume 4: *Freud and Psychoanalysis*, 1913.

Kadir, R. A., *et.al*, A. A. "The Islamic Cognitive Behavioral Therapy (ICBT): A Therapeutic Approach To Depression And Anxiety". *Southeast Asia Psychology Journal*, 2016, no 4.

Keller, Peggy S. *et.al*, "Marital Conflict In The Context Of Parental Depressive Symptoms: Implications For The Development Of Children's Adjustment Problems." *Social Development*, 2009, 18(3),