

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Masyarakat modern kini sangat mengagungkan ilmu pengetahuan dan teknologi, sementara pemahaman keagamaan yang didasarkan pada wahyu sering ditinggalkan dan hidup dalam keadaan sekuler. Mereka cenderung mengejar kehidupan materi dan bergaya hidup *hedonis* daripada memikirkan agama yang dianggap tidak memberikan peran apapun. Masyarakat demikian telah kehilangan visi ke-Ilahi-an, tumpul penglihatannya terhadap realitas hidup dan kehidupan.

Kemajuan-kemajuan yang terjadi telah merambah dalam berbagai aspek kehidupan, baik sosial, ekonomi, budaya dan politik. Kondisi ini mengharuskan individu untuk beradaptasi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi secara cepat dan pasti. Padahal dalam kenyataannya tidak semua individu mampu melakukannya, sehingga yang terjadi justru masyarakat atau manusia yang menyimpan banyak problem. Kehidupan semacam ini sangat terasa di daerah-daerah perkotaan yang saling bersaing dalam segala bidang. Akibatnya yang muncul adalah individu-individu yang menyimpan berbagai problem psikis dan fisik, dengan demikian dibutuhkan cara efektif untuk mengatasinya.

Dewasa ini persoalan kejiwaan manusia semakin mengkhawatirkan, individu merasa bebas dengan kemajuan *sains* dan teknologi, mereka maju

secara peradaban tapi seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi manusia mengalami kegersangan secara mental dan spiritual. Hal ini mengakibatkan banyak di antara manusia modern mengalami ketegangan mental, stres, kecemasan, baik dalam kadar *neurosis* maupun *psikosis* yang pada akhirnya mengakibatkan gangguan kejiwaan.

Pada dasarnya, setiap manusia menghendaki hidup dan kehidupan yang tenang, tenteram dan bahagia, meskipun tidak selamanya kemauan dan keinginan tersebut tercapai. Sebab sudah menjadi *sunnatullah* bahwa kegundahan, kekalutan, kegelisahan dan berbagai bentuk gangguan psikologis lainnya merupakan bagian yang akan selalu menyertai kehidupan manusia.

Problematika individu dengan Tuhannya ialah kegagalan seseorang melakukan hubungan interaksi vertikal, seperti sangat sulit untuk menghadirkan rasa takut, rasa taat dan rasa bahwa dia selalu diawasi-Nya, sehingga berdampak pada rasa malas dan enggan melakukan ibadah dan sulit untuk meninggalkan perbuatan-perbuatan yang dilarang dan dimurkai Tuhannya.

Problematika individu dengan dirinya sendiri ialah kegagalan bersikap disiplin dan bersahabat dengan hati nuraninya sendiri, yakni hati nurani yang selalu mengajak, menyeru dan membimbing kepada kebaikan dan kebenaran. Sehingga muncul sikap was-was, ragu, prasangka buruk, lemah motivasi dan tidak mampu bersikap mandiri dalam melakukan segala hal.¹

¹ M. Hamdani Bakran adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam: Penerapan Metode Sufistik* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), 1.

Para pakar kesehatan jiwa menyatakan bahwa semakin modern dan industrial suatu masyarakat, semakin besar pula *stressor* psikososialnya, yang pada gilirannya menyebabkan orang jatuh sakit karena tidak mampu mengatasinya, misalnya skizofrenia.²

Dalam psikoterapi ternyata yang menjadi kendala utama dalam sikap dan tindakan adalah perasaan, jika perasaan terganggu, maka terganggu pula jiwanya. Sebagai alternatif pencegahannya adalah melaksanakan ajaran agama (beriman), karena salah satu fungsi iman adalah terciptanya perasaan yang tenteram. Sebagaimana tercantum dalam al-Qur'an yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

Terjemahnya:

“Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman (QS. Yunus [10]: 57).”³

Orang yang pertama mengemukakan tentang pentingnya terapi keagamaan atau keimanan adalah William James, seorang filosof dan ahli jiwa dari Amerika Serikat, ia mengatakan bahwa tidak diragukan lagi terapi terbaik bagi kesehatan adalah keimanan kepada Tuhan, sebab individu yang benar-benar religius akan selalu siap menghadapi malapetaka yang akan terjadi.⁴

² Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1997), 306.

³ QS. Yunus (10): 57.

⁴ M. Utsman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, terj. Rof'i Usmani (Bandung: Pustaka, 1997), 283.

memberi jalan untuk mengembalikan ketenangan batiniyah dengan meminta ampunan kepada Tuhan.⁵

Melalui al-Qur'an dan as-Sunnah Nabi Muhammad saw, Islam dengan jujur membawa pesan-pesan moral secara aplikatif dan kongkrit dalam kehidupan sehari-hari, baik moral atau akhlak di hadapan Rabbnya, sesama makhluk maupun lingkungan dan alam sekitarnya.

Moral, akhlak atau tingkah laku merupakan ekspresi dari kondisi mental dan spiritual. Ia muncul dan hadir secara spontan dan otomatis, tidak dapat dibuat-buat atau direkayasa. Perbuatan dan tingkah-laku itu kadang tidak disadari oleh subyek, bahwa perbuatan dan tingkah lakunya menyimpang dari norma-norma agama (Islam) dan akhirnya dapat membahayakan dirinya dan orang lain.⁶

Allah SWT mewajibkan berbagai ibadah seperti shalat, zakat, puasa, dzikir, haji dan sebagainya, karena dengan pelaksanaan ibadah tersebut seorang mukmin secara ikhlas dan teratur akan membuatnya meraih hal-hal yang sifatnya terpuji, yang merupakan unsur-unsur kesehatan jiwa yang sesungguhnya. Selain itu hal ini juga akan membekalinya sebagai penangkal dari berbagai macam penyakit jiwa.⁷

Telah banyak gangguan jiwa yang disembuhkan dengan pendekatan Terapi Islami. Dalam buku yang ditulis oleh Alan Cott dengan judul *Fasting as a Way of Life* dan *Fasting the Ultimate Diet* dinyatakan bahwa Nicolayev, seorang guru besar yang bekerja pada Lembaga Psikiatri Moskow (*The*

⁵ Zakiah Daradjat, *Peranan Agama dan Kesehatan Mental* (Jakarta: Masagung, 1994), 7.

⁶ Adz-Dzaky, *Konseling*, 249-250.

⁷ Najati, *Al-Qur'an*, 307.

Moscow Psychiatric Institute) berhasil menyembuhkan penderita gangguan jiwa dengan memberikan terapi puasa selama 30 hari. Selain itu kemungkinan penderita untuk tidak kambuh kembali selama 6 tahun kemudian ternyata sangat tinggi.⁸

Suatu pengalaman pengobatan yang dilakukan oleh Dzaman di RS Cipto Mangunkusumo pada seorang pasien wanita yang berusia 25 tahun dan sudah bersuami. Keluhannya adalah penyakit syaraf, 80% gila sehingga sudah pergi keluar rumah dengan telanjang bulat. Hal ini dapat diobati dengan membaca Ayat Kursi dan surat al-Baqarah ayat 255, hadits riwayat Abu Dawud dan Tirmidzi:

حَدَّثَنَا الرَّبِيعُ بْنُ يَحْيَى حَدَّثَنَا شُعْبَةُ حَدَّثَنَا يَزِيدُ أَبُو خَالِدٍ عَنِ الْمِنْهَالِ
 بْنِ عَمْرٍو عَنْ سَعِيدِ بْنِ جُبَيْرٍ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
 وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ عَادَ مَرِيضًا لَمْ يَخْضُرْ أَجَلُهُ فَقَالَ عِنْدَهُ سَبْعَ مَرَارٍ أَسْأَلُ
 اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيكَ إِلَّا عَافَاهُ اللَّهُ مِنْ ذَلِكَ
 الْمَرَضِ

Artinya:

“Saya mintakan kepada Allah Maha Besar, Tuhan yang menguasai Arsy Agung, semoga Dia menyembuhkan engkau”

Dengan berdasarkan hadits di atas, terapis membacakan ayat kursi sebanyak 7 kali. Adapun bacaan surat al-Baqarah ayat 255 (Ayat Kursi) adalah:

⁸ Djamaludin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), 57-58.

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي
السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا
بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ
وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ
الْعَظِيمُ

Artinya:

Allah, tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia Yang Hidup kekal lagi terus menerus mengurus (makhluk-Nya); tidak mengantuk dan tidak tidur. Kepunyaan-Nya apa yang di langit dan di bumi. Tiada yang dapat memberi syafaat di sisi Allah tanpa izin-Nya. Allah mengetahui apa-apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah melainkan apa yang dikehendaki-Nya. Kursi Allah meliputi langit dan bumi. Dan Allah tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar.⁹

Seorang pasien dengan gangguan mata kabur dan kepala pusing yang disebabkan oleh beban pikiran dan kegelisahan dapat disembuhkan dengan mengerjakan shalat lima waktu secara teratur dan membaca Ayat Kursi.¹⁰ Dalam ibadah shalat terdapat empat aspek terapeutik, yaitu aspek olahraga, aspek meditasi, aspek autosugesti dan aspek kebersamaan.¹¹ Hal inilah yang dapat menjadikan kesehatan jiwa.

Dalam jurnal yang ditulis Ariyanto yang merupakan ikhtisar dari banyak pendapat menyatakan bahwa doa dapat digunakan untuk menyembuhkan gangguan kejiwaan. Doa tak terbatas jarak dan dapat menembus apapun, sehingga terapi dengan doa dapat dilakukan di dekat

⁹ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam* (Malang: UIN Malang Press, 2008), 26.

¹⁰ *Ibid.*, 28.

¹¹ *Ibid.*, 334.

penderita maupun dari jarak jauh.¹² Tidak hanya dilakukan dengan terapi doa, Astutik dalam jurnalnya memberikan penjelasan lebih luas lagi. Dia menyatakan bahwa gangguan jiwa yang disebabkan narkoba –selain dapat disembuhkan dengan doa– dapat juga disembuhkan dengan mengisi waktu luang dengan memperbanyak shalat sunah secara berkesinambungan, membaca al-Qur'an dan memahami maknanya, memperbanyak puasa sunah, memperbanyak dzikir dan berteman dengan orang yang baik terutama dekat dengan para kiai atau ulama untuk mendapatkan nasehat dan meniru amaliahnya.¹³ Kebalikan dari individu yang bergangguan jiwa adalah individu yang bermental sehat, yang dimaknai oleh Ihkram dalam jurnalnya dengan terwujudnya keserasian, keharmonisan dan integralitas kepribadian yang mencakup seluruh potensi manusia secara optimal dan wajar dalam tubuh individu.¹⁴ Kesehatan mental ini salah satunya disebabkan oleh ajaran tasawuf yang dilakukan oleh para ahli sufi (*ahl al-ṣuffah*), yaitu sekelompok sahabat yang berusaha menyucikan jiwanya untuk selalu siap mendapat siraman ruhani dari Nabi Muhammad saw.¹⁵

Senada dengan uraian di atas di Dusun Sidowaras Desa Sidomulyo Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang, ada seseorang yang melakukan praktek Terapi Islami untuk mengobati penderita gangguan jiwa. Metode terapi yang digunakan dengan metode pendekatan shalat, doa, taubat dan lain

¹² M. Darajat Ariyanto, "Psikoterapi dengan Doa", *Risalah*, Vol. XVIII, No. 1 (Mei, 2006), Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta, 24-25.

¹³ Sri Astutik, "Terapi Islam dalam Mengatasi Ketegangan Narkoba", *Ilmu Dakwah*, Vol. 14 No. 1 (April, 2007), 156.

¹⁴ Ikhrom, "Psikologi Islam: Titik Singgung Antara Tasawuf, Psikologi Agama dan Kesehatan Mental", *Teologia*, Vol. 19 No. 1, (Januari, 2008), 7.

¹⁵ *Ibid.*, 2.

sebagainya yang kesemuanya berbasis mendekati diri kepada Allah SWT guna mendapatkan kesehatan jiwa. Beliau adalah Pak Jami'in.¹⁶

Pak Jami'in mempunyai lembaga yang diakui dan dipercaya pemerintah untuk menampung para penderita gangguan jiwa dan penyakit jiwa bernama Griya Cinta Kasih yang berlokasi di Dusun Sidowaras Desa Sidomulyo Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang. Di sini ditampung lebih dari 200 pasien. Berdasarkan wawancara dengan salah satu pengurus lembaga dan observasi oleh peneliti banyak pasien yang beliau sembuhkan melewati metode Terapi Islami.¹⁷ Hal inilah yang menarik bagi peneliti untuk melakukan penelitian tentang Terapi Islami yang dipakai Pak Jami'in untuk menyembuhkan para penderita gangguan jiwa.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang akan diangkat pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah metode terapi yang diterapkan di Yayasan Penuh Warna Griya Cinta Kasih (Yapena GCK)?
2. Bagaimanakah metode terapi Yayasan Penuh Warna Griya Cinta Kasih (Yapena GCK) jika dilihat dari aspek psikologi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui metode terapi yang diterapkan di Yayasan Penuh Warna Griya Cinta Kasih (Yapena GCK).

¹⁶ Observasi, di Griya Cinta Kasih Jombang, 11 September 2012.

¹⁷ Istri terapis berinisial "S", Griya Cinta Kasih, Jombang, 11 September 2012.

2. Untuk mengetahui metode terapi Yayasan Penuh Warna Griya Cinta Kasih (Yapena GCK) jika dilihat dari aspek psikologi.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini mempunyai kegunaan yaitu:

1. Kegunaan Teoritis
 - a. Bagi perguruan tinggi dan lingkungan akademik, penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan aplikasinya di bidang psikologi, khususnya dalam bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Islami Terapan.
 - b. Bagi pihak peneliti sebagai sarana memperdalam pengetahuan dan menambah wawasan dalam bidang ilmu psikologi, khususnya Psikologi Klinis dan Psikologi Islami Terapan.
2. Kegunaan Praktis
 - a. Bagi pihak terapis, semoga hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dari metode yang telah digunakan sehingga dapat dipelajari kekurangan dan kelebihanannya.
 - b. Sebagai bahan perbandingan pada penelitian yang akan datang, berkaitan dengan tema penelitian tentang terapi.
 - c. Bagi peneliti, merupakan prasyarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.).