BAB IV

ANALISIS DATA

A. Analisis Data Tentang Proses Terapi Wudhu Dalam Menangani Gangguan Psikosomatis Bagi Penderita Gastritis Di Sidoarjo

Analisis data merupakan memeriksa kembali data yang sudah diperoleh dari wawancara, observasi dan dokumentasi dengan orang disekitar konseli maupun konseli sendiri. Analisis data juga merupakan proses menyusun, mengkategorikan data, mencari pola atau tema, dengan maksud untuk memahami maknanya. Dengan analisis data tersebut diharapkan dapat memberikan kekuatan data yang sudah peneliti peroleh dari wawancara, observasi, dan dokumen. Sehingga dengan begitu peneliti mencoba menganalisis data yang diperoleh dilapangan dengan teori-teori yang sudah ada.

Gangguan psikosomatis merupakan bagian dari sasaran terapi (terapi wudhu), yang mana terapi ini dengan langsung diaplikasikan atau praktik langsung sebagai cara dalam menangani konseli dengan gangguan psikosomatis. Bentuk terapi yang digunakan dalam menangani permasalahan gangguan psikosomatis dapat diwujudkan melalui berwudhu yang benar sesuai dengan rukun dan sunnah wudhu, penuh penghayatan dan hati yang ikhlas.

Sehingga analisis data mengenai data-data yang diperoleh peneliti untuk menangani gangguan psikosomatis di Sidoarjo yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sesuai dengan langkah-langkah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis dan treatment.

1. Identifikasi

Langkah awal yang harus dilakukan adalah mengidentifikasi, identifikasi merupakan tahap permulaan dari penguasaan masalah yang mana suatu objek tertentu dalam situasi tertentu dapat dikenali sebagai suatu masalah. Dengan cara mengidentifakasi suatu objek maka dengan mudah akan menemukan atau melihat gejala-gejala yang nampak pada objek tersebut.

Dalam hal ini, konseli merupakan orang yang sudah lama dekat dengan oeneliti sejak konseli duduk dibangku SMA disebuah pondok di Sidoarjo. Konseli selalu mengeluhkan jika perutnya selalu terasa sakit, padahal konseli selalu makan dengan teratur tepat pada waktunya. Akan tetapi masih saja konseli merasakan nyeri pada perutnya.

Ketika konseli mencoba memeriksakannya ke dokter, dokter tidak menemukan adanya gejala lambung pada diri konseli. Inilah yang menjadi suatu pertanyaan hingga saat ini yang belum konseli ketahui. Dari siniilah peneliti mencoba menelisik dan membantu konseli mencari jawaban dari keluhannya tersebut.

Setelah melalui wawancara dan observasi, peneliti menemukan jika gangguan yang konseli alami, dirasakan sejak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ayahnya meninggal dunia. Semenjak itu konseli selalu merasa kesakitan, bahkan lebih sakit dari pada ketika konseli berada dipondok.

2. Diagnosis

Diagnosis merupakan suatu proses dalam mengidentifikasi sifat atau penyebab fenomena tertentu. Hal ini yang menentukan hubungan antara sebab dan akibat. Setelah mengidentifikasi apa yang menjadi permasalahan yang dimiliki konseli, maka selanjutnya menetapkan masalah apa yang sedang konseli hadapu melalui beberapa sumber data-data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Dalam hal ini peneliti menetapkan bahwa masalah yang sedang dialami konseli adalah gangguan psikosomatis. Dimana sudah dibahas dalam bab sebelumnya bahwa psikosomatis adalah suatu gangguan atau penyakit yang dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis.

Gangguan psikosomatis yang dialami konseli berupa bentuk penyakit maag (gastritis), yang disebabkan bukan hanya pola makan yang tidak teratur akan tetapi tekanan emosi yang dihadapi konseli sehingga mempengaruhi kinerja lambungnya.

Gangguan yang konseli alami ini setelah melalui proses identifakasi masalah, ternyata gangguan ini muncul disebabkan karena adanya rasa tertekan, emosi yang tidak stabil dalam diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konseli dikarenakan konseli ditinggal oleh orang yang sangat konseli cintai, banggakan, sayangi yakni ayah konseli.

3. Prognosis

Prognosa menjelaskan kemungkinan kondisi konseli untuk bisa diselesaikan, prognosa ini berbentuk keadaan konseli berada pada tahap yang mana, baik, sedang ataukah berat. Jika prognosanya baik maka konseli akan sangat mungkin untuk memulihkannya dan ancaman negatif akan berkurang, apabila prognosanya buruk maka semakin tinggi resiko untuk mendapatkan ancaman sulitnya kesembuhan dalam kehidupan yang konseli jalani.

Setelah melewati tahap mendiagnosis masalah yang dialami konseli, maka selanjutnya adalah prognosis. Yang mana telah dijelaskan diparagraf sebelumnya tentang prognosis.

Sehingga dari situlah peneliti menggambarkan bahwa gangguan yang sedang dialami konseli berada pada tahap sedang karena peneliti menganggap bahwa konseli masih bisa berkomunikasi dengan baik dengan orang disekitar konseli, dan konseli masih bisa berkumpul, bersosialisasi dengan baik dengan orang disekitar konseli, maka dari itu peneliti menyimpulkan bahwa gangguan yang dialami konseli berada di level sedang tidak membahayakan bagi konseli sendiri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Treatment

Setelah melalui ketiga tahap diatas, inilah tahap yang dirasa sangat penting karena pada tahap ini peneliti memulai untuk menentukan terapi apa yang cocok diberikan kepada konseli setelah mengetahui masalah dan tingkat masalah tersebut untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi oleh konseli. Dengan menentukan terapi apa yang tepat untuk masalah yang sedang dihadapi konseli maka peneliti dengan mudah mampu membantu konseli dalam masalah tersebut secara optimal.

Setelah melihat masalah yang dialami konseli, peneliti menentukan terapi yang tepat digunakan untuk konseli adalah terapi wudhu. Yang mana terapi wudhu merupakan terapi yang menggunakan rukun-rukun yang ada dalam berwudhu, yang tidak hanya sekedar mencelup-celupkan air atau membasahi anggota wudhu saja, akan tetapi juga menggosok-gosokkan, memijat dngan lembut disetiap titik yang ada dalam anggota wudhu yang dibasuh.

Kesembilan rukun dan sunnah wudhu itulah yang diharapkan dapat menjadi terapi dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi konseli. Karena dalam wudhu terdapat 3 unsur manfaat yang begitu besar yakni, wudhu menyucikan, wudhu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membersihkan dan wudhu menyegarkan. Terapi yang dilakukan konseli adalah sebagai berikut:[1]

a. Berniat

Berniat jika dilakukan dengan karena Allah SWT, wudhu dapat menghilangkan pikiran-pikiran buruk manusia dan diganti dengan pikiran-pikiran yang positif dan baik sehingga menjadi tenang dan khidmat serta tidak ada bisikan dari syetan yang mengganggu sehingga selama berwudhu hati dan pikiran tetap tertuju kepada Allah SWT.

Berniat juga menandakan bahwa seseorang yang membaca niat, maka hati dan pikirannya benar-benar ingin melakukan suatu pekerjaan tersebut tanpa adanya ragu sedikit pun.

b. Mencuci telapak tangan

Mencuci telapak tangan memiliki efek yang begitu banyak bagi dalam maupun luar tubuh, diantaranya:

1) Mensucikan telapak tangan dari kotoran-kotoran yang melekat
2) Mensucikan tangan dari segala perbuatan "jahil"
3) Diharapkan simpul-simpul syaraf yang ada ditelapak tangan terangsang

[1] Lukman Hakim Saktiawan, *Keajaiban Sholat Menurut Ilmu Kesehatan Cina*, (Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2007), Hlm.56-81.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Membenahi syaraf-syaraf yang rusak yang berhubungan langsung antara syaraf yang ada dibeberapa bagian tubuh dengan telapak tangan.

c. Berkumur

Berkumur memiliki efek yang begitu banyak bagi tubuh, diantaranya:

1) Membersihkan mulut dari kotoran-kotoran
2) Menghindarkan dari penyakit yang berbahaya
3) Mensucikanlah lidah berarti memohon kepada Allah agar terhindar dari segala keburukan dan bahay lidah yang tidak bertulang

d. Membersihkan kedua lubang hidung

Membersihkan kedua lubang hidung memiliki efek yang begitu banyak bagi tubuh, diantaranya:

1) Membersihkan dari kotoran-kotoran yang ada di hidung
2) Membersihkan serta mengobati kuman-kuman penyakit seperti influenza, bronkitis dan lain-lain.
3) Membersihkan bakteri-bakteri yang ada di cuping hidung

e. Membasuh muka

Membasuh muka memiliki efek yang begitu banyak bagi tubuh, diantaranya:

1) Mensucikan wajah dan penglihatan
2) Membersihkan perbuatan yang berujung pada kejahatan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Wajah yang selalu terkena air wudhu akan terlihat bersinar dan selalu terlihat penuh kesabaran dan kewibawaannya
4) Menetralisir kinerja otak yang mengalami kelelahan ataupun emosi yang tinggi
5) Menetralisir wajah dari efek-efek iritasi jika tidak cocok dengan zat kosmetik
6) Merangsang titik-titik syaraf (akupuntur) yang ada dibagian wajah
7) Menyegarkan otot dan syaraf
8) Secara tidak langsung membasuh wajah juga merupakan terapi kosmetik yang meniadakan kerutan-kerutan diwajah, meniadakan jerawat, gangguan keseimbangan vitamin, gangguan organ-organ pencernaan, kulit yang berminyak, perubahan warna kulit, bintik-bintik hitam diwajah dan lain sebagainya

f. Membasuh kedua tangan sampai siku

Membasuh muka memiliki efek yang begitu banyak bagi tubuh, diantaranya:

1) Membersihkan kotoran-kotoran yang ada ditangan
2) Otot-otot yang berpusat pada lengan makin mudah digerakkan
3) Melancarkan peredaran darah
4) Mengaktifkan semua syaraf penting

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5) Penyejukkan gerbang pada sisi persendian lengan yang berhubungan langsung dengan organ pencernaan
6) Menghilangkan api pada paru-paru, menormalkan energi yang tidak teratur, menjernihkan ruang bagian atas
7) Menormalkan paru-paru, menghentikan pendarahan, menghilangkan panas luar
8) Mengusir angin, menghilangkan reak, mengatur paru-paru, meredakan batuk, melonggarkan dada
9) Menormalkan paru-paru dan lambung, melancarkan tenggorokan, menjernihkan panas

g. Menyeka rambut (sebagian rambut)

Menyeka rambut (sebagian rambut) memiliki efek yang begitu banyak bagi tubuh, diantaranya:

1) Kepala yang senantiasa dibasahi akan terjaga kesegaran tubuh
2) Pikiran menjadi jernih kembali
3) Mensucikan pikiran-pikiran kotor yang dapat merusak iman
4) Membantu kesehatan mental dan akal sehingga jauh dari rasa takut, marah, putus asa, dan penyakit-penyakit dapat disembuhkan
5) Membasuh sebagian rambut kepala merupakan pancaran iman, karena hati yang panas, emosi yang meluap-luap dapat didinginkan dengan membasuh kepala

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

h. Menyapukan air ketelinga

Menyapukan air ke telinga memiliki efek yang begitu banyak bagi tubuh, diantaranya:

1) Memberika efek bagi bagi mereka yang mengalami gangguan pada alat pencernaan terutama lambung
2) Masih banyak lagi gangguan-gangguan yang bisa disembuhkan menurut titik syaraf penyembuhan
3) Membasuh telinga akan membersihkan telinga dari kotoran-kotoran yang menyebabkan penyakit tuli dan lain-lain

i. Membasuh kedua kaki sampai mata kaki

Membasuh kedua kaki sampai mata kaki memiliki efek yang begitu banyak bagi tubuh, diantaranya:

1) Membasuh kedua kaki akan dijauhkan dari belenggu kenistaan
2) Seorang muslin akan terpelihara langkahnya
3) Ketika melakukan wudhu dengan benar dan tidak membasuk kaki dengan hanya dicelup-celup saja akan tetapi dipijat/digosok-gosokkan maka akan menimbulkan rangsangan bagi syaraf-syaraf yang ada dikedua kaki sampai mata kaki

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Air wudhu dapat menghapus kotoran-kotoran yang dipengaruhi syetan sehingga mengokohkan pendirian dan memantapkan hati

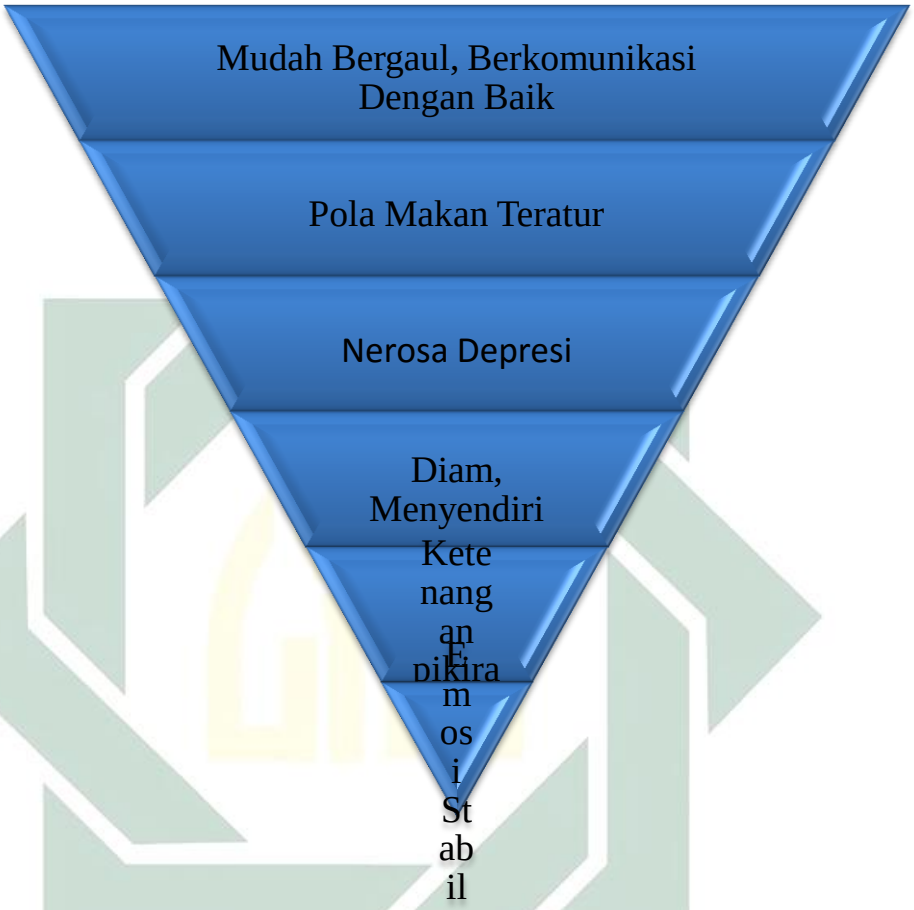
Pada hakikatnya wudhu tidak hanya sebagai suatu pembersih diri saja akan tetapi juga sebagai terapi bagi ketenangan jiwa dan sebagai relaksasi jiwa alami/alternatif yang sangat mudah dilakukan. Dari anggota yang wajib dan sunnah untuk dibasuh ketika betwudhu, disitu akan diketahui bahwa anggotatersebut memiliki titik-titik syaraf yang sangat penting bagi tubuh baik itu tubuh yang memiliki gangguan ataupun yang tidak memiliki gangguan (tubuh yang sehat).

B. Analisis Data Tentang Hasil Akhir Terapi Wudhu Dalam Menangani Gangguan Psikosomatis Bagi Penderita Gastritis Di Sidoarjo

Pada bab ini dijelaskan hasil dari proses *Terapi Wudhu dalam menangani gangguan psikosomatis bagi penderita gastritis di Sidoarjo.* Tingkat keberhasilan yang didapat dari proses terapi yang telah dilakukan peneliti yakni terdapat sedikit perubahan yang dirasakan konseli pada saat sebelum dan sesudah proses terapi wudhu tersebut. Dari hasil inilah yang menjadi tolak ukur bagi peneliti akan keberhasilan terapi yang dierikan konseli dalam kesempatan kali ini.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Perubahan yang terjadi pada diri konseli dapat dilihat dari tabel dibawah ini:



Tabel 5.1 Tingkat perubahan konseli sebelum dan sesudah proses terapi

Dari tabel diatas dijelaskan bahwa keadaan konseli sebagai berikut:

1. Mudah Bergaul, Berkomunikasi Dengan Baik

   Seperti pada penjelasan sebelumnya, prognosa yang dapat diberikan kepada konseli merupakan level sedang yang artinya walaupun konseli merasa dirinya mengalami gangguan akan tetapi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konseli masih bisa berkomunikasi dengan baik dengan lingkungan sekitarnya. Konseli masih bisa bergaul dengan baik ke orang-orang yang ada disekitar konseli. Sehingga melalui melalui keadaan konseli tersebut, prognosa yang diambil adalah prognosa sedang.

Jika prognosa konseli mengalami level tinggi, maka konseli memerlukan penanganan lebih intensif lagi bahkan jika diperlukan dokter atau psikiatri akan terjun untuk menanganinya. Karena pada level tersebut merupakan level dimana konseli tidak dapat berkomunikasi dengan baik, menjauh dari lingkungan sekitarnya, dan mengkhawatirkan.

2. Pola Makan Teratur

Dari observasi dan wawancara dengan konseli, peneliti mendapatkan bahwa konseli memilki waktu makan yang teratur. Konseli selalu memperhatikan pola makannya. Hanya saja ketika konseli merasa emosinya sedang naik konseli tidak memiliki nafsu makan.

3. Nerosa depresi

Nerosa ini ditandai dengan adanya kesedihan yang berkepanjangan yang disebabkan oleh suatu hal yang mampu membangkitkan nerosa itu sendiri.

Disini konseli memiliki masalah yang dapat menimbulkan nerosa depresi, dimana ketika ayah konseli meninggal, konseli merasa sangat terpuruk sekali, sedih sekali karena orang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dicintainya meninggalkan konseli untuk selam-selamanya. Inilah yang menyebabkan konseli mengalami kesedihan yang berkepanjangan hingga munculnya gangguan yang disebut sebagai psikosomatis.

Psikosomatis yang dirasakan konseli, adalah penyakit yang dideritanya yakni maag (gastritis) mengganggu aktivitas konseli. Karena emosinya/kesedihannya terutama ketika teringat akan Alm.ayahnya, konseli sangat sedih berlarut-larut dan berpengaruh terhadap kondisi lambung konseli. Dokter mengatakan jika konseli tidak memiliki riwayat sakit maag (gastritis) dalam dirinya, inilah kenapa konseli dalam keadaan psikosomatis yang disebabkan nerosa depresi.

4. Diam, Menyendiri

Ketika konseli mengalami emosi yang sedang tidak stabil, kesedihan konseli bangkit kembali konseli lebih memilih diam dan menyendiri didalam kamarnya. Karena menurut konseli jika dalam keadaa tersebut konseli masih berada diluar rumah konseli akan mampu melampiaskan emosinya kepada orang didekatnya.

Ketika dia merasa tidak stabil, dengan seketika dia lebih memilih pulang dan diam. Dikamar itulah konseli melampiaskan kesedihannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Ketenangan pikiran

Dari masalah yang timbul, maka peneliti memberikan terapi kepada konseli sesuai dengan masalah yang dihadapi dan terapi yang dipilih peneliti adalah terapi wudhu.

Setelah melalui beberapa tahap dan proses terapi tersebut, konseli menemukan sedikit ketenangan dalam dirinya. Ketika kesedihan itu muncul diiringi dengan penyakit maag (gastritisnya), konseli langsung melakukan apa yang peneliti sarankan (terapi wudhu), dan hasilnya konseli merasa tenang dan kembali dingin kembali, dan seiring waktu, seiring tenangnya pikiran konseli, berangsunr-angsur pula rasa nyeri dilambungnya berangsur-angsur membaik.

Inilah yang menjadi titik utama dalam pembahasan kali ini. Walaupun keberhasilan masih dalam tahap sedikit, setidaknya dari terapi tersebut konseli merasakan adanya perubahan dalam diri konseli, perubahan yang lebih postif. Jika itu dilakukan konseli secara teratur dan terus-menerus penulis yakin jika gangguan tersebut akan berangsur-angsur pulih dan membaik seperti sediakala.

6. Emosi Stabil

Selain pikiran konseli menjadi tenang, konseli juga merasakan jika emosi/kesedihan yang berkepanjangan tersebut

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sedikit lebih terkontrok. Seperti ketika koneli berada diluar rumah konseli dengan tiba-tiba merasa tertekan dan nerosa itu muncul, konseli menyempatkan diri untuk melakukan apa yang disarankan kepada konseli (terapi wudhu).

Akan tetapi tidak semua akan berjalan dengan lancar dan langsung praktis selesai, semua butuh proses bahkan penyembuhan sekalipun. Akan tetapi selama konseli mendapatkan perhatian dari peneliti, konseli merasa sedikit lebih tenang dan menjadi stabil.

Apabila konseli ingin melakukannya disetiap hari dan tidak hanya ketika hendak berwudhu saja konseli melakukan terapinya (terapi wudhu), seperti hendak tidur, belajar, bepergian dan lain-lain, Insya Allah dengan izin Allah SWT gangguan itu akan terhindar dan pergi menjauh dari konseli. Tidak lagi mengganggu aktifitas konseli setiap hari.

Dari pada itu semua, semuanya kembali kepada diri konseli sendiri. Jika konseli yakin dan ingin mendaptkan bantuan atau ikhlas dengna apa yang diterjadi dalam dirinya, semua itu akan dengan mudahnya. Asalkan kepercayaan dan keyakinan konseli untuk sembuh dan siap untuk menerima apa yang telah konseli alami selama ini.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id