

PESAN DAKWAH SELF-HEALING DALAM CHANNEL YOUTUBE USTADZAH HALIMAH ALAYDRUS

Dina Nur Annisa¹⁾, Ida Suryani Wijaya²⁾, Miftahul Huda³⁾

¹⁾Program Studi Manajemen Dakwah, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah,
Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda

²⁾Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah,
Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda

³⁾Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah,
Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda

Email: dinanurannisa01@gmail.com, idasuryaniwijaya@uinsi.ac.id, miftahulh2@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui isi pesan dakwah *self-healing* dalam *channel* YouTube Ustadzah Halimah Alaydrus. Perkembangan teknologi yang semakin pesat saat ini membuat proses penyebaran dakwah Islam juga ikut mengalami perkembangan yang cukup signifikan. Hal ini juga berdampak besar pada kesehatan mental masyarakat yang disuarakan sebagai akibat dari perubahan gaya hidup dan lingkungan sosial. Gaya hidup ini dinamakan gaya hidup digital. Ustadzah Halimah Alaydrus merupakan salah satu Da'i yang memanfaatkan adanya perkembangan teknologi saat ini sebagai media dakwah, salah satunya ialah YouTube. Salah satu tema yang diangkat dalam video dakwahnya ialah terkait *self-healing*. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*Field Research*) yang bersifat kualitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode analisis isi. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini: *Pertama*, dalam video-video tersebut, terdapat pesan *self-healing* yang terbagi menjadi tujuh tahapan. *Kedua*, pesan dakwah yang disampaikan terbagi menjadi tiga, yakni aqidah, syariah, dan akhlak.

Kata Kunci: Pesan Dakwah, *Self-Healing*, YouTube

Abstract

The aim of this research is to determine the content of self-healing preaching messages on Ustadzah Halimah Alaydrus' YouTube channel. The increasingly rapid development of technology at this time means that the process of spreading Islamic da'wah is also experiencing quite significant developments. This also has a major impact on people's mental health which is expressed as a result of changes in lifestyle and social environment. This lifestyle is called a digital lifestyle. Ustadzah Halimah Alaydrus is one of the Da'i who takes advantage of current technological developments as a medium for da'wah, one of which is YouTube. One of the themes raised in his preaching videos is related to self-healing. This type of research is field research which is qualitative in nature. The method used in this research is the content analysis method. Results obtained from this research: First, in these videos, there are self-healing messages which are divided into seven stages. Second, the da'wah message conveyed is divided into three, namely aqidah, sharia, and morals.

Keyword: Da'wah Messages, *Self-Healing*, YouTube

PENDAHULUAN

Teknologi komunikasi saat ini mengalami perkembangan yang sangat pesat. Berbagai jenis media baru atau *new media* bermunculan dan terus berkembang. Perkembangan ini secara signifikan mempengaruhi dunia media. Di Indonesia, hampir seluruh kalangan dari berbagai usia aktif berpartisipasi dalam penggunaan teknologi komunikasi, terutama internet.

Berdasarkan data yang dirilis oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia), pengguna internet di Indonesia pada tahun 2021-2022 mencapai 210,03 juta orang. Angka ini mengalami peningkatan sebesar 6,78% dibanding tahun sebelumnya yang hanya mencapai 196,7 juta orang. Tingginya jumlah pengguna internet ini telah menciptakan tren gaya hidup yang relatif baru di Indonesia, yang dikenal sebagai gaya hidup digital.

Dengan meningkatnya jumlah pengguna internet di Indonesia, membuat cara berdakwah juga mengalami perkembangan yang cukup signifikan. Saat ini, proses penyampaian ajaran-ajaran Islam tidak lagi terbatas pada upaya dakwah di masjid-masjid saja, melainkan dapat disampaikan melalui berbagai media seperti radio, televisi, media cetak, dan khususnya internet sebagai salah satu media elektronik.

Dakwah merupakan suatu kewajiban bagi umat Islam yang tidak dapat dihindari, karena dakwah erat kaitannya dengan amar makruf nahi mungkar. Artinya dakwah dilakukan untuk menyeru manusia untuk melakukan kebaikan dan menjauhi segala kemungkaran. Hal ini dapat dilakukan dengan cara-cara yang bijak, sehingga mampu menciptakan dan membangun masyarakat yang gemar melakukan segala perbuatan baik dan meninggalkan segala perbuatan buruk. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surah An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ
بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ١٢٥

Terjemahan: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk.” (Q. S. An-Nahl : 125)

Pada ayat di atas, Allah SWT menganjurkan umat Islam untuk menyeru manusia kepada kebajikan dengan cara yang sebaik-baiknya melalui hikmah, pengajaran yang baik, serta diskusi tanpa memunculkan perdebatan. Karena dakwah dijadikan sebagai komponen terpenting dalam kehidupan seorang muslim. Tidak sekedar mengajak dan menyerukan saja, tetapi tujuan utamanya adalah agar

Mad'u menerimanya dan kemudian secara sadar mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari, bukan semata-mata hanya karena kepentingan Da'i.

Dalam pelaksanaan dakwah, terdapat berbagai unsur yang menjadi komponen penting untuk mendukung prosesnya. Salah satu unsur tersebut adalah maddah, yang merujuk pada isi atau pesan yang disampaikan oleh Da'i kepada Mad'u. Oleh karena itu, untuk menentukan pendekatan dalam penyampaian pesan dakwah, hal tersebut harus didasarkan pada situasi dan kondisi yang ada di sekitar Mad'u. Termasuk permasalahan yang umum terjadi di era perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini.

Pemanfaatan adanya perkembangan teknologi dan informasi ini yaitu salah satunya dengan menjadikan YouTube sebagai media dakwah. Berdasarkan laporan *We Are Social* pada tahun 2022, Indonesia memiliki jumlah pengguna YouTube sebanyak 127 juta orang, hal ini menjadikannya negara yang menduduki peringkat ketiga terbanyak dalam penggunaan media YouTube di dunia. Dengan kepopuleran media ini, para Da'i dapat mengambil kesempatan didalamnya untuk dijadikan sebagai media dakwah yang lebih modern. Ustadzah Halimah Alaydrus merupakan salah satu Da'i yang aktif memanfaatkan YouTube sebagai media dakwah.

Ustadzah Halimah Alaydrus bergabung di YouTube sejak 26 Mei 2018. Dengan memiliki jumlah *subscriber* sebanyak 239 ribu dan jumlah postingan video sebanyak 660 video, yang terhitung pada tanggal 05 Januari 2023. *Channel* YouTube Ustadzah Halimah sudah ditonton sebanyak 10.979.119 kali. Dan salah satu *playlist* video dakwah pada *channel* YouTube Ustadzah Halimah ialah tentang *self-healing*.

Self-healing adalah suatu pendekatan penyembuhan penyakit yang tidak melibatkan penggunaan obat-obatan, tetapi berfokus pada penyembuhan dan pelepasan emosi serta perasaan yang terpendam dalam tubuh. Di dalam Islam, istilah yang mirip dengan *self-healing* adalah *al-Syifā*, yang berarti pengobatan atau penyembuhan.

Di era kemajuan yang pesat pada teknologi dan informasi, juga berdampak besar pada kesehatan mental. Hal ini dikarenakan isu kesehatan mental semakin disuarakan sebagai akibat dari perubahan gaya hidup, lingkungan sosial, dan perkembangan teknologi yang menuntut setiap individu untuk mampu beradaptasi dengan berbagai tuntutan kehidupan modern yang menyertainya. Hal tersebut menjadi alasan utama mengapa peneliti tertarik untuk mengambil video dakwah Ustadzah Halimah Alaydrus dengan tema *self-healing* sebagai topik dalam penelitian ini. Ustadzah Halimah Alaydrus menjadikan problematika yang banyak dialami masyarakat pada masa pesatnya perkembangan zaman saat ini sebagai bahan pengajaran, agar para Mad'u dapat menjadi individu yang lebih baik dan mau untuk terus memperbaiki diri.

Oleh karena itu, berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan analisis pesan dakwah *self-healing* yang terkandung dalam video dakwah yang disampaikan dalam *channel* YouTube Ustadzah Halimah Alaydrus

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Peneliti berusaha untuk memberikan gambaran mengenai objek yang ada di lapangan terkait pesan dakwah *self-healing* dalam *channel* YouTube Ustadzah Halimah Alaydrus. Peneliti menggunakan metode analisis isi (*Content Analysis*) untuk mendapatkan gambaran dari suatu isi secara apa adanya, tanpa adanya campur tangan dari peneliti.

Pada penelitian ini, observasi dilakukan dengan mengamati lima video populer yang bertemakan *self-healing* dengan mengkategorikan pesan dakwah menjadi tiga, yaitu pesan dakwah aqidah, pesan dakwah akhlak, dan pesan dakwah syariah. Sehingga hasil dari observasi tersebut dapat diketahui pesan-pesan dakwah *self-healing* yang terdapat dalam *channel* YouTube Ustadzah Halimah Alaydrus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Maddah atau isi pesan dakwah merupakan bagian terpenting dari proses penyampaian dakwah. Pesan dakwah yang disampaikan harus berdasarkan pada sumber utama ajaran Islam, yaitu Alquran dan Sunnah. Pesan dakwah memuat ajaran-ajaran Islam terbagi menjadi tiga pokok, yaitu aqidah, syariah dan akhlak. Proses penyampaian dakwah merupakan sebuah bentuk komunikasi antara Da'i dan Mad'u. Oleh karena itu sebagai seorang komunikator dakwah, Da'i harus pandai memanfaatkan perkembangan teknologi saat ini berdasarkan kebutuhan Mad'u. Salah satu cara agar dakwah dapat dengan mudah diterima oleh Mad'u saat ini ialah dengan melalui media sosial.

Ustadzah Halimah Alaydrus merupakan salah satu Da'i yang aktif menggunakan media sosial sebagai sarana untuk berdakwah. Beberapa media sosial yang digunakan oleh Ustadzah Halimah Alaydrus yaitu Instagram, TikTok, Twitter dan YouTube. Dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk menjadikan YouTube sebagai subjek penelitian karena di dalamnya terdapat fitur *playlist* yang dapat memudahkan peneliti maupun *viewers* Ustadzah Halimah Alaydrus untuk memilah dan memilih video yang ingin diputar. Salah satu materi pada video dakwah Ustadzah Halimah Alaydrus ialah terkait *self-healing*.

Dalam video tersebut, terdapat tujuh tahapan *self-healing* yang disampaikan, yaitu tahap mengenal diri, tahap menerima diri, tahap mawas diri, tahap melepaskan, tahap memotivasi, tahap muhasabah, dan tahap syukur. Berikut pesan-pesan dakwah *self-healing* yang terdapat pada *channel* YouTube Ustadzah Halimah Alaydrus:

1. Pesan Aqidah

Aqidah merupakan inti keyakinan seseorang dalam beragama Islam. Inti keyakinan ini tertuang pada enam rukun yang biasa disebut sebagai rukun iman. Rukun iman meliputi iman kepada Allah SWT, iman kepada malaikat-Nya, iman kepada kitab-Nya, iman kepada para Rasul-Nya, iman kepada hari akhir, dan iman kepada Qadha dan Qadar-Nya.

- a. Pesan aqidah pertama terdapat pada video yang berjudul “Jadilah Orang yang Bahagia”. Pesan dakwah aqidah yang terkandung dalam video ini terkait bagaimana seseorang memperoleh makna keyakinan. Aspek keyakinan dalam ajaran Islam disebut sebagai rukun iman. Dalam video ini terdapat aspek iman kepada Allah SWT, yakni bagaimana seseorang meyakini bahwasanya segala kendali urusan ada di tangan Allah SWT dan Allah-lah sebaik-baik penolong bagi hamba-Nya yang kesusahan. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surah Ali Imran ayat 173:

الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا
اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ ۱۷۳

Terjemahan: “(Yaitu) orang-orang (yang menaati Allah dan Rasul) yang ketika ada orang-orang mengatakan kepadanya, “Orang-orang (Quraisy) telah mengumpulkan pasukan untuk menyerang kamu, karena itu takutlah kepada mereka,” ternyata (ucapan) itu menambah (kuat) iman mereka dan mereka menjawab, “Cukuplah Allah (menjadi penolong) bagi kami dan Dia sebaik-baik pelindung.” (Q.S Ali Imran : 173)

Tahap *self-healing* yang terkandung disini ialah tahap melepaskan segala bentuk kekhawatiran dan keresahan akan sesuatu yang berada diluar kendali kita. Menyerahkan segala urusan kepada Allah SWT yang memiliki kuasa atas apa yang telah ditetapkan-Nya dan meyakini sepenuh hati bahwa tidak ada penolong bagi hamba-Nya selain Allah SWT.

- b. Pesan aqidah selanjutnya terdapat pada video yang berjudul “Jangan Menyerah”. Pesan dakwah aqidah yang terkandung dalam video ini terkait bagaimana seseorang meyakini bahwa segala sesuatu yang terjadi tidak lepas dari izin Allah SWT. Meyakini bahwasanya segala bentuk ujian yang diberikan merupakan cara Allah untuk menaikkan derajat hamba-Nya. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surah Al Hadid ayat 22:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ
ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ۲۲

Terjemahan: *“Setiap bencana yang menimpa di bumi dan yang menimpa dirimu sendiri, semuanya telah tertulis dalam Kitab (Lauh Mahfuzh) sebelum Kami mewujudkannya. Sungguh, yang demikian itu mudah bagi Allah.”* (Q. S Al Hadid : 22)

Tahap *self-healing* yang terkandung disini ialah tahap mengenali diri sebagai seorang hamba yang hanya mampu menerima dan menjalani takdir-Nya dengan ikhlas disertai dengan ikhtiar. Dalam kehidupan ini ada hal-hal yang dapat kita kendalikan dan ada pula hal-hal yang berada diluar kendali kita.

2. Pesan Syariah

Syariah merupakan aturan-aturan atau hukum yang telah ditetapkan oleh Allah SWT untuk umat manusia. Diantaranya seperti hukum ibadah, muamalah dan lain-lain. Pesan syariah dalam video dakwah Ustadzah Halimah Alaydrus disampaikan beberapa kali dalam video yang berbeda-beda.

Video dakwah Ustadzah Halimah Alaydrus yang mengandung pesan syariah terdapat pada video yang berjudul “Dosa Yang Manis”. Pesan dakwah syariah yang terkandung dalam video ini terkait hukum ibadah, yakni taubat. Taubat merupakan salah satu ibadah mahdah yang hukumnya telah ditetapkan berdasarkan dalil syara’. Allah berfirman dalam Alquran Surah An Nahl ayat 119:

ثُمَّ إِنَّ رَبَّكَ لِلَّذِينَ عَمِلُوا السُّوءَ بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ وَأَصْلَحُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا
لَعَفُورٌ رَحِيمٌ ؕ

Terjemahan: *“Kemudian, sesungguhnya Tuhanmu (mengampuni) orang yang mengerjakan kesalahan karena kebodohnya, kemudian mereka bertobat setelah itu dan memperbaiki (dirinya), sungguh, Tuhanmu setelah itu benar-benar Maha Pengampun, Maha Penyayang.”*

(Q. S. An-Nahl: 119)

Tahap *self-healing* yang terkandung dalam video ini ialah tahap menerima diri. Menerima segala hal yang berada diluar kendali diri dan mengakui segala bentuk luka dan kesalahan yang muncul sebagai bentuk konsekuensi dari kehidupan. Tujuan utama dari tahap menerima diri ini adalah untuk melakukan taubat kepada Allah SWT atas ketidaksempurnaan diri dalam menghadapi ujian-ujian yang diberikan.

3. Pesan Akhlak

Akhlak memiliki arti perilaku, adab, tingkah laku yang dapat mencerminkan pribadi seseorang. Dalam Islam, akhlak mencakup kualitas tindakan seseorang yang mencerminkan kondisi dan

ekspresi batinnya. Aspek ini mencakup tentang akhlak mulia, sifat-sifat terpuji dan perilaku yang didasarkan pada nilai-nilai Islam.

- a. Pesan akhlak yang pertama terdapat pada video yang berjudul “Biar Enggak Capek”. Pesan akhlak yang terkandung dalam video ini ialah bagaimana seseorang menyikapi bahwa segala perasaan lelah yang dirasakan selama hidup di dunia merupakan bentuk kepatuhan terhadap segala perintah-Nya termasuk dalam hal beribadah. Sebab manusia diciptakan untuk beribadah kepada Allah SWT dan berkomitmen untuk menjalankannya. Bentuk kepatuhan ini merupakan salah satu akhlak kepada Allah SWT. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surah Az Zariyat ayat 56:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ٥٦

Terjemahan: “*Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku*”. (Q.S Az Zariyat : 56)

Tahap *self-healing* yang terkandung disini ialah tahap syukur. Bersyukur atas segala nikmat yang diterima dalam hidup dan menyadari bahwa betapa besar dan melimpah rezeki dan karunia yang diberikan oleh Allah SWT. Para ulama berpendapat dengan bersandar pada Ibnu Abbas R.A yang berkata “*Syukur adalah ketaatan secara total dengan seluruh anggota badan pada Tuhan semesta alam, baik dalam kesunyian maupun keramaian*”.

- b. Pesan akhlak selanjutnya terdapat pada video yang berjudul “Para Pencari Cinta”. Patah hati dan kecewa merupakan cara Allah untuk menyadarkan manusia untuk tidak menaruh harapan kepada selain-Nya. Pesan akhlak yang terkandung dalam video ini ialah bagaimana seharusnya seseorang tidak menaruh harapan kepada selain Allah SWT. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surah Al Insyirah ayat 8:

وَالِى رَبِّكَ فَارْغَبْ ٨

Terjemahan: “*dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.*” (Q.S Al Insyirah : 8)

Tahap *self-healing* yang terkandung dalam video ini ialah tahap mawas diri, yakni menghindarkan diri dari faktor-faktor yang dapat memicu munculnya perasaan stres. Termasuk menaruh harapan kepada selain Allah SWT yang dapat memicu munculnya perasaan kecewa dan patah hati. Oleh karena itu, hal yang dapat dilakukan ialah perbanyak mengingat Allah SWT melalui dzikir agar seseorang dapat merasakan ketentraman dan ketenangan. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surah Ar-Ra'd ayat 28 sebagai berikut:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

Terjemahan: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.” (Q. S. Ar-Ra’d: 28)

- c. Selanjutnya masih pada video yang sama, yaitu video yang berjudul “Para Pencari Cinta”. Pesan akhlak lainnya yang terkandung dalam video ini ialah terkait bagaimana perilaku seseorang dalam menyikapi kesalahan orang lain. Kesalahan yang dilakukan oleh orang lain terhadap diri kita merupakan teguran dari Allah SWT bahwasanya kita pun sering berbuat salah pada-Nya. Oleh karena itu, belajar untuk memaafkan kesalahan orang lain. Allah SWT berfirman dalam Alquran Surah Asy Syura ayat 40:

وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ
٤٠

Terjemahan: “Dan balasan suatu kejahatan adalah kejahatan yang setimpal, tetapi barangsiapa memaafkan dan berbuat baik (kepada orang yang berbuat jahat) maka pahalanya dari Allah. Sungguh, Dia tidak menyukai orang-orang zalim.” (Q.S Asy Syura : 40)

Tahap *self healing* yang terkandung dalam video ini ialah tahap muhasabah diri, yakni mengevaluasi dan mengoreksi diri atas segala perbuatan-perbuatan yang pernah dilakukan serta memikirkan bagaimana caranya agar dapat memperbaiki dan meningkatkan kualitas diri dari sebelumnya. Sehingga hal tersebut dapat dijadikan sebagai bahan renungan dan pelajaran agar tidak menaruh kebencian dan dendam kepada orang lain.

- d. Dan pesan akhlak yang terakhir terdapat pada video yang kelima dengan judul “Jangan Menyerah”. Pesan akhlak yang terkandung dalam video ini ialah tentang akhlak terhadap Allah SWT dan akhlak terhadap diri sendiri. Akhlak terhadap Allah SWT ialah sudah sepatutnya sebagai seorang hamba bersikap untuk selalu baik sangka kepada Allah, baik sangka kepada segala sesuatu yang telah ditetapkan oleh Allah. Sedangkan akhlak terhadap diri sendiri bagaimana seharusnya sikap kita agar mampu memberikan pikiran-pikiran positif terhadap segala sesuatu yang terjadi. Dari Abu Hurairah R.A dia berkata, Nabi Muhammad SAW bersabda:

“Allah SWT berfirman, ”Aku tergantung prasangka hamba kepada-Ku. Aku bersamanya kalau dia mengingat-Ku. Kalau dia mengingat-Ku pada dirinya, maka Aku mengingatnya pada diri-Ku. Kalau dia mengingat-Ku di keramaian, maka Aku akan mengingatnya di keramaian yang lebih baik dari mereka. Kalau dia mendekat sejengkal, maka Aku akan mendekat kepadanya

sehasta. Kalau dia mendekat kepada diri-Ku sehasta, maka Aku akan mendekatinya sedepa. Kalau dia mendatangi-ku dengan berjalan, maka Aku akan mendatangnya dengan berlari”
(H.R Muslim dan Bukori no. 4850)

Tahap *self-healing* yang terkandung dalam video ini ialah tahap motivasi. Tahap ini harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar dapat selalu berpikir positif dan berbaik sangka terhadap segala sesuatu termasuk berbaik sangka kepada Allah SWT. Memberikan motivasi pada diri sendiri bahwasanya Allah tidak menyukai hamba-Nya yang berputus asa dari rahmat-Nya, sebab Allah Maha Mendengar dan Maha Pengabul segala doa.

Positif self talk adalah dialog yang dilakukan pada diri sendiri baik secara eksternal maupun internal yang memberikan dampak positif sebagai bentuk motivasi. Manfaat dari *positif self talk* ini adalah untuk memberikan manfaat pada diri seseorang untuk mengubah suasana hati menjadi lebih baik dengan cara mengungkapkan kata-kata yang positif. Dengan demikian, akan muncul perasaan percaya diri dan optimis dalam menghadapi segala ujian yang diberikan Allah SWT, sehingga tidak mudah menyerah ataupun putus asa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memperoleh kesimpulan yaitu dalam video-video tersebut, terdapat pesan *self-healing* yang terbagi menjadi tujuh tahapan. Pada video *pertama*, terdapat tahap syukur. Video *kedua*, tahap menerima diri. Video *ketiga*, tahap melepaskan. Video *keempat*, tahap mawas diri dan tahap muhasabah diri. Video *kelima*, terdapat tahap memotivasi dan tahap mengenali diri.

Pesan dakwah yang terkandung dalam video dakwah Ustadzah Halimah Alaydrus dengan tema *self-healing* meliputi pesan aqidah, syariah, dan akhlak. Pesan aqidah dibahas sebanyak dua kali, pesan syariah dibahas sebanyak satu kali dan pesan akhlak dibahas sebanyak empat kali.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, Imam. 2021. “*Minhajul Abidin*”. Pentahqiq, Badruddin Alawi. “*Minhajul Abidin Pedoman Ahli Ibadah Menuju Rabbnya*”. Cet. I. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Arifko, Yori. 2018. “Pengaruh Pesan Dakwah Pada Channel Youtube Yufid TV Terhadap Motivasi Belajar Ilmu Agama Islam”, dalam *Jurnal JOM FISIP* Vol. 5 edisi 1 Januari – Juni.
- Arisma, Lusi Yuliana. 2020. “Ada Kebohongan Besar Dibalut Agama ’ Di Channel Youtube Puella Ide, vol. 1, no. 1, 2021. Sulaeman, A. R., A. Fazri, and F. Fairus. “Strategi Pemanfaatan Youtube Dalam Bidang Dakwah Oleh Ulama Aceh.” *Communication* 11, no. 1.

- Handaru, Bara Izzat Wiwah. 2021. "Tantangan Agama Di Era Globalisasi: Analisis Strategi Komunikasi, Karakteristik Dan Materi Dakwah." *El Madani : Jurnal Dakwah Dan Komunikasi Islam* 2, no. 01.
- Hariry, Sheila, M Nur Pahlevi, and A Rosyid Sentosa. 2023. "Jurnal Pendidikan Dan Konseling Self-Healing Therapy in Overcoming Stress Perspective of Islamic Psychology" 5.
- Indonesia, Data. "APJII: Pengguna Internet Indonesia Tembus 210 Juta pada 2022", dalam <https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesia-tembus-210-juta-pada-2022>. Diakses pada 08 Februari 2023.
- Indonesia, Data. "Pengguna Youtube di Dunia Capai 2,41 Miliar pada Kuartal II/2022", dalam <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-youtube-di-dunia-capai-241-miliar-pada-kuartal-ii2022>. Diakses pada 08 Februari 2023.
- Kaltim, Diskom Info. "Perkembangan Digitalisasi Ciptakan Perubahan Budaya Masyarakat", dalam <https://diskominfo.kaltimprov.go.id/teknologi/perkembangan-digitalisasi-ciptakan-perubahan-budaya-masyarakat>. Diakses 24 Januari 2023
- Mutohharoh, Annisa. 2022. "Self Healing : Terapi Atau Rekreasi?" *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy* 2, no. 1.
- Rakhmawati, Istina. 2016. "Perkembangan Media Sebagai Sarana." *AT-TABSYIR: Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam* 4, no. 1.
- Rahmah, Hardiyanti. 2021. "Konsep Berpikir Positif (Husnuzhon) Dalam Meningkatkan Kemampuan Self Healing." *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan* 15, no. 2.