KONSELING RUMAH SAKIT

Buku Perkuliahan Program S-1
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
IAIN Sunan Ampel Surabaya

Penulis:

Mohamad Thohir, M.Pd.I

Supported by:
Government of Indonesia (GoI) and Islamic Development Bank (IDB)

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

KATA PENGANTAR
REKTOR IAIN SUNAN AMPEL

Merujuk pada PP. 55 tahun 2007 dan Kepmendiknas No. 16 tahun 2007, Kepmendiknas No. 232/U/2000 tentang Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa; Kepmendiknas No. 045/U/2002 tentang Kurikulum Inti Pendidikan Tinggi; dan KMA No. 353 Tahun 2004 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi, IAIN Sunan Ampel akan menerbitkan buku perkuliahan sebagai upaya pengembangan kurikulum dan peningkatan profesionalitas dosen.

Untuk mewujudkan penerbitan buku perkuliahan yang berkualitas, IAIN Sunan Ampel bekerjasama dengan *Government of Indonesia* (GoI) dan *Islamic Development Bank* (IDB) telah menyelenggarakan *Workshop on Writing Textbooks for Specialization Courses* dan *Workshop on Writing Textbooks for vocational Courses* bagi dosen IAIN Sunan Ampel, sehingga masing-masing dosen dapat mewujudkan karya ilmiah yang dibutuhkan oleh para mahasiswa-mahasiswinya.

Buku perkuliahan yang berjudul **Konseling Rumah Sakit** ini merupakan salah satu di antara buku-buku yang disusun oleh para dosen pengampu mata kuliah program S-1 program studi Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Sunan Ampel sebagai panduan pelaksanaan perkuliahan selama satu semester. Dengan terbitnya buku ini diharapkan perkuliahan dapat berjalan secara aktif, kreatif, efektif, kontekstual dan menyenangkan, sehingga dapat meningkatkan kualitas lulusan IAIN Sunan Ampel.

Kepada *Government of Indonesia* (GoI) dan *Islamic Development Bank* (IDB) yang telah memberi *support* atas terbitnya buku ini, tim fasilitator dan penulis yang telah berupaya keras dalam mewujudkan penerbitan buku ini, kami sampaikan terima kasih. Semoga buku perkuliahan ini bermanfaat bagi perkembangan pembudayaan akademik di IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Rektor
IAIN Sunan Ampel Surabaya

Prof. Dr. H. Abd. A'la, M.Ag.

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

KATA PENGANTAR

Puji syukur hanya patut kita panjatkan kepada Allah SWT. Karena berkat karunia-Nya, buku perkuliahan Konseling Rumah Sakit ini bisa hadir sebagai salah satu *supporting system* penyelenggaraan program S-1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Buku perkuliahan Konseling Rumah Sakit ini memiliki fungsi sebagai salah satu sarana pembelajaran pada mata kuliah Konseling Rumah Sakit yang menjadi salah satu mata kuliah pada konsentrasi konseling komunitas di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Secara rinci buku ini memuat beberapa paket penting yang meliputi; Pengertian Konseling Rumah Sakit; Kesehatan Mental, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat; Makna Sakit dan Sehat; Ibadah bagi Orang Sakit; Pengurusan Jenazah; Media Konseling Rumah Sakit; Manajemen Layanan Konseling Rumah Sakit.

Akhirnya, kami mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada *Government of Indonesia* (GoI) dan *Islamic Development Bank* (IDB) yang telah memberi *support* penyusunan buku ini, kepada teman-teman dosen di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam dan kepada semua pihak yang telah turut membantu dan berpartisipasi demi tersusunnya buku perkuliahan Konseling Rumah Sakit ini. Masih banyak kemungkinan kesalahan dalam buku ini dan masih banyak pula hal-hal yang belum terwadahi dalam buku ini. Oleh karena itu, kritik dan saran dari para pengguna dan pembaca kami tunggu guna penyempurnaan buku ini.

Terima Kasih.

Penulis

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

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi tulisan Arab-Indonesia pada penulisan buku perkuliahan Konseling Rumah Sakit adalah sebagai berikut.

No	Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
1.	ا	`	ط	t}
2.	ب	b	ظ	z}
3.	ت	t	ع	‘
4.	ث	th	غ	gh
5.	ج	j	ف	f
6.	ح	h}	ق	q
7.	خ	kh	ك	k
8.	د	d	ل	l
9.	ذ	dh	م	m
10.	ر	r		n
11.	ز	z	و	w
12.	س	s	ه	h
13.	ش	sh	ء	`
14.	ص	s}	ي	y
15.	ض	d}		

Untuk menunjukkan bunyi panjang *(madd)* dengan cara menuliskan tanda coretan di atas a>i>dan u>(ا , ي dan و). Bunyi hidup dobel (diftong) Arab ditransliterasikan dengan menggabung dua huruf “ay” dan “au” seperti *layyinah*, *lawwamah*. Untuk kata yang berakhiran ta’ *marbutah* dan berfungsi sebagai sifat *(modifier)* atau *mudaf ilayh* ditransliterasikan dengan “ah”, sedang yang berfungsi sebagai *mudaf* ditransliterasikan dengan “at”.

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

DAFTAR ISI

PENDAHULU
Halaman Judul
Kata Pengantar Rektor (ii)
Prakata (iii)
Pedoman Transliterasi (iv)
Daftar Isi (v)
Satuan Acara Perkuliahan (vi – xii)

ISI PAKET
Paket 1 : Konsep Dasar Konseling Rumah Sakit (1 – 18)
Paket 2 : Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (19 – 33)
Paket 3 : Psikopatologi (34 – 43)
Paket 4 : Psikosomatis (44 – 54)
Paket 5 : Perilaku Adiksi (55 – 62)
Paket 6 : Makna Sehat Dan Sakit (63 – 81)
Paket 7 : Ibadah bagi Orang yang Sakit (82 – 98)
Paket 8 : Pengurusan Jenazah (99 – 111)
Paket 9 : Metode Konseling Rumah Sakit (112 – 127)
Paket 10 : Media Konseling Rumah Sakit (128 – 142)
Paket 11 : Langkah-langkah Konseling Rumah Sakit (143 – 160)
Paket 12 : Manajemen Layanan Konseling Rumah Sakit (161 – 174)

PENUTUP
Sistem Evaluasi dan Penilaian (175 – 177)
Daftar Pustaka (178 – 181)
CV Penulis (182)

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

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

1. Identitas

Nama Mata kuliah	: **Konseling Rumah Sakit**
Jurusan/Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Bobot	: 2 sks
Waktu	: 2 x 50 menit/ Pertemuan
Kelompok Matakuliah	: Kompetensi Pendukung

2. Deskripsi

Mata kuliah Konseling Rumah Sakit memberikan pemahaman kepada mahasiswa tentang proses penyadaran konsep sehat pada klien, yang di dalamnya ada proses edukasi tentang makna sakit, ibadah saat sakit, penanganan masalah, kesalahan dalam berperilaku mulai dari ketergantungan obat atau alkohol dan masalah penyakit lainnya, juga proses konseling untuk rehabilitasi klien di dalam keluarga dan masyarakat.

3. Urgensi

Mata kuliah Konseling Rumah Sakit sangat penting bagi mahasiswa khususnya pada konsentrasi konseling komunitas Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, karena :

a. Mahasiswa akan mampu memahami konsep sehat bagi manusia atau individu.
b. Mahasiswa akan mampu memahami proses edukasi yang dilakukan untuk penyadaran terhadap konsep sehat, makna sakit dan ibadah saat sakit.
c. Mahasiswa akan mampu memahami berbagai bentuk kesalahan dalam berperilaku di masyarakat, mulai dari ketergantungan obat, pekerjaan sampai pada penyakit lainnya.
d. Mahasiswa akan mampu memahami dan melaksanakan konseling untuk penyadaran konsep sehat dan rehabilitasi klien di tengah keluarga dan masyarakat.

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

e. Bisa memberikan layanan bimbingan dan konseling pada setting rumah sakit.

4. Kompetensi Dasar, Indikator, dan Materi

No	KD	Indikator	Materi
1	Memahami konsep konseling rumah sakit	1. Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan pentingnya konseling rumah sakit 2. Mahasiswa mampu menguraikan landasan teologis layanan konseling rumah sakit. 3. Mahasiswa mampu menjelaskan tujuan dan fungsi layanan konseling rumah sakit. 4. Mahasiswa mampu menguraikan materi layanan konseling rumah sakit.	1. Pengertian dan pentingnya konseling rumah sakit 2. Tujuan dan fungsi layanan konseling rumah sakit. 3. Landasan teologis layanan konseling rumah sakit. 4. Materi konseling rumah sakit
2	Menganalisis perilaku bersih dan sehat bagi individu atau manusia dan membudayakannya dalam kehidupan sehari-hari bagi diri sendiri dan lingkungan sekitar.	1. Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. 2. Mahasiswa mampu mengidentifikasi aspek-aspek yang melatarbelakangi	1. Pengertian perilaku hidup bersih dan sehat dan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. 2. Aspek-aspek yang melatarbelakangi perilaku hidup bersih dan sehat. 3. Langkah dan upaya dalam

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

		perilaku hidup bersih dan sehat dan tidak sehat pada individu atau masyarakat. 3. Mahasiswa mampu merancang upaya dan langkah untuk membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat untuk diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. 4. Mahasiswa mampu melakukan konseling untuk mempengaruhi orang di sekitarnya agar menjalani perilaku hidup bersih dan sehat.	membentuk budaya perilaku hidup bersih dan sehat.
3	Menganalisis gejala-gejala psikopatologi pasien dan menguasai teknik konseling serta terapi untuk membantu pasien sembuh dari penyakitnya dan hidup lebih baik lagi.	1. Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian psikopatologi. 2. Mahasiswa mampu mengidentifikasi gejala-gejala gangguan psikopatologis.	1. Pengertian psikopatologi dan gangguan psikopatologis. 2. Macam-macam gangguan psikopatologis. 3. Fenomena/gejala gangguan psikopatologis.
4	Memahami	1. Mahasiswa mampu	1. Pengertian

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

	pengertian psikosomatis, faktor penyebab dan melakukan langkah terapinya.	memahami pengertian psikosomatis. 2. Mahasiswa mampu memahami dan mengidentifikasi penyebab gangguan psikosomatis. 3. Mahasiswa mampu melakukan terapi untuk mengatasi gangguan psikosomatis.	perilaku hidup sehat dan pentingnya perilaku hidup sehat. 2. Aspek-aspek yang melatarbelakangi perilaku hidup sehat. 3. Langkah dan upaya dalam membentuk budaya perilaku hidup sehat.
5	Mengetahui pengertian, macam-macam perilaku adiksi. Serta mengetahui langkah-langkah upaya rehabilitasi pasien berperilaku adiksi.	1. Menjelaskan pengertian perilaku adiksi. 2. Mengetahui macam-macam perilaku adiksi. 3. Mengidentifikasi gejla-gejala, faktor penyebab, dan akibat dari perilaku adiksi. 4. Mengetahui upaya rehabilitasi pasien berperilaku adiksi.	1. Pengertian perilaku adiksi. 2. Macam-macam perilaku adiksi. 3. Upaya rehabilitasi pasien berperilaku adiksi.
6	Menguraikan makna dan hikmah di balik sehat dan sakit.	1. Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan pentingnya kesehatan. 2. Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian sakit 3. Mahasiswa mampu mengidentifikasi makna dan hikmah	1. Pengertian sehat. 2. Pengertian sakit. 3. Makna dan hikmah sehat dan sakit. 4. Cara menyikapi kondisi sakit.

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

		yang terkandung di balik sakit yang diderita oleh seseorang. 4. Mahasiswa mampu menjelaskan cara-cara menyikapi kondisi sakit	
7	Menjelaskan ketentuan ibadah bagi orang yang sakit.	1. Mahasiswa mampu menjelaskan keringanan-keringanan ibadah bagi orang yang sakit. 2. Mahasiswa mampu membacakan dalil keringanan ibadah bagi orang yang sakit. 3. Mahasiswa mampu menjelaskan tata cara bersuci bagi orang yang sakit. 4. Mahasiswa mampu menguraikan tata cara sholat bagi orang yang sakit 5. Mahasiswa mampu menjelaskan hukum-hukum yang berkaitan dengan orang yang sakit.	1. Keringanan-keringanan ibadah bagi orang yang sakit. 2. Dalil keringanan ibadah bagi orang yang sakit. 3. Tata cara bersuci bagi orang yang sakit. 4. Tata cara sholat bagi orang yang sakit 5. Hukum-hukum yang berkaitan dengan orang yang sakit.
8	Mengetahui prosedur pengurusan jenazah dan mampu mempraktekkannya dengan cara	1. Mahasiswa mampu mengetahui prosedur dan langkah-langkah pengurusan jenazah. 2. Mahasiswa mampu	1. Pengertian pengurusan jenazah serta tujuannya. 2. Prosedur dan

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

	simulasi untuk selanjutnya mampu melakukannya di kehidupan nyata.	Mempraktekkan prosedur dan langkah-langkah pengurusan jenazah.	langkah pengurusan jenazah berdasarkan fiqih dan standar medis.
9	Memahami layanan spiritual di rumah sakit, metode konseling rumah sakit, dan tahapan-tahapan konseling di rumah sakit.	1. Mahasiswa mampu memahami pengertian layanan spiritual di rumah sakit. 2. Mahasiswa mampu memahami metode konseling di rumah sakit. 3. Mahasiswa mampu Mengaplikasikan tahapan-tahapan konseling di rumah sakit.	1. Langkah-Langkah Konseling Spiritual di Rumah Sakit 2. Layanan Spiritual di Rumah Sakit 3. Metode Konseling di Rumah Sakit
10	Menguasai kajian tentang media konseling di rumah sakit dan terampil membuat media konseling kreatif untuk pasien di rumah sakit.	1. Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan pentingnya media konseling. 2. Mahasiswa mampu mengidentifikasi macam-macam media konseling rumah sakit. 3. Mahasiswa mampu membuat media konseling rumah sakit secara kreatif. 4. Mahasiswa mampu memilih media dengan tepat dalam pelaksanaan konseling	1. Pengertian dan pentingnya media konseling. 2. Macam-macam media konseling rumah sakit. 3. Prinsip dalam pemilihan media konseling rumah sakit.

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

		rumah sakit.	
11	Menampilkan langkah-langkah konseling sesuai dengan tipe pasien.	1. Mahasiswa mampu menjelaskan langkah-langkah konseling di rumah sakit. 2. Mahasiswa mampu melakukan konseling dengan tahapan yang benar sesuai dengan tipe paisen.	1. Langkah-langkah konseling rumah sakit. 2. Tipe-tipe pasien di rumah sakit.
12	Menguasai manajemen layanan konseling rumah sakit.	1. Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan pentingnya manajemen layanan konseling rumah sakit. 2. Mahasiswa mampu menyebutkan kelengkapan tenaga layanan konseling rumah sakit. 3. Mahasiswa mampu mengidentifikasi kompetensi konselor rumah sakit. 4. Mahasiswa mampu merancang kelengkapan manajemen layanan konseling rumah sakit.	1. Pengertian dan pentingnya manajemen layanan konseling rumah sakit. 2. Tenaga layanan konseling rumah sakit. 3. Kompetensi konselor rumah sakit. 4. Sistem layanan konseling rumah sakit.

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

Paket 3
PSIKOPATOLOGI

Pendahuluan

Perkuliahan ini membahas tentang gangguan psikopatologis. Materi psikopatologi menjadi bagian mata kuliah Konseling Rumah Sakit, karena bisa menjadi bekal bagi mahasiswa untuk mengidentifikasi gangguan psikis pasien, mendiagnosa, sekaligus untuk mengetahui upaya konseling dan terapi dari gangguan kejiwaan pasien. Kajian pada pertemuan kali ini meliputi pengertian psikopatologi, macam-macam gangguan psikopatologis, dan gejala-gejala gangguan psikopatologis.

Dalam paket 3 ini, mahasiswa akan mengkaji pengertian psikopatologi melalui kegiatan *brainstorming* berdasarkan pada tayangan dan gambar-gambar yang disediakan oleh dosen. Setelah membahas pengertian psikopatologi, macam-macam gangguan psikopatologis, dan gejala-gejala gangguan psikopatologis, selanjutnya mahasiswa melakukan identifikasi penyebab dan gejala gangguan psikopatologis. Lalu, merancang upaya penanganan terapi dan konseling pada pasien penderita gangguan psikopatologis.

Kegiatan perkuliahan ini mendorong keaktifan dosen dan peserta didik, karena yang diharapkan adalah terwujudnya pengetahuan tentang psikopatologi. Perkuliahan ini memerlukan LCD dan laptop untuk penayangan gambar dan video.

Rencana Pelaksanaan Perkuliahan

Kompetensi Dasar

Menganalisis gejala-gejala psikopatologi pasien dan menguasai teknik konseling serta terapi untuk membantu pasien sembuh dari penyakitnya dan hidup lebih baik lagi.

Indikator

Pada akhir perkuliahan mahasiswa-mahasiswi diharapkan mampu:

1. menjelaskan pengertian psikopatologi.
2. mengidentifikasi gejala-gejala gangguan psikopatologis.

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. menguasai teknik-teknik konseling dan psikoterapi untuk menangani gangguan psikopatologis.

Waktu

2x 50 menit

Materi Pokok

1. Pengertian psikopatologi dan gangguan psikopatologis.
2. Macam-macam gangguan psikopatologis.
3. Fenomena/gejala gangguan psikopatologis.

Langkah-langkah Perkuliahan

Kegiatan Awal (15 menit)

1. Dosen menjelaskan kompetensi dasar materi psikopatologi.
2. Dosen menjelaskan indikator pencapaian materi psikopatologi.
3. Selanjutnya dosen memberikan penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan perkuliahan tentang psikopatologi.
4. *Brainstorming* dengan mencermati tayangan dan beberapa gambar yang berkaitan dengan psikopatologi.

Kegiatan Inti (70 menit)

1. Mahasiswa melakukan presentasi dan diskusi makalah tentang pengertian psikopatologi dan gangguan psikopatologis, macam-macam gangguan psikopatologis beserta gejala-gejalanya.
2. Setiap mahasiswa diminta mengisi lembar kegiatan mahasiswa 1 untuk mengidentifikasi gejala psikopatologi yang ada di lingkungannya dan atau di rumah sakit.
3. Mahasiswa mempresentasikan dan mendiskusikan materi psikopatologi.
4. Dosen memberi penguatan dan *feedback* dari hasil diskusi mahasiswa.
5. Dosen memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk menanyakan sesuatu yang belum paham atau menyampaikan konfirmasi.

Kegiatan Akhir (10 menit)

1. Dosen bersama mahasiswa menyimpulkan hasil perkuliahan.

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

2. Dosen memberi dorongan psikologis/pesan kepada mahasiswa untuk mampu mengidentifikasi terhadap gejala psikopatologis yang terjadi di lingkungan atau di rumah sakit.

Kegiatan Tindak Lanjut (5 menit)

1. Memberi tugas latihan pada mahasiswa untuk membuat bagan macam-macam gangguan psikopatologis beserta gejala-gejalanya dan rekomendasi terapinya.
2. Mempersiapkan perkuliahan selanjutnya.

Lembar Kegiatan Mahasiswa 1 (LKM 1)
"Identifikasi Gejala Psikopatologis"

Tujuan LKM 1
Mahasiswa secara individual dapat mengidentifikasi gejala psikopatologis yang ada di lingkungannya ataupun di rumah sakit.

Bahan dan alat LKM 1
Form lembar kegiatan mahasiswa 1

Lembar kerja 1 : Identifikasi Gejala Psikopatologis

1. Diri Sendiri

No.	Gejala/Perilaku	Ya/Tidak
1		
2		
3		
4		
5		
6		

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

7		
8		

2. Lingkungan

No.	Gejala/Perilaku	Ya/Tidak
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Y = Psikopatologis T = Tidak Psikopatologis

Langkah-langkah kegiatan LKM 1

1. Ambillah lembar kerja LKM 1 yang telah tersedia.
2. Secara individu, temukan gejala-gejala psikopatologis yang mungkin ada ada di diri sendiri maupun di lingkungan atau di rumah sakit.
3. Berilah tanda/tulisan Y pada kolom untuk gejala psikopatologis dan T untuk tidak/bukan gejala psikopatologis.
4. Berikan alasan kenapa termasuk psikopatologis atau tidak.
5. Bagi Anda yang diminta, bacakan hasil temuan Anda kepada teman-teman Anda.

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

Uraian Materi

PSIKOPATOLOGI

Pengertian Psikopatologi

Pada hakikatnya manusia merupakan makhluk yang memiliki keterbatasan dalam menghadapi tantangan kehidupannya. la acapkali bingung, takut, dan bimbang terhadap fenomena yang ada. Oleh sebab itu, dalam diri manusia ada potensi munculnya gangguan psikologis, berupa rasa takut, sedih, bimbang, dan sebagainya. Gangguan-gangguan psikologis dalam psikologi disebut dengan psikopatologi.[1]

Menurut Sarwono, dalam psikologi dikenal tingkah laku-tingkah laku yang menyimpang dari tingkah laku yang normal. Penyimpangan tingkah laku ini disebabkan oleh adanya kelainan psikis pada orang-orang yang bersangkutan. Cabang psikologi yang khusus mempelajari kelainan psikis ini disebut psikopatologi atau psikologi abnormal, sedangkan usaha-usaha memperbaiki atau menyembuhkan kelainan-kelainan ini dilakukan dalam psikologi klinis.[2]

Menurut Singgih Dirgagunarsa, bahwa psikopatologi adalah lapangan psikologi yang berhubungan dengan kelainan atau hambatan kepribadian, yang menyangkut proses dan isi kejiwaan. Kelainan atau hambatan ini ada yang ringan, yang mengganggu sebagian saja dari kepribadian seseorang sehingga orang tersebut secara umum masih normal reaksi-reaksinya dan ia masih dapat mengatasi sendiri persoalan-persoalan yang dihadapinya, ada pula yang berat sehingga ia memerlukan bantuan dari berbagai keahlian untuk dapat mengatasinya.[3]

Psikopatologi terbagi menjadi dua bagian: neurosis (*al-amrat al'ashbiyat/al-nafs*) dan psikosis (*al-Amrat al-Dhihaniyat/al-Aqliyat*). Neurosis adalah gangguan jiwa/psikologis yang penderitanya masih dalam keadaan sadar.[4]

Berbeda dengan neurosis, yang sadar akan gangguan yang dialaminya, orang yang menderita psikosis tidak mengetahui penderitanya. Mereka

---

[1] Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2004), Hal. 151.

[2] Sarwono, SW, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Praktek Dokter*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), Hal. 126.

[3] Singgih Dirgagunarsa, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Nusantara, 1986), Hal. 140.

[4] *Loc.Cit.*, Hal. 152.

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

bagaikan hidup dalam awang-awang, tidak sadar. Bagi orang lain, penderita psikosis lebih berat dari neurosis, tetapi bagi yang merasakan sendiri, neurosis lebih berat daripada psikosis, sebab penderita psikosis tidak merasakan apa yang dideritanya, sementara penderita neurosis merasakan penderitaan yang dialaminya, karena mereka masih hidup dengan kesadaran pikirannya[5].

Menurut Daradjat gangguan jiwa termasuk bagian keabnormalan, oleh karena itu keabnormalan ada dua macam: pertama, gangguan jiwa (*neurose*); dan kedua, penyakit jiwa (*psychose*).[6]

Macam-Macam Gangguan Psikopatologis

1. Neurosis

   Neurosis merupakan suatu bentuk gangguan kepribadian yang relatif ringan, sebagai akibat dari ketegangan yang kronis, konflik, frustasi dan ketidakmampuan pribadi yang terekspresikan dalam gejala-gejala perilaku sindroma.

   Sindroma-sindroma neorotik ini berupaya untuk mengatasi ketegangan konflik dan frustasi dengan cara yang tidak tepat atau tidak wajar dengan demikian dapat dinyatakan bahwa tingkah laku neurotik merupakan tipe penyesuaian yang tidak wajar, tidak normal, atau tidak sehat, dalam upaya memenuhi teuntutan dan tanggung jawab kehidupan sehari-hari.[7]

   a. *Nervous* (gugup), bentuk reaksinya seperti mengisap ibu jari, mengigit kuku dan salah tingkah.
   b. *Anxiety* (kecemasan) merupakan ketidak berdayaan neorotik rasa tidak aman, tidak matang dan kekurang mampuan dalam menghadapi tuntutan realitas kehidupan sehari-hari. Adapun macam-macam cemas menurut Freud; 1) cemas obyektif cemas obyektif adalah reaksi terhadap pengenalan akan adanya bahaya dari luar, atau kemungkinan adanya kemungkinan bahaya yang disangkanya akan terjadi, seperti melihat gumpalan awan hitam, 2) cemas penyakit yaitu kecemasan yang terjadi ketika individu merasakan takut yang samar dan tidak menentu. Selain itu ada pula cemas karena objek tertentu seperti takut melihat darah atau serangga, 3) cemas dan moral dan rasa dosa.

[5] *Ibid*, Hal. 152.
[6] Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Haji Masagung, 1988), Hal. 33.
[7] Yusria Ningsih, *Kesehatan Mental*, (Surabaya: IAIN SA Press, 2011), Hal. 54.

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

Selanjtnya, kecemasan mempunyai gejala sebagai berikut: 1) gejala jasmaniah (fisiologis) yaitu: tangan dan kaki dingin, berkeringat, detak jantung berdegup kencang, tidur terganggu, dan pernafasan terganggu, 2) gejala kejiwaan antara lain, sangat takut, serasa akan tarjadi bahaya atau penyakit, tidak bisa memusatkan perhatian, juga hilang kepercayaan dan ketenangan.[8]

c. Psikosomatik

Psikosomatis adalah suatu kondisi di mana pikiran (*psyche*) mempengaruhi tubuh (*somato*). Penyakit psikosomatis adalah sakit fisik aktual yang disebabkan oleh faktor psikologis (psikogenik) atau kondisi penyakit yang menjadi semakin parah karena faktor psikologis. Penyakit psikosomatis bisa mempengaruhi organ tubuh mana saja. Dalam banyak kasus, faktor psikis terbukti memberikan kontribusi pengaruh signifikan terhadap penyakit yang diderita seseorang. *The American College of Family Physicians* memperkirakan bahwa 90% penyakit disebabkan oleh faktor psikogenik, bukan organogenik.

Charless Tebbetts, pakar hipnoterapi terkemuka, mengatakan bahwa kebanyakan penyakit bersifat psikosomatis dan dipilih untuk dimunculkan pada level pikiran bawah sadar sebagai upaya untuk lari dari suatu situasi yang dipersepsikan sebagai suatu tekanan mental yang berlebihan yang disebabkan oleh emosi destruktif, seperti marah, benci, dendam, takut, dan perasaan bersalah.

Menurut Yusuf pada proses perkembangan terjadinya gangguan psikosomatis, krisis moneter berfungsi sebagai stresor psikososial, sedangkan gangguan psikosomatik berfungsi sebagai reaksi individu terhadap stresor tersebut.[9]

Adapun kebalikan dari psikosomatis adalah somatopsikis atau *somatopsychic*, yaitu tubuh mempengaruhi pikiran.[10]

d. Depresi

---

[8] Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat 2*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1977), Hal. 27-29.

[9] Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkembangannya*, (Yogjakarta: Andi, 2007), Hal. 103.

[10] Adi W. Gunawan, *The Miracle of MindBody Medicine*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2012), Hal. 49-51.

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

Seseorang yang mengalami gangguan depresi akan menunjukkan gejala-gejala seperti perasaan sedih yang kepanjangan, suka menyendiri, sering melamun, kurang nafsu makan atau makan berlebihan, sulit tidur atau tidur berlebihan, merasa lelah, lesu atau kurang bertenaga, merasa rendah diri, sulit konsentrasi dan sulit mengambil keputusan, merasa putus asa, gairah belajar berkurang, tidak ada inisiatif, hipo/hiperaktivitas. Dan orang-orang mengalami gejala-gejala depresi akan memperlihatkan kreativitas, inisiatif dan motivasi belajar menurun, sehingga akan menimbulkan kesulitan belajar yang membuat prestasi belajarnya terus menurun.[11]

e. Traumatik

Gangguan kejiwaan telah mengalami peristiwa traumatik seperti kecelakaan sehingga peristiwa tersebut menghasilkan timbulnya "*schok*" mental, gejalanya bisa berupa gemetar, keluaran keringat dan lain-lain.

f. Psihastenia

Suatu pola neoruotik yang ditandai dengan gejala-gejala mental yang tidak tepat, dalam mana perasaan, gagasan atau perbuatan individu yang berlangsung luar kontrol dirinya. Psihasteniia sebagai berikut:

1) Phobia: ketakutan yang tidak rasional atau perasaan takut yang irrasional dan kadanag-kadang membingungkan terhadap situasi atau objek tertentu.
2) Obsesi: pikiran atau perasaan yang disertai kualitas emosional yang kuat, yang memaksanya mengganggu proses berfikir yang normal. Seperti berobsesi membunuh orang lain.
3) Kompulsi

   Kompulsi adalah semacam perilaku yang didorong oleh adanya keinginan itu, dan kadang perlu dilakukan berkali-kali, sehingga sering disebut sebagai "ritual". Contohnya, seorang dengan obsesi takut terhadap kuman, maka ia akan berkali-kali mencuci tangannya dan ia bisa menghabiskan waktu berjam-jam untuk melakukan hal itu, sampai ia yakin tidak ada kuman lagi di tangannya. Tanpa itu ia akan merasa cemas dan gelisah.[12]

---

[11] Dede & Herdi, *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), Hal. 102.

[12] *Loc.Cit.*, Yusria Ningsih, Hal. 56.

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

g. Hysteria

Histeria merupakan reaksi neurotik individu sebagai upaya untuk mengontrol kesemesaanya melalui satu atau dua model tingkah laku, yaitu melalui konversi dan disasosiasi.

2. Psikosis

Psikosis merupakan seseorang yang kepribadiannya terganggu, dan selanjutnya menyebabkan kurang mampu menyesuaikan diri dengan wajar dan tidak sanggup memahami problemnya. Psikosis ini bisa disebabkan karena dua macam:

a. Adanya kerusakan pada anggota tubuh, misalnya otak, sentral saraf, atau hilangnya kemampuan berbagai kelenjar, saraf-saraf atau anggota fisik lainnya untuk menjalankan tugasnya. Hal ini mungkin disebabkan oleh karena keracunan minuman keras, obat-obat perangsang atau narkotik, akibat penyakit kotor dan sebagainya.
b. Adanya gangguan-gangguan jiwa yang sudah berlarut-larut sehingga mencapai puncaknya tanpa suatu penyelesaian secara wajar. Atau dengan kata lain, disebabkan hilangnya keseimbangan mental secara menyeluruh, akibat suasana lingkungan yang sangat menekan, ketegangan batin, dan sebagainya.

Diantara penyakit jiwa yang terkenal adalah:

a. Skizofrenia

Skizofrenia adalah penyakit jiwa yang banyak terjadi dibandingkan dengan penyakit jiwa lainnya. Penyakit ini menyebabkan kemunduran kepribadian pada umumnya, yang biasanya mulai tampak pada masa puber dan yang paling banyak menderita adalah orang berumur antara 15-30 tahun.

b. Paranoid

Salah satu penyakit jiwa yang terkenal adalah paranoid atau biasa disebut gila besaran atau gila menuduh orang. Penyakit ini tidak banyak terjadi, biasanya dalam satu rumah sakit hanya ada dua tiga saja yang terserang penyakit ini. Penyakit ini mulai menyerang pada orang yang berumur 40 tahun.

c. Manic-depressive

Merupakan salah satu sakit jiwa yang mana si penderita mengalami rasa benar/gembira yang kemudian menjadi sedih atau tertekan.

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

Rangkuman

Dari berbagai paparan di atas, maka pada bagian ini dapat dikerucutkan dalam beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Psikopatologi dapat diartikan sebagai lapangan psikologi yang berhubungan dengan kelainan atau hambatan kepribadian, yang menyangkut proses dan isi kejiwaan.
2. Secara umum gangguan mental psikopatologi dapat dibedakan menjadi dua macam, yakni neurosis dan psikosis.
3. Gangguan neurosis di antaranya; nervous (gugup), anxiety (kecemasan), psikosomatis, depresi, traumatik, psihastenia, hysteria.
4. Gangguan psikosis di antaranya; skizofrenia, paranoid, m*anic-depressive.*

Latihan

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

1. Apakah yang anda fahami tentang psikopatologi dan gangguan psikopatologis?
2. Secara garis besar gangguan psikopatologis terbagi menjadi dua macam, sebutkan dan jelaskan!

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

Paket 4
PSIKOSOMATIS

Pendahuluan

Perkuliahan ini membahas tentang psikosomatis. Materi ini menjadi bagian mata kuliah Konseling Rumah Sakit, karena bisa menjadi bekal bagi mahasiswa untuk mengetahui, mengidentifikasi, dan mengatasi gangguan psikosomatis. Kajian pada pertemuan kali ini meliputi pengertian psikosomatis, penyebab gangguan psikosomatis, dan terapi mengatasi gangguan psikosomatis.

Dalam paket 4 ini, mahasiswa akan mengkaji pengertian psikosomatis melalui kegiatan *brainstorming* berdasarkan pada tayangan dan gambar-gambar yang disediakan oleh dosen. Setelah itu membahas penyebab dan terapi untuk mengatasi gangguan psikosmatis.

Kegiatan perkuliahan ini mendorong keaktifan dosen dan peserta didik, karena yang diharapkan adalah terwujudnya pengetahuan tentang psikosomatis, serta keterampilan terapinya. Perkuliahan ini memerlukan LCD dan laptop untuk penayangan gambar dan video.

Rencana Pelaksanaan Perkuliahan

Kompetensi Dasar

Memahami pengertian psikosomatis, faktor penyebab dan melakukan langkah terapinya.

Indikator

Pada akhir perkuliahan mahasiswa-mahasiswi diharapkan mampu:

1. Memahami pengertian psikosomatis.
2. Memahami dan mengidentifikasi penyebab gangguan psikosomatis.
3. Melakukan terapi untuk mengatasi gangguan psikosomatis.

Waktu

2x 50 menit

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

Materi Pokok

1. Pengertian perilaku hidup sehat dan pentingnya perilaku hidup sehat.
2. Aspek-aspek yang melatarbelakangi perilaku hidup sehat.
3. Langkah dan upaya dalam membentuk budaya perilaku hidup sehat.

Langkah-langkah Perkuliahan

Kegiatan Awal (15 menit)

1. Dosen menjelaskan kompetensi dasar materi psikosomatis.
2. Dosen menjelaskan indikator pencapaian materi psikosomatis.
3. Selanjutnya dosen memberikan penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan perkuliahan tentang psikosomatis.
4. Brainstorming dengan mencermati tayangan dan beberapa gambar yang berkaitan dengan gangguan psikosomatis.

Kegiatan Inti (70 menit)

1. Mahasiswa melakukan presentasi dan diskusi makalah tentang pengertian psikosomatis, faktor penyebab, dan terapinya.
2. Setiap mahasiswa diminta mengisi lembar kegiatan mahasiswa 1 untuk mengidentifikasi gejala gangguan psikosomatis.
3. Wakil kelompok memberikan presentasi hasil diskusi dari masing-masing kelompok yang dilanjutkan dengan klarifikasi kelompok lain.
4. Dosen memberi penguatan dan *feedback* dari hasil diskusi mahasiswa.
5. Dosen memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk menanyakan sesuatu yang belum paham atau menyampaikan konfirmasi.

Kegiatan Akhir (10 menit)

1. Dosen bersama mahasiswa menyimpulkan hasil perkuliahan.
2. Dosen memberi dorongan psikologis/pesan kepada mahasiswa untuk berlatih untuk mengidentifikasi gangguan psikosomatis pada diri sendiri maupun orang lain, lalu berlatih untuk mengatasinya.

Kegiatan Tindak Lanjut (5 menit)

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

1. Memberi tugas latihan pada mahasiswa untuk mengidentifikasi suatu kasus gangguan psikosomatis, beserta dengan gejala dan penyebabnya, lalu menyusun langkah terapinya.
2. Mempersiapkan perkuliahan selanjutnya.

Lembar Kegiatan Mahasiswa 1 (LKM 1)
"Identifikasi Gangguan Psikosomatis"

Tujuan LKM 1
Mahasiswa secara individual dapat mengidentifikasi gejala gangguan psikosomatis serta penyebabnya

Bahan dan alat LKM 1
Form lembar kegiatan mahasiswa 1

Lembar kerja 1 : Identifikasi Gejala Gangguan Psikosomatis

No.	Gejala	Y/T	Alasan
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Keterangan : Y = Psikosomatis T = Tidak/bukan Psikosomatis

Langkah-langkah kegiatan LKM 1
1. Ambillah lembar kerja LKM 1 yang telah tersedia.
2. Secara individu, temukan gejala-gejala gangguan psikosomatis.
3. Tuliskan temuan Anda pada selembar kertas Folio.
4. Berilah tanda/tulisan Y untuk gejala psikosomatis dan T untuk bukan psikosomatis.
5. Berikan alasan kenapa termasuk psikosomatis dan bukan psikosomatis.
6. Bagi Anda yang diminta, bacakan hasil temuan Anda kepada teman-teman Anda.

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

7. Bagi mahasiswa yang lain, berikan klarifikasi terhadap temuan teman Anda.

Uraian Materi

PSIKOSOMATIS

Pengertian Psikosomatis

Istilah psikosomatis pertama kali (*psychosomatic*) pertama kali disebut oleh Flanders Dunbar di awal tahun 1940-an, tidak lama setelah Hans Selye mengenalkan konsepr stres. Psikosomatis berasal dari kata *psychosomatic,* terdiri atas duakata yaitu *psiche* dan *somato. Psyche* secaraq etimologis berakar pada bahasa Yunani yang artinya kehidupan, dan terjemahan bebeasnya adalah jiwa atau pikiran. *Somato* artinya tubuh. Dengan demikian psikosomatis adalah suatu kondisi di mana pikiran (*psyche*) memengaruhi tubuh (*somato*).

Pengaruh pikiran terhadap tubuh bisa positif maupun negatif. Bila pengeruhnya negatif, fungsi tubuh akan terganggu, bahkan bisa sakit, dan kondisi ini yang disebut dengan penyakit psikosomatis.

Jadi, kata psikosomatis sendiri sebenarnya netral. Sedangkan kondisi sebaliknya, yaitu tubuh memengaruhi pikiran, disebtu dengan somatopsikis atau *somatopsyhic.* Salah satu contoh somatopsikis adalah terapi pijat atau *massage.* Biasanya setelah dipijat selain tubuh menjadi rileks pikiran juga ikut rileks dan nyaman.

Penyakit psikosomatis adalah sakit fisik aktual yang disebabkan oleh faktor psikologis (psikogenik) atau kondisi penyakit yang menjadi semakin parah karena faktor psikologis. Penyakit psikosomatis bisa mempengaruhi organ tubuh mana saja. Faktor-faktor psikologis ini terbagi menjadi tiga kelompok utama: karakteristik pribadi, kondisi psikologis, dan stres karena faktor lingkungan.

Simtom penyakit psikosomatis benar-benar nyata, dialami, dan dirasakan oleh penderitanya. Namun, simtom berakar pada faktor psikologis bukan fisik atau organik. Simtom ini sering mirip atau sama dengan simtom karena sakit akibat faktor organik. Orang yang mengalami sakit psikosomatis,

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

untuk mencari tahu penyebab sakitnya, biasanya menjalani pemeriksaan intensif dan evaluasi medis menyeluruh namun tidak berhasil menemukan akar masalah penyakitnya.

Walaupun peneruh pikiran terhadap tubuh sangat kuat, tidak semua penyakit bersifat psikogenik atau disebabkan faktor psikologis. Ada banyak penyakit atau gangguan fisik yang sepenuhnya disebabkan oleh faktor-faktor biogenik. Namun, dalam banyak kasus, faktor psikis terbukti memberikan kontribusi pengeruh signifikan terhadap penyakit yang diderita seseorang. The American College of Family Physicians memperkirakan bahwa 90% penyakit disebabkan oleh faktor psikogenik, bukan organogenik.

Charless Tebbetts, pakar hipnoterapi terkemuka, mengatakan bahwa kebanyakan penyakit bersifat psikosomatis dan dipilih untuk dimunculkan pada level pikiran bawah sadar sebagai upaya untuk lari dari suatu situasi yang dipersepsikan sebagai suatu tekanan mental yang berlebihan yang disebabkan oleh emosi destruktif, seperti marah, benci, dendam, takut, dan perasaan bersalah.

Penyakit atau gangguan kesehatan yang disebabkan faktor pikiran dapat dijelaskan sebagai berikut. Seseorang mengalami situasi yang mana sangat sulit untuk ia selesaikan. Situasi ini semakin lama semakin menekan dan ia tidak melihat kemungkinan untuk keluar dari situasi ini. Akibatnya, ia memutuskan, pada level pikiran bawah sadar, cara atau strategi untuk mengatasi situasi yang tidak dapt ia atasi. Salah satu caranya adalah dengan memunculkan penyakit psikosomatis, seperti sakit kepala migrain yang sangat hebat dan mengakibatkan ia “lumpuh” dan membebaskannya dari tanggung jawab besar.

Simtom ini mengizinkan ia untuk terbebas dari situasi yang tidakbisa ia atasi dengan cara lain. Antropolog Georgy Bateson menamakan kondisi ini dengan situasi “*double-bind*”, yaitu situasi di mana seseorang harus memilih antara dua alternatif yang sebenarnya sama-sama tidak bisa diterima namun tidak dapat mengungkapkan dilemanya.

Simtom membebaskan ia dari keharusan untuk berhadapan dengan situasi yang lebih kompleks dan tidak dapat ditangani. Sekarang ia sakit. Kawan-kawan dan keluarganya mengubah pengharapan danb tuntutan mereka padanya karena ia sakit. Sakitnya menunda atau mungkin menghindarkan ia dari berurusan dengan masalah yang sesungguhnya.

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

Begitu strategi ini ini dijalankan dan terbukti efektif dan berhasil, maka besar kemungkinannya ia akan memunculkan pola perilaku yang sama di kemudia hari saat berhadapan dengan situasi yang sama atau miip dengan situasi sebelumnya.

Sayangnya, keputusan untuk memunculkan simtom atau penyakit biasanya terjadi pada level pikiran bawah sadar, dan bisa terus berlanjtu walaupun sebenarnya strategi ini sudah tidak lagi efektif dalam menghadapi stres.[1]

Beberapa penelitian mutakhir dalam bidang kedokteran menemukan keterkaitan tubuh dan pikiran ini disebabkan karena kita memiliki lebih dari 1 juta sel saraf yang tersebar di tubuh. Kebanyakan dari sel saraf tersebut ternyata memang memiliki sambungan langsung dengan otak. Padahal, setiap sel otak (neuron) kita memiliki sambungan dengan setidaknya 1000 sel otak lain. Namun demikian, proses kerja antarsambungan ini bukanlah mekanis layaknya sambungan listrik. Sambungan tersebut terhubung secara neuro kimia melalui suatu "alat" yang dinamakan sinapsis. Dalam sambungan sinapsis ini beragam neurokimia digunakan untuk mengantarkan impuls saraf elektrik dari satu neutron ke neuron yang lain. Sejauh ini, telah ditemukan setidaknya 60 neurokimia yang berbeda yang berfungsi sebagai jembatan komunikasi antarneuron.[2]

Penyebab Psikosomatis

Faktor utama yang menyebabkan penyakit psikosomatis adalah; 1) motivasi, 2) memori sakit, 3) konflik, 4) imprint, 5) sugesti diri, 6) identifikasi, 7) pengalaman masa lalu yang belum terselesaikan (*unresolved past experience*), 8) masalah saat in iyang belum terselesaikan, 9) organ language, 10) menghukum diri sendiri, 11) *ego state* yang mengalami trauma.

Untuk lebih memahami faktor-faktor penyebab tersebut, berikut penjelasannya.[3]

Motivasi

---

[1] Adi W. Gunawan, *The Miracle of MindBody Medicine*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2012), Hal. 49-53

[2] Teddi Prasetya Yuliawan, *NLP; The Art of Enjoying Life*, (Jakarta: Serambi, 2014), hal. 61

[3] *Ibid*, Hal. 84-105

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

Yang dimaksud dengan motivasi adalah tujuan yang ingin dicaai dengan munculnya suatu penyakit atau simtom. Umumnya orang yang menggunakan sakit yang dideritanya untuk mendapatkan perhatian dan simpati dari orang lain di lingkungannya, atau menghindar dari beban tanggung jawab tertentu.

Memori sakit

Yang dimaksud dengan memori sakit adalah memori yang tersimpan pada bagian tubuh atau organ tertentu yang sebelumnya pernah mengalami sesuatu sehingga sakit , telah diobati dan sudah sembuh, namun penderita tetap merasa sakit yang sama walaupun secara medis telah dinyatakan sembuh sepenuhnya.

Konflik

Konflik terjadi saat minimal ada dua keinginan yang tidak sejalan. Dilihat dari sumber interaksi, konflik dibedakan menjadi konflik eksternal dan internal. Konflik eksternal terjadi pada dua level. Pertama saat seseorang ingin membuat keputusan namun ia tidak bisa melakukannya. Kedua adalah saat seorang telah membuat keputusan namun ia tidak bisa melaksanakan dan mewujudkannya.

Sedangkan konflik internal melibatkan minimal dua *ego personality* yang mempunyai tujuan berbeda. Masing-masing *ego personality* bertahan dengan pendapat dan keyakinan mereka bahwa yang mereka lakukan adalah demi kebaikan hidup dirinya. Contoh terjadinya konflik internal adalah saat kita baru bangun tidur. Saat itu biasanya ada dua *ego personality* yang konflik. Yang satu ingin kita segera bangun, sedangkan yang satunya lagi ingin kita tetap tidur. Kedua ego tersebut punya tujuan yang mereka yakini baik untuk kita.

Imprint

Imprint adalah sebuah ide atau kepercayaan yang ditanamkan ke bawah pikiran bawah sadar, biasanya oleh figur yang dipandang memiliki otoritas, dan selanjutnya dijalankan persis sama seperti sugesti pascahipnosis. Ide yang masuk ke pikiran bawah sadar dan menjadi imprint sering kali terjadi melalui kejadian atau pengalaman yang tanpaknya sederhana atau biasa-biasa namun ternyata punya efek yang sangat luar biasa.

Sugesti 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

Sugesti diri, walaupun juga memasukkan suatu ide ke pikiran bawah sadar, sengaja dibedakan dengan imprint. Imprint adalah *heterosuggestion* atau sugesti yang berasal dari orang lain, sedangkan sugesti diri adalah *autosuggestion* atau sugesti yang berasal dari diri sendiri. Sugesti diri dilakukan dengan memasukkan ide berupa kata, kelimat, atau gambar ke dalam pikiran bawah sadar seseorang dan selanjutnya pikiran bawah sadar akan melaksanakan sugesti itu.

Identifikasi

Identifikasi adalah proses psikologis ketika seseorang mengasimilasi atau menyerap ke dalam dirinya sebagian atau keseluruhan aspek, sikap, sifat, *belief, value,* atau atribut dari seseorang yang ia pandang penting atau signifikan.

Pengalaman masa lalu yang belum terselesaikan (unresolved past experience)

Sesuatu yang terjadi di masa lalu dapat sangat berpengaruh terhadap kesehatan, khususnya kejadian, peristiwa, atau pengalaman traumatik, dengan muatan emosi negatif yang intens. Emosi destrktif yang tidak baik bagi kesehatan kita adalah emosi marah, kecewa, sakit hati, perasaan terluka, perasaan bersalah, malu, kesedihan mendalam, perasaan ditolak, takut.

Masalah saat ini yang belum terselesaikan

Penyebab yang ini sama dengan penyebab yang sebelumnya, yakni sama-sama melibatkan emosi yang terus aktif. Namun ada perbedaannya, yakni pada masalah saat ini yang belum terselesaikan, kejadian yang mengakibatkan munculnya emosi bersifat kontinu. Artinya, kejadiannya masih terus berlangsung.

Organ language

Organ language adalah bahasa, lebih tepatnya, pilihan kata yang digunakan seseorang dalam mengungkapkan perasaannya, biasanya berisi kata yang secara langsung maupun tidak langsung menyatakan rasa sakit pada organ tubuh tertentu. Dengan sering mengucapkan organ language, sering diulang, pikiran bawah sadar akan menjalankan perintah ini dengan membuat bagian tubuh tertentu menjadi sakit sesuai dengan semantik kata yang digunakan.

Menghukum diri sendiri

Perilaku menghukum diri sendiri yang umumnya muncul dalam bentuk perilaku merusak yang sering kali tidak disadari, bila dicari akar masalahnya biasanya bersumber pada perasaan bersalah. Ada orang yang terlalu perfeksionis, menetapkan standar yang terlalu tinggi, sehingga sering kali

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

menghukum dirinya sendiri hanya karena kesalahan kecil yang sebenarnya tidak serius. Perilaku menghukum diri sendiri pada tahap yang akut dapat mengakibatkan seseorang melakukan tindakan bunuh diri, atau bisa juga mengakibatkan sakit parah.

Dalam berbagai penyakit psikosomatis yang mengakibatkan rasa sakit yang hebat, seperti migrain, sakit kepala kronis, radang sendi, sakit atau kram saat menstruasi, pergeseran ruas tulang belakang, dan neuralgia, sering berakar pada penghukuman diri sendiri.

Ego state yang mengalami trauma

Ego state adalah bagian dari diri manusia. Kita punya banyak ego state. Tidak ada yang au secara pasti berapa jumlah ego state yang ada dalam diri seseorang. Bila ego state sehat dan normal maka kondisi individu akan sehat dan normal. Saat saty ego state mengalami trauma yang mengakibatkan munculnya emosi negatif pada ego state ini, maka akan muncul masalah baik di aspek emosi maupun fisik. Bila sampai ego state yang mengalami trama mengakibatkan sakt fisik, prinsipnya sama dengan penyebab psikosomatis lainnya, yakni terapis perlu memproses ego state in dan melakukan resolusi trauma.

Terapi Untuk Gangguan Psikosomatis

Ada banyak teknik terapi nonmedis untuk mengatasi gangguan psikosomatis. Beberapa di antaranya adalah yang bertujuan untuk mengatasi tekanan mental atau stres. Perlu diingat bahwa selain cara-cara beikut ini, masih banyak lagi cara atau teknik yang lain.[4]

1. *Do'a*, do'a dapat dilakukan dengan sungguh-sungguh, dilandasi dengan kepercayaan seoenuhnya pada Tuhan atau otoritas tertinggi menurut kepercayaan seseorang yag memberikan dampak yang luar bisa. Saat seseorang berdo'a memasrahkan sepenuhnya hidup, kehidupan, dan msalahnya, dan memohon kekuatan dan bantuan dari Tuhan, maka yang terjadi adalah ia mendapat kekuatan baru sehingga beban yang ia rasakan menjai ringan bahkan hilang sama sekali karena ia percaya Tuhan telah mengambil bebannya.
2. *Pasrah dan ikhlas*, sering kali masalah muncul karena apa yang dialami tidak sejalan dengan yang diharapkan. Saat seseorang mangalami tekanan

[4] Teddi Prasetya Yuliawan, *NLP; The Art of Enjoying Life*, (Jakarta: Serambi, 2014), Hal. 236-246

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

mental yang luar biasa dan akhirnya memilih pasrah, sungguh-sungguh pasrah kepada Tuhan dan ikhlas menerima apa pun yang ia alami sebagai pelajaran hidupnya, maka berbanny amenjadi jauh lebih ringan dan bahkan bisa langsung hilang seketika.

3. *Memahami makna emosi dan kebutuhannya*, dengan cara mengidentifikasi emosi atau perasaan terlebih dahulu, lalu mengidentifikasi sebab dan makna, kemudian mengidentifikasi kebutuhan, lalu memaafkan.
4. *Menulis ekspresif,* adalah teknik melepas tekanan mental atau emosi dan juga dikenal dengan nama *mental house cleaning.* Teknik ini dilakukan dengan cara menulis, harus dengan tulisan tangan dan tidak dengan mengetik, apapun yang drasakan. Semua pemikiran dan perasaan yang mengganggu dicurahkan dalam bentuk tulisan. Apa pun boleh ditlis. Semakin kasar, agresif, dan ekspresis, semakin baik.
5. Memaafkan dan mengampuni, cara paling ampuh untuk mengatasi tkanan ental adalah dengan meniadakan atau menghilangkan sumber tekanan atau stresor. Selain do'a, cara yang sangat efektif adalah dengan memaafkan.
6. Meditasi, ada dua meditasi yaitu meditas *samatha* (konsentrasi) untuk mendapatkan ketenangan dan meditasi *vipassana* (pandangan terang). Dalam konteks mengatasi dan meningkatkan kemampuan membuang tekanan mental, yang digunakan adalah meditasi v*ipassana*, bukan meditasi *samatha*. Meditasi vipassana, bentuk pikiran atau memori yang mengandung emosi traumatis hanya disadari keberadaannya, diamati tanpa diberi label, tidak diberi makna, tidak dianalisis, tidak direspon atau dikomentari.Dalam hal ini kita hanya menjadi pengamat yang menyadari keberadaan bentuk pikiran tersebut, menjaga jarak dan tidak masuk ke dalam penglaman tersebut,
7. Retret, yakni pasien dibimbing untuk belajar mengenali dan mengerti diri sendiri, mengerti dan melihat pengalaman hidupnya dari sudut pandang yang berbeda, dan semakin mendekatkan diri kepada Sang Pencipta.
8. Pemaknan ulang, yakni secara sadar memberikan arti atau makna baru pada kejadian yang selama ini menimbulkan emosi negatif atau tekanan mental.
9. Hiburan, yakni melakukan kegiatan atau aktivitas yang lepas dari rutinitas yang menekan. Oleh karena itu, rumah sakit perlu mensetting suasana yang membuat pasien merasakan refresh dan rileks.
10. Mendengarkan musik, musik mempunyai pengaruh pada kondisi psikis. Saat mendengarkan musik yang ekras, tubuh merespon dan kita menjadi

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

semangat. Saat mendengar musik yanglembut, tubuh menjadi rileks dan nyaman.

11. Minta bantuan profesional seperti psikolog, psikiater atau konselor. Langkah ini merupakan cara yang bijak. Tak jarang seseorang mempunyai masalah namun tidak tahu cara mngatasinya. Perlu diketahui perbadaan antara psikolog, psikiater, dan konselor. Psikolog adalah psikolog adalah profesional yang menjalani pendidikan psikologi mulai S1 hingga S2 dan mengambil jalur profesi psikolog. Psikolog membantu pasien mengatasi masalah menggunakan pendekatan psikologis, teknik konseling, dan atau terapi tanpa menggunakan obat. Adapun psikiater adalah prfesional yang telah mengikuti pendidikan dokter umum S1 dan melanjutkan ke S2 dengan spesialisasi ilmu kejiwaan. Psikiater membantu psien dengan menggunakan obat. Sedangkan konselor adalah profesional yang memberikan layanan bantuan (immateri) kepada konseli untuk mengatasi masalahnya agar mencapai kehidupan yang bahagia dunia dan akhirat.

Rangkuman

Dari berbagai paparan di atas, maka pada bagian ini dapat dikerucutkan dalam beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Psikosomatis adalah suatu kondisi di mana pikiran (*psyche*) mempengaruhi tubuh (*somato*). Penyakit psikosomatis adalah sakit fisik aktual yang disebabkan oleh faktor psikologis (psikogenik) atau kondisi penyakit yang menjadi semakin parah karena faktor psikologis.
2. Faktor utama yang menyebabkan penyakit psikosomatis adalah; 1) motivasi, 2) memori sakit, 3) konflik, 4) imprint, 5) sugesti diri, 6) identifikasi, 7) pengalaman masa lalu yang belum terselesaikan (*unresolved past experience*), 8) masalah saat in iyang belum terselesaikan, 9) organ language, 10) menghukum diri sendiri, 11) *ego state* yang mengalami trauma.
3. Beberapa cara mengatasi stres dan emosi, antara lain; 1) Do'a, 2) Pasrah dan ikhlas, 3) Memahami makna emosi dan kebutuhannya, 4) Menulis ekspresif, 5) Memaafkan dan mengampuni, 6) Meditasi, 7) Retret, 8) Pemaknan ulang, 9) Hiburan, 10) Mendengarkan musik, 11) Minta bantuan profesional seperti psikolog, psikiater atau konselor

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

Latihan

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

1. Apa yang anda pahami tentang gangguan psikosomatis?
2. Apa saja penyebab gangguan psikosomatis?

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

Paket 5
PERILAKU ADIKSI

Pendahuluan

Perkuliahan ini membahas tentang perilaku adiksi. Materi perilaku adiksi menjadi bagian mata kuliah Konseling Rumah Sakit, karena bisa menjadi bekal bagi mahasiswa untuk mengidentifikasi perilaku adiksi, penyebab, sekaligus untuk memberikan konseling tentang langkah-langkah terapi perilaku adiksi. Kajian pada pertemuan kali ini meliputi pengertian perilaku ketergantungan dan adiksi, macam-macam perilaku adiksi, dan terapi bagi pasien berperilaku adiksi.

Dalam paket 5 ini, mahasiswa akan mengkaji pengertian perilaku adiksi melalui kegiatan *brainstorming* berdasarkan pada tayangan dan gambar-gambar yang disediakan oleh dosen. Setelah membahas macam-macam perilaku adiksi, dan terapi bagi pasien berperilaku adiksi.

Kegiatan perkuliahan ini mendorong keaktifan dosen dan peserta didik, karena yang diharapkan adalah terwujudnya pengetahuan tentang perilaku adiksi. Perkuliahan ini memerlukan LCD dan laptop untuk penayangan gambar dan video. Untuk memperlancar proses, diperlukan lembar rubrik dan form-form sebagai panduan bagi mahasiswa dalam mengidentifikasi perilaku hidup sehat untuk individu dan kelompok.

Rencana Pelaksanaan Perkuliahan

Kompetensi Dasar

Mengetahui pengertian, macam-macam perilaku adiksi. Serta mengetahui langkah-langkah upaya rehabilitasi pasien berperilaku adiksi.

Indikator

Pada akhir perkuliahan mahasiswa-mahasiswi diharapkan mampu:

1. Menjelaskan pengertian perilaku adiksi.
2. Mengetahui macam-macam perilaku adiksi.
3. Mengidentifikasi gejla-gejala, faktor penyebab, dan akibat dari perilaku adiksi.
4. Mengetahui upaya rehabilitasi pasien berperilaku adiksi.

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

Waktu
2x 50 menit

Materi Pokok
1. Pengertian perilaku adiksi.
2. Macam-macam perilaku adiksi.
3. Upaya rehabilitasi pasien berperilaku adiksi.

Langkah-langkah Perkuliahan
Kegiatan Awal (15 menit)
1. Dosen menjelaskan kompetensi dasar materi perilaku adiksi.
2. Dosen menjelaskan indikator pencapaian materi perilaku adiksi.
3. Selanjutnya dosen memberikan penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan perkuliahan tentang perilaku adiksi.
4. *Brainstorming* dengan mencermati tayangan dan beberapa gambar yang berkaitan dengan perilaku adiksi.

Kegiatan Inti (70 menit)
1. Mahasiswa melakukan presentasi dan diskusi makalah tentang pengertian perilaku adiksi.
2. Mahasiswa mengidentifikasi perilaku adiksi yang ada pada dirinya atau di lingkungannya.
3. Setiap mahasiswa diminta mengisi lembar kegiatan mahasiswa 1 untuk mengidentifikasi perilaku adiksi
4. Dosen memberi penguatan dan *feedback* dari hasil diskusi mahasiswa.
5. Dosen memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk menanyakan sesuatu yang belum paham atau menyampaikan konfirmasi.

***Kegiatan Akhir* (*10 menit*)**
1. Dosen bersama mahasiswa menyimpulkan hasil perkuliahan.
2. Dosen melakukan refleksi dengan tentang seberapa jauh perilaku adiksi ada di diri kita dan di lingkungan sekitar yang bisa menjadi objek terapi.

***Kegiatan Tindak Lanjut* (*5 menit*)**
1. Memberi tugas latihan pada mahasiswa untuk menemukan di lingkunganya sebanyak-banyaknya perilaku adiksi beserta sebab dan akibatnya.

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

2. Mempersiapkan perkuliahan selanjutnya.

Lembar Kegiatan Mahasiswa 1 (LKM 1)
"Identifikasi Perilaku Adiksi"

Tujuan LKM 1
Mahasiswa secara individual dapat mengidentifikasi perilaku adiksi yang ada di lingkungannya beserta sebab dan akibatnya.

Bahan dan alat LKM 1
Form lembar kegiatan mahasiswa 1

Lembar kerja 1 : Identifikasi Perilaku Adiksi
1. Lingkungan sekitar

No.	Perilaku	Y/T	Alasan
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

2. Diri Sendiri

No.	Perilaku	Y/T	Alasan
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

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

Keterangan: Y = Ya (Perilaku Adiksi) T = Tidak (Bukan Perilaku Adiksi)

Langkah-langkah kegiatan LKM 1

1. Ambillah lembar kerja LKM 1 yang telah tersedia.
2. Secara individu, temukan perilaku-perilaku adiksi yang ada pada diri sendiri juga di lingkungan sekitar, seta ketahui juga sebab dan akibatnya.
3. Tuliskan temuan Anda pada selembar kertas Folio.
4. Berilah tanda/tulisan Y untuk perilaku adiksi dan T untuk bukan perilaku adiksi.
5. Berikan alasan kenapa termasuk perilaku adiksi dan bukan.
6. Bagi Anda yang diminta, bacakan hasil temuan Anda kepada teman-teman Anda.

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

Uraian Materi

KETERGANTUNGAN DAN PERILAKU ADIKTIF

Definisi Perilaku Ketergantungan Dan Adiksi

Istilah adiksi diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia sebagai ketergantungan atau kecanduan. Kamus besar bahasa Indonesia mengartikan adiksi sebagai ketergantungan atau kecanduan pada suatu zat secara fisik dan mental. Pemaknaan pada kamus bahasa Indonesia tersebut semata merujuk pada zat dalam makna kimiawi. Contoh lain yang dimunculkan pada kamus tersebut adalah adiksi seks yang berarti ketergantungan atau kecanduan pada aktivitas seksual.

Dengan demikian ketergantungan bisa diartikan sebagai gejala dorongan untuk menggunakan narkotika atau psikotropika secara terus menerus, memerlukan jumlah yang makin bertambah (toleransi), dan menimbulkan gejala putus zat (withdrawal) jika pemakaiannya dikurangi atau dihentikan.[1]

Macam-Macam Perilaku Ketergantungan dan Adiksi

Istilah adiksi tidak semata berarti ketergantungan pada unsur tertentu, seperti alkohol dan nikotin, tetapi juga pada keterlibatan pada aktivitas tertentu, seperti aktivitas seks dan perjudian. Istilah kecanduan atau adiksi digunakan dalam bentuk yang beragam. Salah satu definisi yang paling sering digunakan adalah ketergantungan secara fisik. Istilah ini menunjukkan kondisi tubuh yang secara biologis menuntut tubuh untuk beradaptasi dengan kehadiran zat kimiawi tertentu, seperti obat bius. Pada kondisi kecanduan, tubuh akan meminta adanya suplai terus menerus zat kimiawi eksternal yang dimasukkan secara berkala ke dalam tubuh. Kecanduan zat kimiawi dapat memunculkan reaksi tertentu apabila tubuh tidak memperoleh asupan zat kimiawi yang telah menjadi kebutuhan tubuh tersebut. Kondisi tersebut dapat dilihat pada beberapa fenomena, salah satunya adalah perokok yang sangat menikmati sebatang rook setelah tidak menghisap asap rokok setelah berjam-jam. Kebutuhan tubuh mendorong munculnya reaksi “menikmati” pada pelaku.

---

[1] Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 996/Menkes/SK/VIII/2002 tentang Pedoman Penyelenggaraan Sarana Pelayanan Rehablitasi Penyalahgunaan Dan Ketergantungan Narkotika, Psikotropika, Dan Zat Adiktif Lainnya (NAPZA)

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

Istilah ketagihan atau adiksi bagaimanapun adalah bentuk aktivitas di mana seseorang kehilangan kemampuan untuk mengontrol dorongan memenuhi keinginan tertentu yang berkelanjutan, berulang dan terus menerus. Karena itu, kecanduan tidak semata lekat dengan obat atau zat kimiawi. Kompulsi untuk berbelanja, berjudi dan mengkonsumsi obat dapat disebut setara sebagai kecanduan apabila dilakukan secara terus menerus, berkelanjutan serta menimbulkan efek pikologis dan fisik yang tidak nyaman bagi pelaku apabila tidak melakukan.

Ketergatngan psikologik adalah ketergantungan yang tejadi pada pikiran dan menyebabkan gejala-gejala *withdrawal* psikologik (seperti *craving,* mudah marah, insomnia, depresi, anorexia). Ada anggapan bahwa ketergantungan psikologik dan fisik dapat terjadi pada saat yang bersamaan, meskipun penyebab dan ciri-cirinya berbeda. Ketergantungan psikologik tidak terbatas hanya pada zat, bahkan aktivitas dan bentuk-bentuk perlaku dapat dianggap sebagai adiksi, jika hal itu dapat membahayakan dan merugikan, misalnya penggunaaninternet, komputer, judi, seks/pornografi, makan perilaku *vandalism* atau bekerja.

Gejala klinis adiksi ditandai adanya tiga hal pokok yang ada berikut ini[2]:

1. Kompulsivitas, yaitu kehilangan kemampuan untuk menghentikan aktivitas tersebut, meskipun dia tahu bahwa hal itu tidak benar.
2. Meneruskan aktivitas tersebut, meskipun dengan berlanjutnya aktivitas tersebut akan berakibat buruk pada kehidupannya, misalnya terhadap perkawinan, keluarga, pekerjaan, dijauhi teman, dilecehkan, dan sebagainya.
3. Obsesif, yaitu tidak dapat menghindar dari berpikir tentang aktivitas tersebut, hampir seluruh waktunya dihabiskan untuk berpikir tentang aktivitas adiksinya tersebut.

Upaya Rehabilitasi Bagi Pasien Berperilaku Adiksi

Kecanduan dapat dihilangkan berdasarkan jenisnya. Pada kecanduan obat, terapi obat terkadang dilakukan. Terapi perilaku dapat diambil untuk mengobati aktivitas tertentu yang sudah masuk dalam kategori ini. Penatalaksanaan perilaku adiksi harus holistik, tergantung dari jenis dan latas

[2] Soetjipto, *Berbagai Macam Adiksi Dan Penatalaksanaannya,* Jurnal Anima, Indonesia Psychological Journal, 2007 Vol. 23, No. 1, Hal. 89.

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

belakang penyebab terjadinya adiksi. Namun, secara garis besar dapat dilakukan[3]:

1. Penegakan diagnosis
2. Detoksifikasi dengan;
   a. Penghantian seketika, sering disebut *Cold Turkey*, namun cara ini kurang manusiawi, sehingga saat ini mulai ditinggalan.
   b. Metode substitusi, penggantian dengan obat yang sesuai, kemudian dihentikan pelan-pelan. Hal ini dipandang lebih manusiawi.
3. Rehabilitasi dengan;
   a. Farmakoterapi dengan menggunakan obat yang sesuai dengan gejala yang timbul.
   b. Psikoterapi, bisa berupa psikoterapi individual maupun kelompok
   c. Manipulasi lingkungan, berupa manipulasi terhadap keluarga, masyarakat di sekitarnya atau pendamping spiritual.
4. Resosialisasi, merupakan lanjutan dari proses rehabilitasi yaitu individu dipersiapkan kembali ke masyarakat (sekolah, bekerja, keluarga) dengan menggunakan sistem *therapeutic community*.

Rangkuman

Dari berbagai paparan di atas, maka pada bagian ini dapat dikerucutkan dalam beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Istilah adiksi diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia sebagai ketergantungan atau kecanduan.
2. Gejala klinis adiksi ditandai adanya tiga hal pokok yang ada berikut ini:
   a. Kompulsivitas, yaitu kehilangan kemampuan untuk menghentikan aktivitas tersebut, meskipun dia tahu bahwa hal itu tidak benar.
   b. Meneruskan aktivitas tersebut, meskipun dengan berlanjutnya aktivitsa tersebut akan berakibat buruk pada kehidupannya.
   c. Obsesif, yaitu tidak dapat menghindar dari berpikir tentang aktivitas tersebut, hampir seluruh waktunya dihabiskan untuk berpikir tentang aktivitas adiksinya tersebut.
3. Secara garis besar terapi perilaku adiksi dapat dilakukan dengan cara:
   a. Penegakan diagnosis

[3] *Ibid.,* Hal. 90

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

b. Detoksifikasi dengan; 1) Penghentian seketika, 2) Metode substitusi, penggantian dengan obat yang sesuai.

5. Rehabilitasi dengan;
   a. Farmakoterapi dengan menggunakan obat yang sesuai dengan gejala yang timbul.
   b. Psikoterapi, bisa berupa psikoterapi individual maupun kelompok
   c. Manipulasi lingkungan, berupa manipulasi terhadap keluarga, masyarakat di sekitarnya atau pendamping spiritual.
   d. Resosialisasi, merupakan lanjutan dari proses rehabilitasi yaitu individu dipersiapkan kembali ke masyarakat (sekolah, bekerja, keluarga) dengan menggunakan sistem *therapeutic community*.

Latihan

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

1. Apa yang anda fahami tentang perilaku ketergantungan dan adiksi?
2. Jelaskan macam-macam perilaku ketergantungan dan adiksi!
3. Jelaskan gejaa-gejala perilaku ketergantungan dan adiksi!
4. Apa saja langkah terapi yang bisa dilakukan untuk menangani pasien berperilaku ketergantungan dan adiksi?

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

Paket 6
MAKNA SEHAT DAN SAKIT

Pendahuluan

Perkuliahan ini membahas tentang makna sehat dan sakit. Materi makna sehat dan sakit menjadi bagian matakuliah Konseling Rumah Sakit, karena bisa menjadi bekal bagi mahasiswa untuk memahami makna di balik kondisi sehat dan sakit sekaligus untuk memberikan konseling tentang langkah-langkah memanfaatkan kondisi sehat dan menyikapi kondisi saat sakit baik bagi diri sendiri maupun keluarga. Kajian pada pertemuan kali ini meliputi pengertian sehat dan sakit, hikmah di balik sakit, cara menyikapi kondisi sakit.

Dalam paket 6 ini, mahasiswa akan mengkaji pengertian sehat dan sakit melalui kegiatan *brainstorming* berdasarkan pada tayangan dan gambar-gambar yang disediakan oleh dosen. Setelah membahas pengertian sehat dan sakit, mahasiswa mengidentifikasi makna yang ada di balik kondisi sehat dan sakit. Selanjutnya mahasiswa melakukan diskusi tentang cara-cara menyikapi kondisi sehat dan sakit. Sebagai upaya tindak lanjut dan refleksi terhadap materi perkuliahan ini, mahasiswa diajak untuk berusaha menjadi pribadi yang menjalani perilaku hidup sehat dan untuk menjadi pendamping orang sakit yang mampu menyadarkan makna positif di balik sakit.

Kegiatan perkuliahan ini mendorong keaktifan dosen dan peserta didik, karena yang diharapkan adalah terwujudnya pengetahuan, keterampilan dan sikap tentang makna sehat dan sakit. Perkuliahan ini memerlukan LCD dan laptop untuk penayangan gambar dan video. Untuk memperlancar proses, diperlukan lembar rubrik dan form-form sebagai panduan bagi mahasiswa dalam mengidentifikasi cara orang menyikapi sehat dan sakit.

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

Rencana Pelaksanaan Perkuliahan

Kompetensi Dasar

Menguraikan makna dan hikmah di balik sehat dan sakit.

Indikator

Pada akhir perkuliahan mahasiswa-mahasiswi diharapkan mampu:

1. menjelaskan pengertian dan pentingnya kesehatan.
2. menjelaskan pengertian sakit
3. mengidentifikasi makna dan hikmah yang terkandung di balik sakit yang diderita oleh seseorang.
4. Menjelaskan cara-cara menyikapi kondisi sakit

Waktu

2x 50 menit

Materi Pokok

1. Pengertian sehat.
2. Pengertian sakit.
3. Makna dan hikmah sehat dan sakit.
4. Cara menyikapi kondisi sakit.

Langkah-langkah Perkuliahan

Kegiatan Awal (15 menit)

1. Dosen menjelaskan kompetensi dasar dan indicator materi makna sehat dan sakit.
2. Selanjutnya dosen memberikan penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan perkuliahan tentang makna sehat dan sakit.
3. Brainstorming dengan mencermati tayangan dan beberapa gambar yang berkaitan dengan kondisi sehat dan sakit.

Kegiatan Inti (70 menit)

1. Mahasiswa melakukan presentasi dan diskusi makalah tentang makna sehat dan sakit dan dilanjutkan dengan diskusi mendalam.
2. Dosen memberi penguatan dan *feedback* dari hasil diskusi mahasiswa.

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. Dosen memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk menanyakan sesuatu yang belum paham atau menyampaikan konfirmasi.

Kegiatan Akhir (10 menit)

1. Dosen bersama mahasiswa menyimpulkan hasil perkuliahan.
2. Dosen bersama mahasiswa membuat rekomendasi perilaku hidup sehat.
3. Dosen memberi dorongan psikologis/pesan kepada mahasiswa untuk menjalani hidup sehat dan menyikapi dengan positif saat sakit.

Kegiatan Tindak Lanjut (5 menit)

1. Memberi tugas latihan pada mahasiswa untuk melakukan identifikasi tentang cara orang menyikapi sehat dan sakit.
2. Mempersiapkan perkuliahan selanjutnya.

Lembar Kegiatan Mahasiswa 1 (LKM 1)
"Identifikasi Cara Orang Menyikapi Sehat dan Sakit"

Tujuan LKM 1

Mahasiswa secara individual dapat mengidentifikasi respon orang dalam menyikapi kondisi sehat dan sakit.

Bahan dan alat LKM 1

Form lembar kegiatan mahasiswa 1

Lembar kerja 1 : Identifikasi Respon Orang terhadap Sehat dan Sakit

No.	Nama dan Lokasi	Penjelasan Respon
1		
2		
3		
4		

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		

Langkah-langkah kegiatan LKM 1

1. Ambillah lembar kerja LKM 1 yang telah tersedia.
2. Secara individu, temukan respon orang di sekitar anda dalam menyikapi sehat dan sakit.
3. Tuliskan temuan Anda pada selembar kertas Folio.
4. Berikan penjelasan respon yang mereka tampakkan.
5. Bagi Anda yang diminta, bacakan hasil temuan Anda kepada teman-teman Anda.
6. Bagi mahasiswa yang lain, berikan klarifikasi terhadap temuan teman Anda.

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

Uraian Materi

MAKNA SEHAT DAN SAKIT

Pengertian Sehat

Menurut WHO (1947), sehat dapat diartikan bahwa suatu keadaan yang sempurna baik secara fisik, mental dan sosial serta tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan. Definisi WHO tentang sehat mempunyai karakteristik berikut yang dapat meningkatkan konsep sehat yang positif (Edelman dan Mandle. 1994):

a. Memperhatikan individu sebagai sebuah sistem yang menyeluruh.
b. Memandang sehat dengan mengidentifikasi lingkungan internal dan eksternal.
c. Penghargaan terhadap pentingnya peran individu dalam hidup.

Neuman berpendapat bahwa sehat adalah suatu keseimbangan biopsiko – sosio – cultural dan spiritual pada tiga garis pertahanan klien yaitu fleksibel, normal dan resisten.

Pender (1982) menyatakan bahwa sehat adalah perwujudan individu yang diperoleh melalui kepuasan dalam berhubungan dengan orang lain (Aktualisasi). Perilaku yang sesuai dengan tujuan, perawatan diri yang kompeten sedangkan penyesesuaian diperlukan untuk mempertahankan stabilitas dan integritas struktural.

Menurut Paune (1983), sehat adalah fungsi efektif dari sumber-sumber perawatan diri *(self care resouces)* yang menjamin tindakan untuk perawatan diri *(self care actions)* secara adekuat. *Self care resources*: mencangkup pengetahuan, keterampilan dan sikap. *Self care actions* adalah perilaku yang sesuai dengan tujuan diperlukan untuk memperoleh, mempertahan kan dan menigkatkan fungsi psicososial dan spiritual.

Menurut Undang-Undang No.23 tahun 1992, kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Dalam pengertian ini maka kesehatan harus dilihat

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

sebagai satu kesatuan yang utuh terdiri dari unsur-unsur fisik, mental dan sosial dan di dalamnya kesehatan jiwa merupakan bagian integral kesehatan.

Secara umum, sehat merupakan sebuah keadaan yang sempurna dari seorang manusia, dimana tidak hanya terbebas dari penyakit akan tetapi juga meliputi seluruh aspek kehidupan manusia yang meliputi aspek fisik, emosi, sosial, mental dan spiritual yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis

Pengertian Sakit

Menurut UU No. 23 Tahun 1992, seseorang dikatakan sakit apabila ia menderita penyakit menahun (kronis) atau gangguan kesehatan lain yang menyebabkan aktivitas kerja atau kegiatannya terganggu. Walaupun seseorang sakit, istilah masuk angin, pilek tetapi bila ia tidak terganggu untuk melaksanakan kegiatannya maka ia dianggap tidak sakit.

Menurut Parson (1972), sakit adalah gangguan dalam fungsi normal individu sebagai totalitas, termasuk keadaan organisme sebagai system biologis dan penyesuaian sosialnya.

Bauman (1965) menyatakan bahwa seseorang menggunakan tiga kriteria untuk menentukan apakah mereka sakit:

1. Adanya gejala: naiknya temperatur, nyeri.
2. Persepsi tentang bagaimana mereka merasakan : baik, buruk, sakit.
3. Kemampuan untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari : bekerja, sekolah.

Dalam pandangan masyarakat umum, penyakit adalah suatu keadaan abnormal dari tubuh atau pikiran berupa gangguan dalam fungsi normal individu sebagai totalitas yang menyebabkan ketidaknyamanan disfungsi atau kesukaran terhadap orang yang dipengaruhinya yang menyebabkan aktivitas kerja atau kegiatannya terganggu.

Sakit fisik adalah suatu keadaan di mana metabolisme dalam tubuh tidak berjalan sebagaimana mestinya. Namun, walaupun sakit merupakan satu kondisi yang tidak diharapkan, setiap muslim tidak diperkenankan banyak mengeluh, karena terlalu banyak mengeluh merupakan bagian dari godaan syaithan. Saat Allah menakdirkan seseorang untuk sakit, pasti ada alasan tertentu yang menjadi penyebab itu semua. Tidak mungkin Allah SWT melakukan sesuatu tanpa sebab yang mendahuluinya atau tanpa hikmah di balik semua itu.

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

Rasulullah SAW pernah menemui Ummu As-Saa'ib, beliau bertanya : "Kenapa engkau menggigil seperti ini wahai Ummu As-Saa'ib?" Wanita itu menjawab : "Karena demam wahai Rasulullah, sungguh tidak ada barakahnya sama sekali." Rasulullah SAW bersabda : "Jangan engkau mengecam penyakit demam. Karena penyakit itu bisa menghapuskan dosa-dosa manusia seperti proses pembakaran menghilangkan noda pada besi". (HR. Muslim)

Setiap orang pasti pernah mengalami sakit, apakah itu sakit ringan ataupun sakit berat. Namun, baik ringan maupun berat, setiap orang berbeda dalam menyikapinya. Bagi sebagian orang, sakit ringan bisa dirasakan begitu menyiksa sehingga terlihat lebih berat dari semestinya. Akan tetapi, bagi sebagian lagi, sakit berat bisa dirasakan ringan jika hati menerimanya dengan ikhlas. Ada anak muda yang terlihat menderita gara-gara jerawat tumbuh di wajahnya. Ia tidak mau keluar rumah karena malu memiliki jerawat yang mengganggu penampilannya. Akan tetapi, ada juga orang yang diberi penyakit berat tetapi ia tetap tegar dengan penderitaannya. Ia tetap beraktivitas seolah-olah tidak sakit.

Makna di Balik Sakit

Sakit adalah Ujian

Seseorang diberi sakit sebenarnya merupakan cara Allah untuk mengujinya. Allah SWT berfirman dalam al-Quran:

وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ وَٱلْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ ٱلْأَمْوَٰلِ وَٱلْأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِ ۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿١٥٥﴾ ٱلَّذِينَ إِذَآ أَصَٰبَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوٓا۟ إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّآ إِلَيْهِ رَٰجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun"." (QS. Al-Baqarah: 155-156).

Dalam ayat yang lain, Allah juga berfirman:

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

كُلُّ نَفْسٍ ذَآئِقَةُ ٱلْمَوْتِ ۗ وَنَبْلُوكُم بِٱلشَّرِّ وَٱلْخَيْرِ فِتْنَةً ۖ وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ﴿٣٥﴾

"Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya). Dan hanya kepada Kamilah kamu dikembalikan". (QS. Al-Anbiyaa: 35)

Allah SWT menguji manusia, untuk melihat siapa di antara hambaNya yang memang benar-benar berada dalam keimanan dan kesabaran. Karena sesungguhnya iman bukanlah sekedar ikrar yang diucapkan melalui lisan, tapi juga harus menghujam di dalam hati dan teraplikasian dalam kehidupan oleh seluruh anggota badan. Hal ini sesuai dengan firman Allah:

إِنَّا خَلَقْنَا ٱلْإِنسَـٰنَ مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَـٰهُ سَمِيعًۢا بَصِيرًا ﴿٢﴾

"Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari setetes mani yang bercampur yang Kami hendak mengujinya, karena itu Kami jadikan dia mendengar dan melihat". (QS. Al-Insaan:2)

Ujian yang diberikan Allah sebenarnya merupakan bukti bahwa seseorang itu memiliki iman yang kuat. Allah akan menguji setiap orang yang mengaku beriman:

أَحَسِبَ ٱلنَّاسُ أَن يُتْرَكُوٓا۟ أَن يَقُولُوٓا۟ ءَامَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ﴿٢﴾ وَلَقَدْ فَتَنَّا ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ ۖ فَلَيَعْلَمَنَّ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ صَدَقُوا۟ وَلَيَعْلَمَنَّ ٱلْكَـٰذِبِينَ

"Apakah manusia itu mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan: "Kami telah beriman", sedang mereka tidak diuji lagi? Dan sesungguhnya kami telah menguji orang-orang yang sebelum mereka, maka sesungguhnya Allah mengetahui orang-orang yang benar dan sesungguhnya Dia mengetahui orang-orang yang dusta". (QS. Al-Ankabuut: 2-3)

Semua ujian yang diberikan-Nya semata-mata hanya agar hamba-Nya menjadi lebih baik di hadapanNya. Rasulullah SAW bersabda : "Barangsiapa dikehendaki baik oleh Allah, maka Dia akan menguji dan menimpakan musibah kepadanya". (HR. Bukhari).

Jadi, sudah selayaknya bagi setiap mu'min untuk kemudian bertambah imannya saat ujian itu datang, termasuk di dalamnya adalah ujian sakit 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

merupakan bagian dari ujian yang menimpa jiwa. Jangan sampai seorang muslim menjadi seperti orang munafiq yang tidak mau bertaubat atau mengambil pelajaran saat mereka diuji oleh Allah SWT.

Sudah selayaknya pula seorang muslim merenungi segala amalan yang telah dilakukan, karena bisa jadi ada beberapa amalan yang memang dianggap sebagai sebuah kemaksiatan di hadapan Allah SWT.

Dari Anas ibn Malik ra. diriwayatkan bahwa ia menceritakan: Rasulullah SAW bersabda: ”Sesungguhnya pahala yang besar didapatkan melalui cobaan yang besar pula. Kalau Allah mencintai seseorang, pasti Allah akan memberikan cobaan kepadanya. Barangsiapa yang ridha menerima cobaanNya, maka ia akan menerima keridhaan Allah. Dan barangsiapa yang kecewa menerimanya, niscaya ia akan menerima kermurkaan Allah”. (HR. Tirmidzi)

Sakit adalah Adzab

Bagi seorang mu̧min sakit dapat menjadi ujian yang akan mendekatkan dirinya kepada Allah subhanahu wa ta’ala. Namun bagi sebagian orang, sakit bisa menjadi adzab yang akan membinasakan dirinya. Allah SWT berfirman,

قُلْ هُوَ ٱلْقَادِرُ عَلَىٰٓ أَن يَبْعَثَ عَلَيْكُمْ عَذَابًا مِّن فَوْقِكُمْ أَوْ مِن تَحْتِ أَرْجُلِكُمْ أَوْ يَلْبِسَكُمْ شِيَعًا وَيُذِيقَ بَعْضَكُم بَأْسَ بَعْضٍ ۗ ٱنظُرْ كَيْفَ نُصَرِّفُ ٱلْءَايَٰتِ لَعَلَّهُمْ يَفْقَهُونَ ﴿٦٥﴾

“Katakanlah: “Dialah yang berkuasa untuk mengirimkan adzab kepadamu, dari atas kamu atau dari bawah kakimu atau Dia mencampurkan kamu dalam golongan-golongan (yang saling bertentangan) dan merasakan kepada sebahagian kamu keganasan sebahagian yang lain. Perhatikanlah, betapa Kami mendatangkan tanda-tanda kebesaran Kami silih bergantiagar mereka memahami(nya)”.” (QS. Al-An’aam: 65).

وَلَنُذِيقَنَّهُم مِّنَ ٱلْعَذَابِ ٱلْأَدْنَىٰ دُونَ ٱلْعَذَابِ ٱلْأَكْبَرِ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ ﴿٢١﴾

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

"Dan sesungguhnya Kami merasakan kepada mereka sebagian adzab yang kecil di dunia sebelum adzab yang lebih besar di akhirat, mudah-mudahan mereka kembali ke jalan yang benar." (QS. As-Sajdah: 21)

Maka dari itu, bertaubat adalah langkah nyata menuju kesembuhan. Sesungguhnya, segala macam bencana yang menimpa kita, pada hakikatnya adalah karena perbuatan kita sendiri. Allah SWT berfirman,

وَمَآ أَصَٰبَكُم مِّن مُّصِيبَةٖ فَبِمَا كَسَبَتۡ أَيۡدِيكُمۡ وَيَعۡفُواْ عَن كَثِيرٖ

"Apa saja musibah yang menimpa kamu maka disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu)." (QS. Asy-Syura: 30)

Syaikh Abdurrahman As-Sa'di ketika menafsirkan ayat ini, beliau berkata, "Allah memberitakan bahwa semua musibah yang menimpa manusia, (baik) pada diri, harta maupun anak-anak mereka, serta pada apa yang mereka sukai, tidak lain sebabnya adalah perbuatan-perbuatan buruk (maksiat) yang pernah mereka lakukan."

Dari 'Aìsyah radhiyallahu 'anha ia berkata , "Aku mendengar Rasulallah bersabda : "Tidaklah seorang muslim tertimpa musibah walau hanya tertusuk duri, kecuali Allah akan mencatat baginya kebaikan dan dihapus baginya kesalahan dan dosanya." (HR.Muslim)

Ingatlah bahwa adzab yang diturunkan Allah terhadap seseorang di dunia bisa berbagai macam bentuknya. Kekurangan harta, bencana alam, peperangan, sakit, atau bahkan kematian. Cukuplah kiranya pelajaran kaum terdahulu yang diadzab oleh Allah dengan berbagai macam penyakit yang aneh dan sulit disembuhkan. Hal itu dikarenakan mereka tetap bertahan di dalam kekafiran, padahal bukti-bukti dan tanda-tanda kebesaran-Nya telah ditampakkan di hadapan mereka.

Sakit adalah Cinta

Allah senantiasa menguji hamba-hambaNya untuk menilai siapa yang memang benar-benar memiliki ketulusan iman. Siapa di antara hamba-hambaNya yang sabar, yang sanggup bertahan, baik dalam susah maupun senang. Inilah golongan yang dirahmati Allah. Para sahabat berkata saat golongan ini sedang ditimpa sakit, "Demam sehari dapat menghapuskan dosa setahun".

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

Imam Ibn Qayyim al-Jawziyyah dalam *Ath Thibb An Nabawi* menafsirkan riwayat atsar ini dalam dua pengertian. Pertama, bahwa demam itu meresap ke seluruh anggota tubuh dan sendi-sendinya. Sementara jumlah tiap sendi-sendi tubuh ada 360. Maka, demam itu dapat menghapus dosa sejumlah sendi-sendi tersebut, dalam satu hari.

Kedua, karena demam itu dapat memberikan pengaruh kepada tubuh yang tidak akan hilang seratus persen dalam setahun. Sebagaimana Sabda Nabi, "Barangsiapa meminum minuman keras, maka shalatnya tidak akan diterima selama empat puluh hari." Karena pengaruh minuman keras tersebut masih tetap ada dalam tubuhnya, pembuluh nadi, dan anggota tubuh lainnya selama empat puluh hari. Wallahu a'lam. Beliau mengakhiri perkataannya.

Hal tersebut dapat dipahami dan diterima walaupun beliau (Imam Ibn al-Qayyim) masih belum mengetahui kedudukan atsar tersebut, karena kita senantiasa mengingat do'a yang seringkali diucapkan oleh Rasulullah saat beliau menjenguk orang sakit. Beliau senantiasa mengucapkan, "Laa ba'sa thahuurun, insya Allahu ta'ala" Tidak mengapa, insya Allah menjadi pembersih (atas dosa-dosamu). Inilah yang dimaksud bahwa Islam memandang sakit bisa bermakna cinta. Cinta dari Allah agar hambaNya tidak mendapatkan azab di akhirat, maka Dia membersihkan segala noda dan dosanya di dunia.

Rasulullah pernah bersabda : "Sesungguhnya besarnya pahala (balasan) sangat ditentukan oleh besarnya cobaan. Dan jika sekiranya Allah mencintai suatu kaum, maka Dia akan menguji dan memberikan cobaan kepada mereka". (HR. Tirmidzi dan Baihaqi).

Dari Abdullah ibn Mas'ud ra diriwayatkan bahwa ia menceritakan: Rasulullah bersabda : "Setiap muslim yang terkena musibah penyakit atau yang lainnya, pasti akan Allah hapuskan berbagai kesalahnnya, seperti sebuah pohon meruntuhkan daun-daunya." (HR. Muslim)

Dari Abu Hurayrah ra diriwayatkan bahwa Rasulullah bersabda: "Cobaan itu akan selau menimpa seorang mukmin dan mukminah, baik pada dirinya, pada diri anaknya ataupun pada hartanya, sehingga ia bertemu dengan Allah tanpa dosa sedikit pun." (HR. Tirmidzi).

Begitu pula, Rasulullah bersabda : "Tiadalah kepayahan, penyakit, kesusahan, kepedihan dan kesedihan yang menimpa seorang muslim sampai duri di jalan yang mengenainya, kecuali Allah menghapus dengan itu kesalahan – kesalahannya". (HR. Bukhari dan Muslim)

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

Seorang wanita datang menemui Nabi, ia berkata : ”Saya mengidap penyakit epilepsi dan apabila penyakitku kambuh, pakaianku tersingkap. Berdoalah kepada Allah untuk diriku”. Rasulullah bersabda : ”Kalau engkau bersabar, engkau mendapatkan jannah. Tapi kalau engkau mau, aku akan mendoakan agar engkau sembuh”. Wanita itu berkata : ”Aku bersabar saja”. (HR. Bukhari dan Muslim)

Dari Abu Musa Al-Asy’ari ra diriwayatkan bahwa ia menceritakan: Rasulullah bersabda :” Kalau seorang hamba sakit atau sedang bepergian, pasti Allah akan menuliskan baginya pahala seperti saat ia mengamalkan ibadah di masa masih sehat dan sedang bermukim.” (HR. Bukhari)

Syaikh Al Faqih Muhammad ibn Shalih Al-‘Utsaymin berkata: ”Apabila engkau ditimpa musibah maka janganlah engkau berkeyakinan bahwa kesedihan atau rasa sakit yang menimpamu, sampaipun duri yang mengenai dirimu, akan berlalu tanpa arti. Bahkan Allah akan menggantikan dengan yang lebih baik (pahala) dan menghapuskan dosa-dosamu dengan sebab itu. Sebagaimana pohon menggugurkan daun-daunnya.”

Hendaklah kita bersabar dan ridha terhadap sakit yang menimpa kita. Dengan bersabar, kita akan mendapatkan apa yang dijanjikan Allah terhadap orang yang bersabar.

Selain itu, Imam Ibn Qayyim al-Jawziyyah berpendapat bahwa sakit, khususnya demam, sangat bermanfaat bagi kehidupan manusia. Karena, menurutnya, orang yang sedang demam akan meninggalkan makanan yang buruk dan kemudian beralih kepada makanan yang baik-baik. Ia pun akan mengonsumsi obat-obatan yang bermanfaat bagi tubuh. Hal ini tentu akan membantu proses pembersihan tubuh dari segala macam kotoran dan kelebihan yang tidak berguna. Sehingga prosesnya mirip api terhadap besi yang berfungsi menghilangkan karat dari inti besi. Proses seperti ini sudah dikenal di kalangan medis. Karenanya tidak heran jika Abu Hurairah ra pernah berkata, “Tidak ada penyakit yang menimpaku yang lebih aku sukai daripada demam. Karena demam merasuki seluruh organ tubuhku. Sementara Allah akan memberikan pahala pada setiap organ tubuh yang terkena demam.”

Hikmah Sakit

Secara umum, kondisi sakit mempunyai dua sisi rasa. Namun, yang kerap dirasakan oleh orang sakit hanya salah satu sisinya, yakni penderitaan. Sisi lain berapa hikmah dan kenikmatan di balik sakit sering kali dilupakan.

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

Padahal, jika orang yang sakit mau merenungkannya, banyak hikmah yang dapat dipetik dari sakit yang diderita.

Beberapa hikmah di balik sakit pada seseorang adalah sebagai berikut,

1. Peringatan Tubuh

Secara medis sakit merupakan suatu peringatan *(warning)* mengenai tingkat kekuatan tubuh kita. Jika tubuh seseorang mengalami satu kondisi, kemudian berakibat sakit, hal itu merupakan peringatan agar menghindari kondisi yang sama yang dapat menyebabkan sakit tersebut. Sakit juga memberi kesempatan kepada penderitanya untuk istirahat dan konsultasi dengan dokter sehingga penyakit yang ada tidak menjadi lebih parah dan sulit diobati. Tak jarang, sakit yang dialami saat ini dapat mencegah seseorang agar tidak terkena penyakit yang lebih berat lagi di saat mendatang.

2. Penggugur Dosa

Sakit yang diderita seseorang dapat menjadi penggugur dosa. Penyakit yang diderita seorang hamba menjadi sebab diampuninya dosa yang telah dilakukan, termasuk dosa-dosa setiap anggota tubuh. Rasulullah SAW. bersabda, "Tidaklah seorang Muslim tertimpa suatu penyakit dan sejenisnya, melainkan Allah akan menggugurkan bersama dosa-dosanya, seperti pohon yang menggugurkan daun-daunnya." (HR. Bukhari dan Muslim).

3. Penambah Pahala dan Kebaikan

Orang yang sakit akan mendapatkan pahala dan ditulis untuknya bermacam-macam kebaikan dan ditinggikan derajatnya. Rasulullah SAW. bersabda, "Tiadalah tertusuk duri atau benda yang lebih kecil dari itu pada seorang Muslim, kecuali akan ditetapkan untuknya satu derajat dan dihapuskan untuknya satu kesalahan." (HR. Muslim)

4. Pengingat kepada Allah

Sakit dapat menjadi jalan bagi seseorang untuk selalu ingat pada Allah. Dalam kondisi sakit biasanya orang merasa benar-benar lemah, tidak berdaya, sehingga ia akan bersungguh-sungguh memohon perlindungan kepada Allah SWT. Zat yang mungkin telah ia lalaikan selama ini. Kepasrahan ini pula yang menuntunnya untuk bertobat.

5. Pembersih Penyakit batin

Sakit bisa menjadi jalan bagi penderitanya untuk membersihkan penyakit batin. Ibnu Qayyim berpendapat bahwa "Kalau manusia itu tidak pernah mendapat cobaan dengan sakit dan pedih, ia akan menjadi manusia ujub dan takabur. Hatinya menjadi kasar dan jiwanya beku. Oleh karena itu,

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

musibah dalam bentuk apa pun adalah rahmat Allah yang disiramkan kepadanya, akan membersihkan karatan jiwanya dan menyucikan ibadahnya. Itulah obat dan penawar kehidupan yang diberikan Allah untuk setiap orang beriman. Ketika ia menjadi bersih dan suci karena penyakitnya, martabatnya diangkat dan jiwanya dimuliakan, pahalanya pun berlimpah-limpah apabila penyakit yang menimpa dirinya diterimanya dengan sabar dan ridha."

6. Pendorong Hidup Lebih Sehat

Sakit dapat mendorong seseorang untuk menjalani hidup lebih sehat, baik sehat secara jasmani maupun rohani. Sakit membuat orang tahu manfaat sehat. Tidak jarang orang merasakan nikmat justru ketika sakit. Begitu banyak nikmat Allah yang selama ini lalai ia syukuri. Bagi orang yang banyak bersyukur dalam sakit, ia akan memperoleh nikmat.

7. Melatih Kepekaan

Secara sosial sakit mengajarkan kepada penderitanya bagaimana merasakan penderitaan orang lain, seperti halnya puasa yang mendidik orang agar mengetahui bagaimana pedihnya rasa lapar dan dahaga yang dialami kaum papa. Rasa sakit harusnya melahirkan kepekaan sosial yang lebih tinggi.

Cara Menyikapi Sakit

Ada beberapa hal yang dapat dilakukan oleh seorang Muslim agar sakit yang diderita menjadi karunia dan memiliki hikmah yang sangat tinggi.

1. Menerima segala musibah dengan ikhlas.

Hal ini merapakan manifestasi dari keimanan kita kepada Allah bahwa segala sesuatunya sudah digariskan oleh Yang Mahakuasa, seperti firman Allah:

مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذۡنِ ٱللَّهِۗ وَمَن يُؤۡمِنۢ بِٱللَّهِ يَهۡدِ قَلۡبَهُۥۚ وَٱللَّهُ بِكُلِّ شَيۡءٍ عَلِيمٞ ١١

"Tidak ada sesuatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan seizin Allah. Dan barang siapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu." (QS. At-Taghabun: 11)

2. Sabar

Boleh jadi penyakit yang menimpa seseorang merupakan ujian yang diberikan oleh Allah SWT. sebagai salah satu cara untuk mengetahui kadar keimanan

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

kita. Artinya, seseorang tidaklah terbukti beriman jika ia tidak tahan terhadap ujian yang menimpanya. Selain itu, ujian merupakan salah satu wujud kecintaan Allah terhadap suatu kaum. Hal ini dikabarkan oleh Rasulullah SAW. dalam hadits, "Sesungguhnya jika Allah mencintai suatu kaum, Allah akan memberi cobaan kepada mereka. Barang siapa yang sabar, maka dia berhak mendapatkan (pahala) kesabarannya. Dan barang siapa marah, maka dia pun berhak mendapatkan (dosa) kemarahannya." (HR. Ahmad)
Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman:

وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ وَٱلْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ ٱلْأَمْوَٰلِ وَٱلْأَنفُسِ
وَٱلثَّمَرَٰتِ ۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿١٥٥﴾ ٱلَّذِينَ إِذَآ أَصَٰبَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوٓا۟ إِنَّا
لِلَّهِ وَإِنَّآ إِلَيْهِ رَٰجِعُونَ ﴿١٥٦﴾ أُو۟لَٰٓئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَٰتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ
وَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

> *"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah mereka mengucapkan inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk."* (QS. Al-Baqarah: 155-157).

3. Ikhtiar Berobat.

Hal ini merapakan salah satu bentuk ikhtiar jika kita ditimpa penyakit sebab kita tak dianjurkan membiarkan sakit kita bertambah parah tanpa diobati. Rasulullah SAW. bersabda, "Berobatlah kalian, karena setiap Allah menciptakan penyakit, pasti Allah juga menciptakan obatnya, kecuali satu penyakit saja. "Para sahabat bertanya,"penyakit apakah itu wahai Rasulullah?" Beliau menjawab, "Penyakit tua." (HR. Abu Dawud dan Tirmidzi)

Penyakit dan Pengobatan menurut Islam

1. Sakit

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

Sakit adalah ujian dari Allah SWT. dengan sakit berarti orang akan memperoleh : ampunan dari Allah, dilipatgandakan pahala dan ditingkatkan derajatnya.

*Rasul bersabda : "*Siapa yang akan beroleh limpahan kebaikan dari Allah, lebih dahulu akan diberinya cobaan*". (HR. Bukhari Muslim).*

"Tidak satu mushibahpun yang menimpa diri seorang muslim, baik berupa kesusahan dan penderitaan, kesedihan dan kedukaan, maupun penyakit, bahkan karena sepotong duri yang menusuk anggota badannya kecuali dihapuskan oleh Allah sebagian dari kesalahan-kesalahannya*" (HR. Bukhari Muslim).*

2. Pengobatan

Bagi muslim yang sakit diwajibkan berobat.

Rasul bersabda :

تَدَاوَوْا فَإِنَّ اللهَ تَعَالَى لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلاَّ وَضَعَ لَهُ دَوَاءً غَيْرَ دَاءٍ وَاحِدٍ : اَلْهَرَم

"Berobatlah kalian karena Allah ta'ala Ia tidak menaruh suatu penyakit melainkan menyediakan obatnya, kecuali satu penyakit : tua*". (HR. Tirmidzi).*

Berobat merupakan ikhtiar melaksanakan ajaran agama, sedangkan yang menentukan kesembuhan adalah Allah.

Hal-hal yang harus dilakukan ketika sakit

1. Berobat

Rasul bersabda :

تَدَاوَوْا فَإِنَّ اللهَ تَعَالَى لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلاَّ وَضَعَ لَهُ دَوَاءً غَيْرَ دَاءٍ وَاحِدٍ : اَلْهَرَمُ

"Berobatlah kalian karena Allah ta'ala Ia tidak menaruh suatu penyakit melainkan menyediakan obatnya, kecuali satu penyakit : tua*". (HR. Tirmidzi).*

B. Shabar

Firman Allah :

يَـٰبُنَىَّ أَقِمِ ٱلصَّلَوٰةَ وَأۡمُرۡ بِٱلۡمَعۡرُوفِ وَٱنۡهَ عَنِ ٱلۡمُنكَرِ وَٱصۡبِرۡ عَلَىٰ مَآ أَصَابَكَۖ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنۡ عَزۡمِ ٱلۡأُمُورِ ١٧

" Bersabarlah terhadap apa yang menimpa kamu" (Q.S. Luqman: 17)

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

وَبَشِّرِ ٱلْمُخْبِتِينَ ﴿٣٤﴾ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَٱلصَّـٰبِرِينَ عَلَىٰ مَآ أَصَابَهُمْ وَٱلْمُقِيمِى ٱلصَّلَوٰةِ وَمِمَّا رَزَقْنَـٰهُمْ يُنفِقُونَ ﴿٣٥﴾

"Berilah kabar gembira kepada orang yang tunduk dan patuh. Yaitu orang-orang yang apabila disebut nama Allah gemetar hati mereka dan shabar terhadap apa yang menimpa mereka" (Q.S. Al-Haj : 34-35)

Do'a ketika sedang kesakitan

Mengeluh yang berlebih-lebihan tidak disukai Allah. Tetapi apabila anda tidak tahan, terpaksa juga mengeluarkan suara, hindarilah ucapan-ucapan yang tidak berguna, yang bisa menggelincirkan kepada kemusyrikan. Bacalah atau ucapkanlah kata-kata yang selalu mengingat Allah seperti:

سُبْحَانَ اللهِ، أَسْتَغْفِرُ اللهَ، اَللهُ أَكْبَرُ

Kemudian andaikata sakit anda sedang reda atau memang sedang tidak mengganggu anda, sebaiknya bacaan yang sedikit panjang ini anda hafalkan atau biasakan dibaca;

لآإِلَهَ إِلاَّ اللهُ أَكْبَرُ

Lâilâha Illallâhu Akbaru; "*Tidak ada Tuhan selain Allah Yang Maha Besar*".

لآإِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ

Lâilâha Illallâhu Wahdahu Lâ Syarîka Lahu; "*Tidak ada Tuhan kecuali Allah yang satu, yang tidak ada sekutu bagi-Nya*".

لآإِلَهَ إِلاَّ اللهُ – لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ

Lâilâha Illallâhu – Lahulmulku Wa Lahulhamdu; "*Tidak ada Tuhan selain Allah yang mempunyai segala kekuasaan dan segala puji".*

Do'a akan minum obat

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمنِ الرَّحِيْمِ، أَذْهِبِ الْبَأْسَ رَبَّ النَّاسِ اِشْفِ أَنْتَ الشَّافِى لاَ شَافِىَ إِلاَّ أَنْتَ اَللهُمَّ إِنِّى أَسْئَلُكَ الْعَافِيَةَ

Bismillâhirrahmânirrahîm, Àdzhibil Baàsa Rabban Nâsi Isyfi Àntasy Syâfî Lâ Syâfiya Illa Ànta Allâhumma Innî Àsàlukal 'Âfiyata; *"Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, Ya Tuhannya manusia hindarkan derita, sembuhkanlah, Engkaulah Yang Maha Penyembuh. Tidak ada*

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

Penyembuh kecuali Engkau. Ya Allah hamba sungguh mohon sehat kepada-Mu".

Do'a selesai minum obat

اَلْحَمْدُ للهِ الَّذِى كَفَانَا وَأَرْوَانَ غَيْرَ مَكْفِيٍّ وَلاَ مَكْفُوْرٍ

Alhamdulillâhilladzî Kafânâ Wa Ȁrwâna Ghaira Makfiyyin Walâ Makfûrin; "*Segala puji bagi Allah yang telah memberi kita kecukupan dan kepuasan yang tidak terabaikan dan tidak tertolak".*

Do'a mohon lekas sembuh

أَللهُمَّ أَذْهِبِ الْبَأْسَ رَبَّ النَّاسِ اِشْفِ أَنْتَ الشَّافِى لاَ شَافِىَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا

Allâhumma Ȁdzhibil Ba'sa Rabban Nâsi Isyfi Ȁntasy Syâfî Lâ Syâfiya Ìlla Syifâùka Syifâàn Lâ Yughâdiru Saqaman; *" Ya Allah, jauhkanlah penderitaan. Ya Tuhannya manusia, sembuhkanlah! karena Engkaulah Yang Maha Penyembuh. Tidak ada penyembuhan kecuali penyembuhan-Mu, penyembuhan yang tidak meninggalkan penderitaan".*

اَللهُمَّ إِنِّى أَسْئَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِى الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ

Allâhumma Ìnnî Ȁsàlukal 'Afwa Wal'âfiyata Fîd Dunya Walȁkhirati; " *Ya Allah aku mohon kepada Engkau ampunan dan kesejahteraan / kesehatan di dunia dan akhirat*".

Do'a ketika melahirkan/bersalin

حَسْبُنَا اللهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ عَلَى اللهِ تَوَكَّلْنَا

Hasbunallâhu Wani'mal Wakîlu 'Alallâhi Tawakkalnâ; *"Allah telah mencukupi segala sesuatu bagiku. Dan sebai-baik tempat kuserahkan diri, hanyalah kepada Allah".*

Do'a selesai melahirkan/bersalin dengan selamat

اَللهُمَّ بَارِكْ لَهُ / أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لاَمَّةٍ / رَبِّ هَبْ لِى مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً

Allâhumma Bârik Lahu / Ȁûdzu Bikalimâtillâhit Tâmmati Min Kulli Syaithânin Wa Hâmmatin Wamin Kulli 'Ainin Lâmmatin / Rabbi Hablî Min Ladunka Dzurriyyatan Thayyibatan; *"Ya Allah berkahilah bayi itu / Hamba*

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

mohonkan perlindungan Allah yang sempurna dari pada semua syaitan dan binatang-binatang yang berbisa, dan dari pandangan mata yang jahat / Ya Allah berilah hamba anak keturunan yang baik-baik".

Bimbingan Rohani Pasien Rawat Inap

Bimbingan rohani pasien rawat inap memberikan tuntunan rohani secara Islam kepada pasien dan keluarga untuk dapat melaksanakan kewajiban sebagai muslim / muslimah selama dalam perawatan . Para pembimbing rohani memberikan tausiyah agar pasien dan keluarga mendapatkan keikhlasan, kesabaran dan ketenangan dalam menghadapi cobaan sakit.

Adapun fokus bimbingan kepada pasien selama dalam perawatan adalah :

1. Tuntunan pelaksanaan sholat, thoharoh bagi orang sakit
2. Dzikir dan Doa sehari hari, doa dalam menghadapi rasa sakit, operasi, akan melahirkan, dll.
3. Tuntunan bagi keluarga dalam menghadapi cobaan
4. Hakikat sakit dan bagaimana cara beriktiar menurut Islam
5. Konseling Keagamaan
6. Ta'aruf dengan pasien dan keluarga
7. Mencegah berputus asa dan menjaga kemurnian tauhid
8. Bimbingan Sakaratul maut, dll.

Rangkuman

Dari berbagai paparan di atas, maka pada bagian ini dapat dikerucutkan dalam beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Sehat dapat diartikan bahwa suatu keadaan yang sempurna baik secara fisik, mental dan sosial serta tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan.
2. Seseorang dikatakan sakit apabila ia menderita penyakit menahun (kronis) atau gangguan kesehatan lain yang menyebabkan aktivitas kerja atau kegiatannya terganggu.
3. Sakit yang diderita oleh seseorang mempunyai beberapa makna, yakni sakit sebagai ujian, sakit sebagai azan dan sakit sebagai bentuk cinta dari Allah.

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. Hikmah di bali sakit antara lain sakit menjadi penggugur dosa, penambah pahala, penghapus penyakit batin, sakit sebagai peringatan bagi tubuh, pendorong untuk hidup sehat, dan melatih kepakaan diri.
5. Cara menyikapi sakit antara lain dengan menerima kondisi yang ada, bersabat dan berikhtiar semasimal mungkin.

Latihan

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

1. Jelaskan pengertian sehat dan sakit!
2. Apakah makna di balik sakit?
3. Apa hikmah sakit bagi seorang muslim?
4. Bagaiman cara kita menyikapi kondisi sakit?

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

Paket 7
IBADAH BAGI ORANG SAKIT

Pendahuluan

Perkuliahan ini membahas tentang tata cara ibadah bagi orang yang sakit. Materi ibadah bagi orang sakit menjadi bagian dari matakuliah Konseling Rumah Sakit, karena akan bisa menjadi bekal bagi mahasiswa untuk memberikan pemahaman yang benar kepada pasien untuk bisa menjalankan ibadah saat sakit. Kajian pada pertemuan kali ini meliputi pengertian keringanan ibadah bagi orang yang sakit, macam-macam ibadah yang tetap wajib dilakukan bagi orang yang sakit, dan tata cara ibadah bagi orang yang sakit.

Dalam paket 7 ini, mahasiswa akan mengkaji keringanan dan tata cara ibadah bagi orang yang sakit melalui kegiatan *brainstorming* berdasarkan pada tayangan dan gambar-gambar yang disediakan oleh dosen. Setelah membahas keringanan yang didapatkan oleh orang yang sakit, mahasiswa membahasa tatacara ibadah bagi orang yang sakit yang meliputi tata cara wudhu, tayammum, sholat dan puasa. Kegiatan selanjutnya adalah merancang langkah-langkah untuk menyiapkan media untuk memudahkan pasien dalam memahami tatacara ibadah yang benar bagi orang yang sakit.

Kegiatan perkuliahan ini mendorong keaktifan dosen dan peserta didik, karena yang diharapkan adalah terwujudnya pengetahuan, keterampilan dan sikap tentang tatacara ibadah yang benar bagi orang yang sakit. Perkuliahan ini memerlukan LCD dan laptop untuk penayangan gambar dan video. Untuk memperlancar proses, diperlukan lembar rubrik dan form-form sebagai panduan bagi mahasiswa dalam memberikan pemahaman mengenai tatacara ibadah yang benar bagi orang yang sakit.

Rencana Pelaksanaan Perkuliahan

Kompetensi Dasar

Menjelaskan ketentuan ibadah bagi orang yang sakit.

Indikator

Pada akhir perkuliahan mahasiswa-mahasiswi diharapkan mampu:

1. menjelaskan keringanan-keringanan ibadah bagi orang yang sakit.
2. membacakan dalil keringanan ibadah bagi orang yang sakit.
3. menjelaskan tata cara bersuci bagi orang yang sakit.

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. menguraikan tata cara sholat bagi orang yang sakit
5. menjelaskan hukum-hukum yang berkaitan dengan orang yang sakit.

Waktu

2x 50 menit

Materi Pokok

1. Keringanan-keringanan ibadah bagi orang yang sakit.
2. Dalil keringanan ibadah bagi orang yang sakit.
3. Tata cara bersuci bagi orang yang sakit.
4. Tata cara sholat bagi orang yang sakit
5. Hukum-hukum yang berkaitan dengan orang yang sakit.

Langkah-langkah Perkuliahan

Kegiatan Awal (15 menit)

1. Dosen menjelaskan kompetensi dasar ibadah bagi orang sakit.
2. Dosen menjelaskan indikator materi ibadah bagi orang sakit.
3. Brainstorming dengan mencermati tayangan dan beberapa gambar yang berkaitan dengan ibadah bagi orang sakit.

Kegiatan Inti (70 menit)

1. Mahasiswa melakukan presentasi dan diskusi makalah tentang ibadah bagi orang sakit.
2. Dosen memberi penguatan dan *feedback* dari hasil diskusi mahasiswa.
3. Dosen memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk menanyakan sesuatu yang belum paham atau menyampaikan konfirmasi.

Kegiatan Akhir (10 menit)

1. Dosen bersama mahasiswa menyimpulkan hasil perkuliahan.
2. Dosen memberi dorongan psikologis/pesan kepada mahasiswa untuk meningkatkan pengetahuan mengenai ibadah bagi orang sakit.
3. Dosen melakukan refleksi dengan tentang materi kuliah ini.

Kegiatan Tindak Lanjut (5 menit)

1. Memberi tugas latihan pada mahasiswa untuk membuat video mengenai tata ibadah bagi orang sakit.

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

2. Mempersiapkan perkuliahan selanjutnya.

Lembar Kegiatan Mahasiswa 1 (LKM 1)
"Identifikasi perilaku hidup sehat dan tidak sehat"

Tujuan LKM 1

Mahasiswa mampu mempraktekkan tata cara ibadah bagi orang sakit.

Bahan dan alat LKM 1

Kamera, Handycam.

Langkah-langkah kegiatan LKM 1

1. Tentukan seorang teman anda yang akan mempraktekkan tata cara bersuci dan sholat bagi orang yang sakit.
2. Tentukan seorang teman anda untuk menjadi narrator langkah-langkah bersuci dan sholat bagi orang yang sakit.
3. Tuliskan langkah-langkah tersebut dalam selembar kertas.
4. Rekamlah gerakan tata cara bersuci dan sholat bagi orang yang sakit yang dipraktekkan oleh teman anda.
5. Untuk narrator, ucapkan langkah-langkah tata cara ibadah tersebut bersamaan dengan gerakan teman anda.
6. Presentasikan hasil rekaman anda di depan kelas.

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

Uraian Materi

IBADAH BAGI ORANG SAKIT

Syari'at islam dibangun di atas dasar pengetahuan dan kemampuan umatnya. Tidak ada satu pun beban syari'at yang diwajibkan kepada seorang di luar kemampuannya. Allah menjelaskan hal ini dalam firman-Nya:

لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا وُسۡعَهَا

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya." (Qs. Al-Baqarah/2:286)

Allah Ta'ala juga memerintahkan kaum muslimin untuk melaksanakan ketakwaan menurut kemampuan mereka dalam firman-Nya:

فَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ مَا ٱسۡتَطَعۡتُمۡ

"Maka bertaqwalah kamu kepada Allah menurut kesanggupanmu." (At-Taghaabun /64:16)

Orang yang sakit tidak sama dengan yang sehat. Setiap muslim harus berusaha melaksanakan kewajiban menurut kemampuannya. Salah satu kewajiban yang harus dilakukan oleh setiap umat islam adalah sholat. Banyak sekali kaum muslimin yang kadang meninggalkan sholat dengan dalih sakit atau memaksakan diri sholat dengan tata-tata cara yang biasa dilakukan orang sehat. Akhirnya merasakan beratnya sholat bahkan merasakan hal itu sebagai beban yang menyusahkannya, padahal Allah berfirman :

يُرِيدُ ٱللَّهُ بِكُمُ ٱلۡيُسۡرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ ٱلۡعُسۡرَ

"*Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu*". (QS: Al Baqarah: 185)

Nabi Muhammad SAW bersabda :

إِنَّ الدِّيْنَ يُسْر

"*Sesungguhnya agama ini mudah*".

Dan beliau Nabi Muhammad SAW juga bersabda :

إِذَا أَمَرْتُكُمْ بِأَمْرٍ فَأْ تُوا مِنْهُ مَا اسْتَطَعْتُمْ

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

"*Jika saya perintahkan kalian dengan suatu urusan maka kerjakanlah semampu kalian*"

Berdasarkan ayat dan hadits ini, Allah memberi keringanan bagi orang yang mempunyai udzur dalam masalah ibadah mereka sesuai dengan tingkat udzur yang mereka alami, agar mereka dapat beribadah kepada Allah tanpa merasa berat serta kesulitan.

Ada beberapa ibadah yang diberi keringanan oleh Islam saat seseorang menderita sakit, terutama pada masalah bersuci dan sholat.

Keringanan Thaharah

1. Sakit Membolehkan Tayammum

Salah satu penyebab dibolehkannya tayammum sebagai pengganti dari wudhu adalah tatkala seseorang dalam keadaan sakit. Sehingga walaupun terdapat air, tetapi ketika seseorang sedang dalam keadaan tidak mungkin terkena air, dia boleh bertayammum. Hal ini sesuai dengan hadits berikut ini :

عَنْ جَابِرٍ قَالَ : خَرَجْنَا فِي سَفَرٍ فَأَصَابَ رَجُلاً مِنَّا حَجَر فَشَجَّهُ فِي رَأْسِهِ ثُمَّ احْتَلَمَ فَسَأَلَ أَصْحَابَهُ هَلْ تَجِدُونَ لِي رُخْصَةً فِي التَّيَمُّم ؟ فَقَالُوا : مَا نَجِدُ لَكَ رُخْصَةً وَأَنْتَ تَقْدِرُ عَلى المِاء فَاغْتَسَلَ فَمَاتَ فَلَمَّا قَدِمْنَا عَلىَ رَسُولِ اللهِ أَخْبَرَ بِذَلِكَ فَقَالَ : قَتَلُوهُ قَتَلَهُمُ الله أَلاَ سَأَلُوا إِذَا لَم يَعْلَمُوا ؟ فَإِنَّمَا شِفَاءُ العَيِّ السُّؤَال إِنَّمَا كَانَ يَكْفِيهِ أَنْ يَتَيَمَّمَ وَيَعْصِبَ عَلَى جُرْحِهِ خِرْقَةً ثُمَّ يَمْسَحَ عَلَيْهَا وَيَغْسِلَ سَائِرَ جَسَدِهِ رواه أبو داود والدارقطني

Dari Jabir ra berkata"Kami dalam perjalanan tiba-tiba salah seorang dari kami tertimpa batu dan pecah kepalanya. Namun (ketika tidur) dia mimpi basah. Lalu dia bertanya kepada temannya"Apakah kalian membolehkan aku bertayammum?". Teman-temannya menjawab"Kami tidak menemukan keringanan bagimu untuk bertayammum. Sebab kamu bisa mendapatkan air". Lalu mandilah orang itu dan kemudian mati (akibat mandi). Ketika kami sampai kepada Rasulullah SAW dan menceritakan hal itu bersabdalah beliau"Mereka telah membunuhnya semoga Allah memerangi mereka. Mengapa tidak bertanya bila tidak tahu ? Sesungguhnya obat kebodohan itu adalah bertanya. Cukuplah baginya untuk tayammum ...(HR. Abu Daud, Ad-Daruquthuny).

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

2. Mengusap Perban

Selain dibolehkan tayammum, orang yang sedang menderita luka pada kulit dan diperban, maka dia boleh tidak membasahi perbannya itu dengan air, tetapi cukup dengan mengusapkan tangannya yang basah. Artinya, lukanya tetap kering tidak kena air wudhu'. Hal itu dibenarkan bagi mereka yang sedang sakit, dengan dasar hadits Ali bin Abi Thalib berikut ini.

كُسِرَ زَنْدِي يَوْمَ أُحُدٍ فَسَقَطَ اللِّوَاءُ مِنْ يَدِي فَقَال النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : اجْعَلُوهَا فِي يَسَارِهِ فَإِنَّهُ صَاحِبُ لِوَائِي فِي الدُّنْيَا وَالأْخِرَةِ ، فَقُلْتُ : يَا رَسُول اللَّهِ مَا أَصْنَعُ بِالْجَبَائِرِ ؟ فَقَال : امْسَحْ عَلَيْهَا

Ali bin Abi Thalib berkata,"Lenganku patah pada perang Uhud sehingga terjatuhlah bendera dari tanganku. Lalu Nabi SAW memerintahkan,"Pegang dengan tangan kiri, karena sesungguhnya dia (Ali) akan jadi pemegang bendera di dunia dan akhirat". Lalu Aku bertaka,"Apa yang aku kerjakan bila ada perbannya?". Beliau SAW bersabda,"Cukup diusap di atasnya". (HR. Ibnu Majah).

Keringanan Shalat

Keringanan dalam mengerjakan shalat pun diberikan kepada orang sakit, di antaranya dibolehkannya shalat sambil duduk, tidak terlalu menghadap kiblat, tidak ikut shalat Jumat dan shalat Id, menjama' shalat dan lainnya.

1. Tidak Bisa Berdiri

Berdiri adalah rukun shalat, sehingga orang yang shalatnya tidak berdiri maka shalatnya tidak sah. Namun khusus buat orang yang sakit dan tidak mampu berdiri dengan benar kecuali dengan bersandar, dibolehkan sholat sambil berdiri dengan bersandar, bila tidak mampu juga, maka dibolehkan shalat dengan duduk, bila tidak mampu duduk sendiri, dibolehkan duduk sambil bersandar. Dasarnya adalah hadits nabawi berikut ini :

كَانَتْ بِي بَوَاسِيرُ فَسَأَلْتُ رَسُول اللَّهِ فَقَال : صَل قَائِمًا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَاعِدًا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَعَلَى جَنْبِكَ

Dari Imran bin Hushain berkata,"Aku menderita wasir, maka aku bertanya kepada Rasulullah SAW. Beliau bersabda,"Shalatlah sambil berdiri, kalau tidak bisa, maka shalatlah sambil duduk. Kalau tidak bisa, shalatlah di atas lambungmu. (HR. Bukhari)

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

2. Tidak Bisa Ruku'

Terdapat dua pendapat tentang orang yang tidak bisa ruku', yaitu pendapat jumhur ulama dan pendapt Al-Hanafiyah. Menurut jumhur ulama, orang yang tidak bisa melakukan gerakan atau berposisi ruku', dia harus berdiri tegak, lalu mengangguk kepala, namun masih tetap berdiri.[1]

Hanafiyah berpendapat bahwa orang yang tidak mampu melakukan gerakan ruku', secara otomatis tidak lagi wajib melakukan posisi berdiri. Sehingga dia shalat sambil duduk saja, ruku'nya dengan cara mengangguk dalam posisi duduk, bukan dari posisi berdiri.[2]

3. Tidak Bisa Sujud

Posisi sujud adalah bagian dari rukun shalat yang apabila ditinggalkan akan membuat shalat itu menjadi tidak sah. Sebagaimana ruku' yang juga merupakan rukun shalat, sujud juga diperintahkan di dalam Al-Quran.

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱرۡكَعُواْ وَٱسۡجُدُواْ وَٱعۡبُدُواْ رَبَّكُمۡ وَٱفۡعَلُواْ ٱلۡخَيۡرَ لَعَلَّكُمۡ تُفۡلِحُونَ ۩ ٧٧

"Ruku' lah dan sujudlah" (QS. Al-Hajj : 77)

Orang yang bisa berdiri tapi tidak bisa sujud, dia cukup membungkuk sedikit saja dengan badan masih dalam keadaan berdiri. Dia tidak boleh berbaring, sambil menganggukkan kepala untuk sujud. Bila hal itu dilakukannya malah akan membatalkan shalatnya.[3] Dasarnya adalah sabda Rasulullah SAW :

إِنِ اسْتَطَعْتَ أَنْ تَسْجُدَ عَلَى الأَرْضِ وَإِلاَّ فَأَوْمِئْ إِيمَاءً وَاجْعَل سُجُودَكَ أَخْفَضَ مِنْ رُكُوعِكَ

Bila kamu mampu untuk sujud di atas tanah, maka lakukanlah. Namun bila tidak, maka anggukan kepala. Jadikan sujudmu lebih rendah dari ruku'mu. (HR. Ath-Thabrani)

4. Tidak Bisa Menghadap Kiblat

[1] Al-Muhadzdzab jilid 1 hal. 81
[2] Al-Hidayah, jilid 1 hal. 77
[3] Ash-Syarhu Ash-Shaghir, jilid 9 hal. 493

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

Seseorang yang sedang menderita sakit tertentu sehingga tidak mampu berdiri atau duduk, maka dia tetap wajib shalat dengan menghadap kiblat. Namun caranya memang agak berbeda-beda di antara para ulama. Sebagian mengatakan bahwa caranya dengan berbaring miring, posisi bagian kanan tubuhnya ada di bawah dan bagian kiri tubuhnya di atas. Mirip dengan posisi mayat yang masuk ke liang lahat. Dalilnya karena dalam pandangan mereka, yang dimaksud dengan menghadap kiblat harus dada dan bukan wajah. Maka intinya adalah bagaimana dada itu bisa menghadap kiblat.

Namun sebagian ulama yang lain mengatakan bahwa yang menjadi ukuran dalam menghadap kiblat adalah kaki, bukan dada. Asalkan kakinya sudah menghadap kiblat, maka dianggap posisi badannya sudah memenuhi syarat. Maka orang yang sakit itu dalam posisi telentang dan kakinya membujur ke arah kiblat. Namun akan jauh lebih baik bila badannya bisa sedikit dinaikkan dan bersandar di bantal, karena baik dada mau pun kaki sama-sama bisa menghadap kiblat.

Adapun seseorang yang sakitnya amat parah sehingga tidak bisa lagi menggerakkan badan atau menggeser posisinya agar menghadap ke kiblat, dan juga tidak ada yang membantunya untuk menggeserkan posisi shalat menghadap ke kiblat, maka dia boleh menghadap ke arah mana saja.

5. Tidak Wajib Ikut Shalat Jumat

Kewajiban untuk mengerjakan shalat Jumat menjadi gugur manakala seseorang punya udzur sakit. Dalilnya antara lain adalah hadits berikut ini :

مَنْ سَمِعَ الْمُنَادِي فَلَمْ يَمْنَعْهُ مِنَ اتِّبَاعِهِ عُذْرٌ قَالُوا : وَمَا الْعُذْرُ ؟ قَال : خَوْفٌ أَوْ مَرَضٌ

Orang yang mendengar panggilan, tidak ada yang bisa mencegahnya kecuali udzur. Seseorang bertanya,"Udzur itu apa saja?". Beliau SAW menjawab,"Rasa takut atau sakit". (HR. Abu Daud).

6. Kebolehan Menjama' Shalat

Dalam hal kebolehan menjama' shalat bagi orang sakit, ada sebagian ulama yang tidak memperbolehkannya. Namun ada sebagian yang lain membolehkan adanya shalat jama’ bagi orang yang sedang sakit.

Mereka yang tidak membolehkan orang sakit untuk menjama’ shalat di antaranya adalah mazhab Al-Hanafiyah dan Asy-Syafi’iyah, serta sebagian dari ulama dari mazhab Al-Malikiyah. Dasarnya karena sama sekali tidak ada dalil

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

apa pun dari Rasulullah SAW yang membolehkan hal itu. Dan selama tidak ada dalil, maka kita tidak boleh mengarang sendiri sebuah aturan tentang shalat.[4] Sehingga setiap orang yang sakit wajib menjalankan shalat sesuai dengan waktu-waktu shalat yang telah ditetapkan, dan tidak ada istilah untuk dijama'.

Mazhab Al-Hanabilah dan sebagian ulama dari kalangan mazhab Al-Malikiyah berpendapat bahwa seorang yang sedang sakit diberi keringanan untuk menjama' dua shalat, baik *jama' taqdim* atau pun *jama' ta'khir*.

Tata cara bersuci bagi orang yang sakit

1. Orang yang sakit wajib bagi dia bersuci dengan menggunakan air baik saat berwudhu jika berhadats kecil dan saat mandi jika berhadats besar.
2. Jika ia tidak bisa bersuci dengan air karena ada halangan, atau takut sakitnya bertambah atau khawatir memperlama kesembuhannya, maka ia boleh tayammum.
3. Tata cara tayammum : Hendaknya ia meletakkan dan menyentuhkan dua telapak tangannya ke tanah yang suci dengan sekali sentuhan, kemudian mengusap wajahnya lalu mengusap kedua telapak tangannya (sampai pergelangan tangan).
4. Bila ia tidak mampu bersuci sendiri maka ia bisa diwudhukan atau ditayammumkan orang lain. Caranya: hendaknya seseorang menyentuhkan telapak tangannya ke tanah yang suci lalu mengusapkannya ke wajah dan telapak tangan orang yang sakit. Begitu pula bila tak kuasa berwudhu sendiri maka diwudhukan oleh orang lain.
5. Jika pada sebagian anggota badan yang harus disucikan terdapat luka, maka ia tetap dibasuh dengan air. Jika hal tersebut justru membahayakan maka diusap dengan sekali usapan. Caranya, tangannya dibasahi dengan air lalu diusapkan di atasnya. Jika mengusap luka juga membahayakannya, maka ia bisa bertayammum.
6. Jika pada sebagian tubuhnya terdapat luka yang digibs atau dibalut, maka ia mengusap balutan tadi dengan air sebagai ganti dari membasuhnya, dan ia tidak bertayammum karena mengusap pengganti dari membasuh.
7. Dibolehkan bertayammum pada dinding, atau segala sesuatu yang suci dan mengandung debu. Jika dindingnya berlapis sesuatu yang bukan dari bahan tanah seperti cat misalnya, maka ia tidak boleh bertayammum padanya kecuali jika cat itu mengandung debu.

[4] Hasyiatu Ibnu Abidin, jilid 1 hal. 255-256

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

8. Jika tidak memungkinkan bertayammum di atas tanah, atau dinding atau tempat lain yang mengandung debu, maka tidak mengapa menaruh tanah di bejana atau sapu tangan lalu bertayammum darinya.
9. Jika ia bertayammum untuk sholat lalu ia tetap suci sampai waktu sholat berikutnya, maka ia bisa sholat dengan tayammumnya tadi, tanpa perlu mengulang tayammum, karena ia masih berstatus suci dan tidak ada yang membatalkan kesuciannya.
10. Orang yang sakit harus membersihkan tubuhnya dari najis, jika tidak mungkin maka ia sholat sesuai dengan keadaannya tadi, dan sholatnya sah tanpa harus mengulang.
11. Orang yang sakit harus sholat dengan pakaian yang suci. Jika pakaiannya terkena najis, ia harus mencucinya atau menggantinya dengan pakaian lain yang suci. Jika hal itu tidak memungkinkan maka ia sholat sesuai dengan keadaannya dan sholatnya sah tanpa harus mengulang lagi.
12. Orang yang sakit harus sholat di atas tempat yang suci. Jika tempatnya terkena najis maka harus dibersihkan atau diganti dengan tempat yang suci, atau menghamparkan sesuatu yang suci di atas tempat najis tersebut. Namun, bila tidak memungkinkan maka ia sholat sesuai dengan keadaannya dan sholatnya sah tanpa perlu mengulang lagi.
13. Orang yang sakit tidak boleh mengakhirkan sholat dari waktunya karena ketidakmampuannya untuk bersuci. Hendaknya ia bersuci semampunya kemudian melakukan sholat tepat pada waktunya, meskipun pada tubuhnya, pakaiannya atau tempatnya ada najis yang ia tidak mampu untuk membersihkannya.

Hukum-Hukum yang berhubungan dengan sholat orang sakit

Di antara hukum-hukum yang berhubungan dengan orang sakit dalam ibadah sholatnya adalah:

1. Orang yang sakit tetap wajib sholat diwaktunya dan melaksanakannya menurut kemampuannya[5], sebagaimana firman Allah:

   فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ

   Maka bertaqwalah kamu kepada Allah menurut kesanggupanmu. (At-Taghâbûn/ 64:16)

   Rasulullah SAW dalam hadits ‘Imrân bin Hushain bersabda:

[5] *Fatâwa al-Lajnah ad-Dâimah Lil Buhûts al-’Ilmiyah wa al-Ifta’*, 8/71 (no. 10527)

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

كَانَتْ بِي بَوَاسِيرُ فَسَأَلْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ الصَّلَاةِ فَقَالَ صَلِّ قَائِمًا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَاعِدًا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَعَلَى جَنْبٍ

Pernah Penyakit wasir menimpaku, lalu akau bertanya kepada Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam tentang cara sholatnya. Maka beliau shallallahu 'alaihi wa sallam menjawab: "Sholatlah dengan berdiri, apabila tidak mampu maka duduklah dan bila tidak mampu juga maka berbaringlah." (HR al-Bukhari no. 1117)

2. Apabila berat melakukan setiap sholat pada waktunya maka diperbolehkan baginya untuk men-jama' (menggabung) antara shalat Zhuhur dan Ashar, Maghrib dan 'Isya baik dengan jama' taqdim atau ta'khir.[6] [2]. Hal ini melihat kepada yang termudah baginya. Sedangkan shalat Shubuh maka tidak boleh dijama' karena waktunya terpisah dari shalat sebelum dan sesudahnya. Diantara dasar kebolehan ini adalah hadits Ibnu Abas *radhiallahu 'anhuma* yang menyatakan:

جَمَعَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَيْنَ الظُّهْرِ وَالْعَصْرِ وَالْمَغْرِبِ وَالْعِشَاءِ بِالْمَدِينَةِ فِي غَيْرِ خَوْفٍ وَلَا مَطَرٍ قَالَ (أَبُوْ كُرَيْبٍ) قُلْتُ لِابْنِ عَبَّاسٍ لِمَ فَعَلَ ذَلِكَ قَالَ كَيْ لَا يُحْرِجَ أُمَّتَهُ

Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam telah menjama' antara Zhuhur dan Ashar, Maghrib dan Isya' di kota Madinah tanpa sebab takut dan hujan. Abu Kuraib berkata: Aku bertanya kepada Ibnu Abas radhiallahu 'anhuma: Mengapa beliau berbuat demikian? Beliau radhiallahu 'anhuma menjawab: Agar tidak menyusahkan umatnya. (HR Muslim no. 705).

Dalam hadits diatas jelaslah Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* membolehkan kita menjama' sholat karena adanya rasa berat yang menyusahkan (*masyaqqoh*) dan jelas sakit merupakan *masyaqqah*. Hal ini juga dikuatkan dengan menganalogikan orang sakit kepada orang yang terkena istihaadhoh yang diperintahkan Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* untuk mengakhirkan sholat Zhuhur dan mempercepat Ashar dan mengakhirkan Maghrib dan mempercepat Isya'.[7]

---

[6] Syeikh Abdurrahman bin Naashir as-Sa'di, *Manhaj al-Saalikin*, hlm 82.

[7] Hal ini ada dalam hadits Hamnah bintu Jahsy yang diriwayatkan Abu Daud dan dinilai hasan oleh Syeikh al-Albani dalam kitab *Irwa' al-Gholîl* no. 188 lihat juga *Shohih Fikih Sunnah* 1/514

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. Orang yang sakit tidak boleh meninggalkan sholat wajib dalam segala kondisinya selama akalnya masih baik.[8]
4. Orang sakit yang berat untuk mendatangi masjid berjama'ah atau akan menambah dan atau memperlambat kesembuhannya bila sholat berjamaah di masjid maka dibolehkan tidak sholat berjama'ah.[9] Imam Ibnu al-Mundzir *rahimahullah* menyatakan: Tidak diketahui adanya perbedaan pendapat diantara ulama bahwa orang sakit dibolehkan tidak sholat berjama'ah karena sakitnya. Hal itu karena Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* ketika sakit tidak hadir di Masjid dan berkata:

   مُرُوا أَبَا بَكْرٍ فَلْيُصَلِّ بِالنَّاسِ

   Perintahkan Abu Bakar agar mengimami sholat. (Muttafaqun 'Alaihi).[10]

Tata cara sholat orang yang sakit

Tata cara shalat orang sakit adalah sebagaimana berikut ini:

a. Diwajibkan atas orang yang sakit untuk sholat berdiri apabila mampu dan tidak khawatir sakitnya bertambah parah, karena berdiri dalam sholat wajib adalah salah satu rukunnya. Hal ini berdasarkan firman Allah Ta'ala:

   وَقُومُواْ لِلَّهِ قَـٰنِتِينَ ﴿٢٣٨﴾

   Berdirilah untuk Allah (dalam shalatmu) dengan khusyu'. (Qs. Al-Baqarah/2:238). Diwajibkan juga orang yang mampu berdiri walaupun dengan menggunakan tongkat atau bersandar ke tembok atau berpegangan dengan tiang berdasarkan hadits Ummu Qais *radhiallahu 'anha* yang berbunyi:

   أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَمَّا أَسَنَّ وَحَمَلَ اللَّحْمَ اتَّخَذَ عَمُودًا فِي مُصَلَّاهُ يَعْتَمِدُ عَلَيْهِ

   Sesungguhnya Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam ketika berusia lanjut dan lemah maka beliau memasang tiang di tempat sholatnya untuk menjadi sandaran. (HR Abu Daud dan dishahihkan al-Albani dalam *Silsilah Ash-*

---

[8] *Fatâwa al-Lajnah ad-Dâimah Lil Buhûts al-'Ilmiyah wa al-Ifta'*, 8/69 (no. 782)
[9] Syeikh Abdurrahman bin Naashir as-Sa'di, *Manhaj al-Saalikin*, hlm. 82
[10] Syaikh Kamaal as-Sayid, *Shohih Fikih Sunnah* 1/512-513

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

Shohihah 319). Demikian juga orang bongkok diwajibkan berdiri walaupun keadaannya seperti orang rukuk.[11]

Syeikh Ibnu Utsaimin *rahimahullah* berkata, "Diwajibkan berdiri atas seorang dalam segala caranya, walaupun menyerupai orang ruku' atau bersandar kepada tongkat, tembok, tiang ataupun manusia." [12]

b. Orang sakit yang mampu berdiri namun tidak mampu ruku' atau sujud tetap tidak gugur kewajiban berdirinya. Ia harus sholat berdiri dan bila tidak bisa rukuk maka menunduk untuk rukuk Bila tidak mampu membongkokkan punggungnya sama sekali maka cukup dengan menundukkan lehernya, Kemudian duduk lalu menunduk untuk sujud dalam keadaan duduk dengan mendekatkan wajahnya ke tanah sedapat mungkin.[13]

c. Orang sakit yang tidak mampu berdiri maka melakukan sholat wajib dengan duduk, berdasarkan hadits 'Imrân bin Hushain dan ijma' para ulama. Ibnu Qudâmah *rahimahullah* menyatakan, "Para ulama telah ber-ijma' (bersepakat -ed) bahwa orang yang tidak mampu shalat berdiri maka dibolehkan shalat dengan duduk."[14]

d. Orang sakit yang dikhawatirkan akan menambah parah sakitnya atau memperlambat kesembuhannya atau sangat susah berdiri, diperbolehkan shalat dengan duduk.[15] Syeikh Ibnu Utsaimin menyatakan, "Yang benar adalah kesulitan (*masyaqqah*) membolehkan sholat dengan duduk. Apabila seorang merasa susah shalat berdiri maka ia boleh shalat dengan duduk, berdasarkan firman Allah Ta'ala:

يُرِيدُ ٱللَّهُ بِكُمُ ٱلْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ ٱلْعُسْرَ

"Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu." (QS. Al-Baqarah/2:185)

Sebagaimana juga bila berat berpuasa bagi orang yang sakit walaupun masih mampu diperbolehkan berbuka dan tidak berpuasa maka demikian juga bila susah berdiri maka ia dibolehkan shalat dengan duduk."[16]

---

[11] Ibnu Qudamah al-Maqdisi, *al-Mughni* 2/571
[12] Syeikh Ibnu Utsaimin, *Syarhu al-Mumti' 'Ala Zaad al-Mustaqni'*, 4/459
[13] Ibnu Qudamah al-Maqdisi, *al-Mughni* 2/572
[14] Ibnu Qudamah al-Maqdisi, *al-Mughni* 2/570
[15] Ibnu Qudamah al-Maqdisi, *al-Mughni* 2/571
[16] Syeikh Ibnu Utsaimin, *Syarhu al-Mumti' 'Ala Zaad al-Mustaqni'*, 4/461

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

Orang sakit bila sholat dengan duduk sebaiknya duduk bersila pada posisi berdirinya berdasarkan hadits ‘Aisyah *radhiallahu ‘anha* yang berbunyi:

رَأَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُصَلِّي مُتَرَبِّعًا

Aku melihat Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam sholat dengan bersila.[17]

Juga karena bersila secara umum lebih enak dan tuma’ninah (tenang) dari duduk iftirâsy. [18] Apabila ruku’, maka ruku’ dengan bersila lalu membungkukkan punggungnya dan meletakkan tangannya di lututnya, karena ruku’ berposisi berdiri.[19]

Dalam keadaan demikian masih diwajibkan sujud diatas tanah dengan dasar keumuman hadits Ibnu Abas *ra* yang berbunyi:

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ أُمِرْتُ أَنْ أَسْجُدَ عَلَى سَبْعَةِ أَعْظُمٍ الْجَبْهَةِ وَأَشَارَ بِيَدِهِ عَلَى أَنْفِهِ وَالْيَدَيْنِ وَالرِّجْلَيْنِ وَأَطْرَافِ الْقَدَمَيْنِ

Sesungguhnya Rasulullah bersabda, “Aku diperintahkan untuk bersujud dengan tujuh tulang; Dahi –dan beliau mengisyaratkan dengan tangannya ke hidung- kedua telapak tangan, dua kaki dan ujung kedua telapak kaki.” (Muttafaqun ‘Alaihi)

Bila tidak mampu juga maka ia meletakkan kedua telapak tangannya ketanah dan menunduk untuk sujud. Bila juga tidak mampu maka hendaknya ia meletakkan tangannya dilututnya dan menundukkan kepalanya lebih rendah dari pada ketika ruku’.[20]

e. Orang sakit yang tidak mampu melakukan shalat berdiri dan duduk maka boleh melakukannya dengan berbaring miring, boleh dengan miring ke kanan atau kiri dengan menghadapkan wajah ke kiblat. Hal ini dilakukan dengan dasar sabda Rasulullah dalam hadits ‘Imrân bin al-Hushain:

صَلِّ قَائِمًا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَاعِدًا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَعَلَى جَنْبٍ

Shalatlah dengan berdiri, apabila tidak mampu maka duduklah dan bila tidak mampu juga maka berbaringlah. (HR al-Bukhari no. 1117)

---

[17] HR. An-Nasâ’I no. 1662 dan dishohihkan Syeikh Muhammad Nashiruddin al-Albani dalam *Shohih Sunan an-Nasâ’i* 1/538.

[18] Syeikh Ibnu Utsaimin, *Syarhu al-Mumti’ ‘Ala Zaad al-Mustaqni’*, 4/462-463

[19] Demikian yang dirojihkan Syeikh Ibnu Utsaimin dalam *Syarhu al-Mumti’‘Ala Zaad al-Mustaqni’*, 4/463

[20] Syeikh Ibnu Utsaimin, *Syarhu al-Mumti’ ‘Ala Zaad al-Mustaqni’*, 4/466-467

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

Dalam hadits ini nabi tidak menjelaskan sisi mana, sehingga yang utama adalah yang termudah. Namun bila kedua-duanya sama mudahnya maka miring ke kanan lebih utama dengan dasar keumuman hadits 'Aisyah *radhiallahu 'anha* yang berbunyi:

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُحِبُّ التَّيَمُّنَ فِي شَأْنِهِ كُلِّهِ فِي نَعْلَيْهِ وَتَرَجُّلِهِ وَطُهُورِهِ

Dahulu Rasulullah suka mendahulukan sebelah kanan dalam seluruh urusannya, dalam memakai sandal, menyisir dan bersucinya. (HR Muslim no 396).

Kemudian melakukan ruku' dan sujud dengan isyarat menundukkan kepala ke dada dengan ketentuan sujud lebih rendah dari ruku'. Apabila tidak mampu menggerakkan kepalanya maka para ulama berbeda pendapat dalam tiga pendapat:

1) Melakukannya dengan mata. Saat ruku' ia memejamkan matanya sedikit kemudian mengucapkan kata سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَهُ lalu membuka matanya. Adapun saat sujud memejamkan matanya lebih dalam.
2) Gugur semua gerakan namun masih melakukan sholat dengan perkataan.
3) Gugur kewajiban sholatnya dan inilah pendapat yang dirojihkan Syeikhul Islam Ibnu Taimiyah.

Syeikh Ibnu Utsaimin mengunggulkan pendapat kedua dengan menyatakan, "Yang rojih dari tiga pendapat tersebut adalah gugurnya perbuatan saja, karena ini saja yang tidak mampu dilakukan. [21] Sedangkan perkataan maka ia tidak gugur karena ia mampu melakukannya dan Allah berfirman:

فَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ مَا ٱسۡتَطَعۡتُمۡ وَٱسۡمَعُواْ وَأَطِيعُواْ وَأَنفِقُواْ خَيۡرٗا لِّأَنفُسِكُمۡۗ وَمَن يُوقَ شُحَّ نَفۡسِهِۦ فَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡمُفۡلِحُونَ ١٦

Maka bertaqwalah kamu kepada Allah menurut kesanggupanmu. (At-Taghaabun:16)"

f. Orang sakit yang tidak mampu berbaring miring, maka boleh melakukan shalat dengan terlentang dan menghadapkan kakinya ke arah kiblat karena

[21] Syeikh Ibnu Utsaimin, *Syarhu al-Mumti' 'Ala Zaad al-Mustaqni'*, 4/467

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

hal ini lebih dekat kepada cara berdiri. Misalnya bila kiblatnya arah barat maka letak kepalanya di sebelah timur dan kakinya di arah barat.[22]

g. Apabila tidak mampu menghadap kiblat dan tidak ada yang mengarahkannya atau membantu mengarahkannya ke kiblat, maka shalat sesuai keadaannya tersebut, berdasarkan firman Allah Ta'ala:

لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya." (Qs. Al-Baqarah/2:286)

h. Orang sakit yang tidak mampu shalat dengan terlentang maka shalat sesuai keadaannya.

i. Orang yang sakit dan tidak mampu melakukan seluruh keadaan di atas. Ia tidak mampu menggerakkan anggota tubuhnya dan tidak mampu juga dengan matanya, maka ia sholat dengan hatinya. Shalat tetap diwajibkan selama akal seorang masih sehat.

j. Apabila orang sakit mampu di tengah-tengah shalat melakukan perbuatan yang sebelumnya ia tidak mampu, baik keadaan berdiri, ruku' atau sujud, maka ia melaksanakan sholatnya dengan yang ia telah mampui dan menyempurnakan yang tersisa. Ia tidak perlu mengulang yang telah lalu karena yang telah lalu dari sholat tersebut telah sah.[23]

k. Apabila orang sakit tidak mampu sujud di atas tanah, maka ia menundukkan kepalanya untuk sujud di udara dan tidak mengambil sesuatu sebagai alas sujud. Hal ini didasarkan kepada hadits Jâbir yang berbunyi:

أَنَّ رَسُوْلَ اللهِ صلى الله عليه و سلم عَادَ مَرِيْضًا فَرَآهُ يُصَلِّي عَلَى وِسَادَةٍ فَأَخَذَهَا فَرَمَى بِهَا، فَأَخَذَ عُوْدًا لِيُصَلِّي عَلَيْهِ فَأَخَذَهُ فَرَمَى بِهِ، قَالَ: صَلِّ عَلَى الأَرْضِ إِنِ اسْتَطَعْتَ وَإِلاَّ فَأَوْمِ إِيْمَاءً وَاجْعَلْ سُجُوْدَكَ أَخْفَضَ مِنْ رُكُوْعِكَ

Sesungguhnya Rasulullah menjenguk orang sakit lalu melihatnya sholat di atas (bertelekan) bantal, lalu beliau mengambilnya dan melemparnya. Lalu ia mengambil kayu untuk dijadikan alas sholatnya, lalu beliau mengambilnya dan melemparnya. Beliau bersabda: "Sholatlah di atas tanah

---

[22] Syeikh Ibnu Utsaimin, *Syarhu al-Mumti' 'Ala Zaad al-Mustaqni'*, 4/465

[23] Lihat Ibnu Qudamah al-Maqdisi, *al-Mughni* 2/577, *Majmu' Fatawa Syeikh bin Baaz* 12/243 dan *Syarhu al-Mumti'* 4/472-473.

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

apabila ia mampu dan bila tidak maka dengan isyarat dengan menunduk (al-Imâ') dan menjadikan sujudnya lebih rendah dari ruku'nya."[24]

Demikianlah sebagian hukum-hukum yang berkenaan dengan sholat orang yang sakit, mudah-mudahan dapat memberikan pencerahan kepada orang sakit mengenai shalat mereka. Dengan harapan setelahnya mereka tidak meninggalkan shalat hanya karena sakit yang dideritanya.

Latihan

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

1. Jelaskan keringanan-keringanan ibadah bagi orang yang sakit.
2. Tuliskan dalil keringanan ibadah bagi orang yang sakit.
3. Jelaskan tata cara bersuci bagi orang yang sakit.
4. Uraikan tata cara sholat bagi orang yang sakit
5. Jelaskan hukum-hukum yang berkaitan dengan orang yang sakit.

[24] HR. al-Baihaqi dalam *Sunan al-Kubro* 2/306 dan Syeikh Muhammad Nashiruddin al-Albani dalam *Silsilah ash-Shohihah* no. 323 menyatakan: *"Yang pasti bahwa hadits ini dengan kumpulnya jalan periwayatannya adalah shohih."*

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

Paket 8
PENGURUSAN JENAZAH

Pendahuluan

Perkuliahan ini membahas prosedur pengurusan jenazah. Materi pengurusan jenazah menjadi bagian mata kuliah Konseling Rumah Sakit, karena bisa menjadi bekal bagi mahasiswa untuk menguasai tata cara pengurusan jenazah baik di masyarakat maupun di rumah sakit sesuai dengan standar fiqih dan medis. Kajian pada pertemuan kali ini meliputi pengertian pengurusan jenazah, tujuan pengurusan jenazah, langkah-langkah pengurusan jenazah, hal-hal yang harus diperhatikan selama proses pengurusan jenazah.

Dalam paket 8 ini, mahasiswa akan mempelajari prosedur pengurusan jenazah berdasarkan standar aturan fiqih dan medis dengan cara mensimulasikannya di dalam kelas.

Kegiatan perkuliahan ini mendorong keaktifan dosen dan peserta didik, karena yang diharapkan adalah terwujudnya pengetahuan, keterampilan dan sikap tentang perilaku hidup sehat. Perkuliahan ini memerlukan LCD dan laptop untuk penayangan gambar dan video.

Rencana Pelaksanaan Perkuliahan

Kompetensi Dasar

Mengetahui prosedur pengurusan jenazah dan mampu mempraktekkannya dengan cara simulasi untuk selanjutnya mampu melakukannya di kehidupan nyata.

Indikator

Pada akhir perkuliahan mahasiswa-mahasiswi diharapkan mampu:

1. Mengetahui prosedur dan langkah-langkah pengurusan jenazah.
2. Mempraktekkan prosedur dan langkah-langkah pengurusan jenazah.

Waktu

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

2x 50 menit

Materi Pokok

1. Pengertian pengurusan jenazah serta tujuannya.
2. Prosedur dan langkah pengurusan jenazah berdasarkan fiqih dan standar medis.

Langkah-langkah Perkuliahan

Kegiatan Awal (15 menit)

1. Dosen menjelaskan kompetensi dasar materi pengurusan jenazah.
2. Dosen menjelaskan indikator pencapaian materi pengurusan jenazah.
3. Selanjutnya dosen memberikan penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan perkuliahan tentang pengurusan jenazah.
4. *Brainstorming* dengan mencermati tayangan dan beberapa gambar yang berkaitan dengan pengurusan jenazah.

Kegiatan Inti (70 menit)

1. Mahasiswa melakukan presentasi dan diskusi makalah tentang pengertian pengurusan jenazah, tujuan, serta prosedur langkah-langkahnya.
2. Setiap mahasiswa diminta mengisi lembar kegiatan mahasiswa 1 untuk mengobservasi cara praktek pengurusan jenazah yang dilakukan temannya atau pengurusan jenazah di rumah sakit.
3. Kemudian mahasiswa dibagi berkelompok masing-masing beranggota 4 orang. Setiap kelompok ditugaskan untuk mensimulasikan praktek pengurusan jenazah, beserta mengisi lembar kegiatan mahasiswa 1 (observasi).
4. Dosen memberi penguatan dan *feedback* dari hasil diskusi dan praktek mahasiswa.
5. Dosen memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk menanyakan sesuatu yang belum paham atau menyampaikan konfirmasi.

Kegiatan Akhir (10 menit)

1. Dosen bersama mahasiswa menyimpulkan hasil perkuliahan.
2. Dosen memberi dorongan psikologis/pesan kepada mahasiswa untuk mempersiapkan diri dengan kompetensi keilmuan kemasyarakatan salah satunya pengurusan jenazah.

Kegiatan Tindak Lanjut (5 menit)

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

1. Memberi tugas latihan pada mahasiswa untuk melakukan simulasi pengurusan jenazah atau turut menghadiri kegiatan pengurusan jenazah yang sewaktu-waktu ada di lingkungan rumahnya.
2. Mempersiapkan perkuliahan selanjutnya.

Lembar Kegiatan Mahasiswa 1 (LKM 1)
"Observasi Praktik Pengurusan Jenazah"

Tujuan LKM 1

Mahasiswa secara individual dapat mengobservasi praktik pengurusan jenazah.

Bahan dan alat LKM 1

Form lembar kegiatan mahasiswa 1

Lembar kerja 1 : Observasi Praktik Pengurusan Jenazah

No.	Langkah	B/S	Alasan
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Keterangan : B = Benar S = Salah

Langkah-langkah kegiatan LKM 1

1. Ambillah lembar kerja LKM 1 yang telah tersedia.
2. Masuk pada kelompok yang telah ditentukan dan lakukan simulasi pengurusan jenazah secara bergantian dan lakukan observasi dari proses pengurusan jenazah yang dipraktekkan oleh teman kelompoknya.
3. Berilah tanda/tulisan B untuk langkah yang benar dan S untuk langkah yang salah.

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. Berikan alasan kenapa termasuk benar atau salah.
5. Bagi Anda yang diminta, bacakan hasil observasi Anda kepada teman-teman Anda.
6. Bagi mahasiswa yang lain, berikan klarifikasi terhadap temuan teman Anda.

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

Uraian Materi

PENGURUSAN JENAZAH

Pengertian Jenazah

Jenazah berasal dari bahasa Arab "*janazah*" artinya tubuh mayyit sedangkan "*jinazah*" artinya tandu pembawa mayat, berasal dari kata "*janaza*" yang berarti menutupi. Dinamakan jenazah karena tubuh mayyit harus ditutupi.[1] Arti *janazah* dalam ensiklopedia Islam yaitu segala yang berkaitan dengan proses pemakaman dan kafan bagi si mayat.[2] Menurut Hasby Ash Shiddiqie, kata jenazah dalam bahasa Arab bersifat umum artinya kata jenazah digunakan untuk manusia yang meninggal maupun untuk binatang yang mati. Akan tetapi dalam bahasa Indonesia kata jenazah dikhususkan kepada manusia yang meninggal dunia.[3]

Pengertian Perawatan Jenazah

Perawatan jenazah adalah suatu tindakan medis melakukan pemberian bahan kimia tertentu pada jenazah untuk menghambat pembusukan serta menjaga penampilan luar jenazah supaya tetap mirip dengan kondisi sewaktu hidup.

Perawatan jenazah dapat dilakukan langsung pada kematian wajar, akan tetapi kematian pada tidak wajar pengawetan jenazah baru boleh dilakukan setelah pemeriksaan jenazah atau otopsi dilakukan. Perawatan jenazah dilakukan karena ditundanya penguburan/kremasi, misalnya untuk menunggu kerabat yang tinggal jauh diluar kota/di luar negri.

Pada kematian yang terjadi jauh dari tempat asalnya terkadang perlu dilakukan pengangkutan atau perpindahan jenazah dari suatu tempat ketempat lainnya. Pada keadaan ini, diperlukan pengawetan jenazah untuk mencegah pembusukan dan penyebaran kuman dari jenazah ke lingkungannya.

Jenazah yang meninggal akibat penyakit menular akan cepat membusuk dan potensial menular petugas kamar jenazah. Keluarga serta orang-orang di

---

[1] Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Al Munawwir Arab-Indonesia,* (Surabaya: Pustaka Progresif, Cet. ke-25, 2002), Hal. 214.
[2] Cepil Glasse, *Ensiklopedia Islam Ringkas,* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1999), Hal.192.
[3] Hasby Ash Shiddiqie, *Filsafat Hukum Islam,* (Jakarta: Bulan Bintang, 1971), Hal. 245.

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

sekitarnya. Pada kasus semacam ini, kalau pun penguburan atau kremasinya akan segera dilakukan tetap dilakukan perawatan jenazah untuk mencegah penularan kuman atau bibit penyakit disekitarnya.

Perawatan jenazah penderita penyakit menular dilaksanakan dengan selalu menerapkan kewaspadaan universal tanpa mengakibatkan tradisi budaya dan agama yang dianut keluarganya. Setiap petugas kesehatan terutama perawat harus dapat menasihati keluarga dan mengambil tindakan yangs sesuai agar penanganan jenazah tidak menambah resiko penularan penyakit seperti halnya hepatitis B, AIDS, Kolera dan sebagainya. Tradisi yang berkaitan dengan perlakuan terhadap jenazah tersebut dapat diizinkan dengan memperhatikan hal yang telah disebut diatas, seperti misalnya mencium jenazah sebagai bagian dari upacara penguburan. Perlu diingat bahwa virus HIV hanya dapat hidup dan berkembang dalam manusia hidup, maka beberapa waktu setelah penderita infeksi HIV meninggal, virus pun akan mati.

PEngurusan jenazah merupakan salah satu kewajiban seorang muslim dengan musli lainnya. Hukum pengurusan jenazah adalah fardhu kifayah, yakni kewajiban sebagian bukan seluruhnya, artinya jika sudah ada sebagian muslim yang mengurus jenazah maka gugurlah kewajiban sebagian yang lain.[4]

Tujuan Perawatan Jenazah

Adapun tujuan dari perawatan jenazah yaitu untuk mencegah terjadinya pembusukan pada jenazah. Dengan menyuntikan zat-zat tertentu untuk membunuh kuman seperti pemberian intjeksi formalin murni, agar tidak meninggalkan luka dan membuat tubuh menjadi kaku. Dalam injeksi formalin dapat dimasukan kemulut hidung dan pantat jenazah.

Menghadapi Pasien yang Meninggal

Jika pasien meninggal, dianjurkan untuk membaca *"inna lillahi wa inna ilaihi raji'un".* Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menghadapi pasien yang meninggal. *Pertama,* menutupkan matanya, jika dalam keadaan terbelalak. *Kedua,* mengatupkan rahangnya dengan mengikatnya dari puncak kepala sampai ke dagu supaya mulutnya tidak menganga. *Ketiga,* memperlemah persendian anggota gerak (tungkai, lengan dan jari), untuk mempermudah pemandiannya. *Keempat,* menutupnya dengan kain,

[4] Othman Mukim Hassan, *Khulashah Kifayah Himpunan 600 Masalah Jenazah*, (Malaysia: Pustaka Ilmu, Cet. 1. 1995), Hal. 2.

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

sebagaimana pernyataan Aisyah ketika memperlakukan Rasulullah SAW. *Kelima,* mendekapkan kedua tangannya (kanan di atas kiri) di atas pusar di bawah dada, seperti orang shalat. *Keenam*(terakhir), menghadapkannya ke kiblat.

Selanjutnya ada beberapa kewajiban bagi orang yang hidup terhadap orang (pasien) yang meninggal. Berikut penjelasan singkat mengenai tatacara merawat jenazah tersebut.

Memandikan Jenazah

Untuk memandikan jenazah ada beberapa persedian yang perlu dipersiapkan, yaitu pertama air bersih yang suci dan mensucikan secukupnya. Kedua perlengkapan mandi seperti handuk, kapur barus, wangi-wangian, kain lap atau sarung tangan. Ketiga, tempat yang tertutup untuk memandikan jenazah. Adapun tatacara memandikannya sebagai berikut[5]:

1. Niat iklas karena Allah.
2. Menutup aurat jenazah dan menanggalkan pakaian serta segala perhiasan (termasuk gigi palsu) yang melekat pada badan jenazah.
3. Membersihkan rongga mulut, kuku-kuku dan seluruh tubuhnya dari kotoran.
4. Memandikannya dengan menggunakan kain pembersih atau yang semisal. Lalu digosok-gosokkan di bawah kain penutup, setelah pakaiannya dilepaskan.
5. Mulai dengan membasuh anggota wudhunya dan mendahulukan bagian yang kanan, dengan membaca do’a niat.

   Lafaz niat mewudukkan jenazah lelaki :

   نَوَيْتُ الْوُضُوْءَ لِهَذَاالْمَيِّتِ للهِ تَعَالَى

   "Aku berniat mewudukkan jenazah (lelaki) ini kerana Allah SWT"

   نَوَيْتُ الْوُضُوْءَ لِهَذِهِ الْمَيِّتَةِ للهِ تَعَالَى

   "Aku berniat mewudukkan jenazah (perempuan) ini kerana Allah SWT"
6. Menyiram seluruh tubuhnya hingga rata, dengan jumlah bilangan ganjil (3 kali, 5 kali, atau 7 kali, dan seterusnya) sesuai yang dibutuhkan atau yang dilihat perlu oleh orang-orang yang memandikannya. Pada basuhan pertama membaca do’a niat.

[5] Muḥammad Nāṣir al-Dīn Albānī, *Tuntunan Lengkap Mengurus Jenazah*, (Bandung: Gema Insani Press, 1999), Hal. 61-63.

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

Lafaz niat memandikan jenazah lelaki:

نَوَيْتُ الْغُسْلَ لِهَذَاالْمَيِّتِ للهِ تَعَالَى

"Aku berniat memandikan jenazah (lelaki) ini karena Allah SWT"

Lafaz niat memandikan jenazah perempuan:

نَوَيْتُ الْغُسْلَ لِهَذِهِ الْمَيِّتَةِ للهِ تَعَالَى

"Aku berniat memandikan jenazah (perempuan) ini karena Allah SWT"

7. Terakhir, menyiramkan air yang telah dicampur dengan kapur barus atau dain bidara.
8. Mengeringkan jenazah dengan handuk dan diberi wangi-wangian, lalu tutuplah dengan kain.
9. Melepaskan gelungan dan kepangan rambut dan mencucinya dengan baik. Menguraikan rambutnya. Dan bagi jenazah yang berambut panjang hendaknya dijalin, tiga pintal kalau memungkinkan.
10. Hendaklah yang memandikan mayat laki-laki adalah orang laki-laki dan yang memandikan mayat perempuan adalah orang perempuan. Kecuali, suami istri masing-masing boleh memandikan yang lainnya.

Mengkafani Jenazah

Setelah selesai memandikan, jenazah kemudian dibungkus dengan kain kafan. Untuk mengkafani jenazah ini ada beberapa persedian yang perlu dipersiapkan, yaitu antara lain: pertama sehelai tikar untuk alas. Kedua, kain kafan yang secukupnya (6–9 meter). Untuk jenazah laki-laki sebanyak 3 lembar dan untuk jenazah perempuan 5 lembar. Adapun pelaksanaan cara mengkafani jenazah adalah sebagai berikut:

1. Meletakkan tikar sebagai alas.
2. Meletakkan tali-tali di atas tikar pada tempat-tempat yang diperlukan (ujung kepala, leher, dada, pinggul, lutut, pergelangan kaki dan ujung kaki).
3. Menghamparkan kapas pada kain yang telah dibentangkan.
4. Untuk jenazah perempuan, aturlah kerudung, baju kurung, basahan sesuai dengan letaknya.
5. Taburkan kapur barus pada kain tersebut.
6. Letakkan jenazah di atas kain kafan, lalu dilipat satu persatu, membungkus seluruh tubuh jenazah.
7. Kemudian diikat dengan simpul disebelah kiri.

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

Menshalatkan Jenazah

Kewajiban ketiga terhadap jenazah adalah menshalatkan. Dalam fiqh Islam tata cara shalat jenazah tersebut diatur sebagai berikut:

Rukun Sholat Jenazah:

1. Niat
2. Berdiri bila mampu
3. Empat kali takbir yang diselingi oleh beberapa bacaan
4. Takbir pertama, membaca al-Fatihah secara *sirr*
5. Takbir kedua, membaca shalawat kepada Nabi saw setelah takbir kedua
6. Takbir ketiga, Mendoakan mayat setelah takbir ketiga
7. Salam

Tata Cara Shalat Jenazah

1. Niat Sholat Jenazah

   Niat untuk jenazah laki-laki:

   أصلِّى على هذا الميت أربَعَ تَكبيرات فَرْضَ الكِفايَةِ لله تعالى

   Artinya: *"Saya niat shalat atas mayyit (laki-laki) ini empat takbir fardhu kifayah karena Allah SWT."*

   Niat untuk jenazah perempuan:

   أصلِّى على هذا الميتة أربَعَ تَكبيرات فَرْضَ الكِفايَةِ لله تعالى

   Artinya: *"Saya niat shalat atas mayyit (perempuan) ini empat takbir fardhu kifayah karena Allah SWT."*

2. Takbir pertama

   Setelah takbir dilanjutkan dengan membaca *ta'awudz*, lalu dilanjutkan dengan membaca *al fatihah*, tanpa disertai dengan doa iftitah ataupun surat pendek seperti sholat pada umumnya.

3. Takbir kedua

   Bacaan setelah takbir kedua yaitu membaca shalawat kepada Nabi Muhammad SAW.

   أللهم صَلِّ علي سيدنا محمد وعلي أَلِ سيدنا محمد كما صَلَّيْتَ علي سيدنا إبراهيم وعلي أل سيدنا إبراهيم وبارِكْ علي سيدنا محمد وعلي أل

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

سيدنا محمد كما باركت علي سيدنا إبراهيم وعلي أل سيدنا إبراهيم في العالمين إنك حميد مجيد

Artinya: *"Ya Allah, berilah rahmat kepada Muhammad dan keluarganya, sebagaimana Engkau telah memberikan rahmat kepada Ibrahim dan keluarganya. Sesungguhnya Engkau Maha Terpuji dan Maha Agung. Berilah berkah kepada Muhammad dan keluarganya (termasuk anak dan istri atau umatnya), sebagaimana Engkau telah memberi berkah kepada Ibrahim dan keluarganya. Sesungguhnya Engkau Maha Terpuji dan Maha Agung."*

4. Takbir ketiga

   Bacaan doa setelah melakukan takbir ketiga adalah sebagai berikut.

   اللهم اغْفِرْ لَهُ وارْحَمهُ وعافِهِ واعفُ عنه وأَكْرِمْ نُزولَهُ ووسِّعْ مَدخلَهُ واغْسِلْهُ بِماءٍ وثَلْج وبَرَدٍ ونَقِهِ من الخَطايا كما يُنَقَّي الثَوبُ الأَبْيَضُ مِنِ الدَنَسِ وأَبْدِلْهُ دارًا خَيْرًا مِنْ دَارِهِ وأَهْلًا خَيْراً من أهلِهِ وَزَوْجًا خَيْراً مِن زَوْجِهِ وَقِهِ فِتْنَةَ القَبْرِ وعَذَابَ النارِ

   Artinya: *"Ya Allah, ampunilah dia, rahmatilah dia, maafkanlah dia, ampunilah kesalahannya, muliakanlah kematiannya, lapangkanlah kuburannya, cucilah kesalahannya dengan air, es dan embun sebagaimana mencuci pakaian putih dari kotoran, gantilah rumahnya dengan rumah yang lebih baik, gantilah keluarganya dengan keluarga yang lebih baik, gantilah istrinya dengan isri yang lebih baik, hindarkanlah dari fitnah kubur dan siksa neraka."*

5. Takbir keempat

   Bacaan doa setelah takbir ke empat yaitu membaca doa di bawah ini.

   اللهُمّ لاتَحرِمْنا أَجْرَهُ ولاتَفْتِنّا بَعدَهُ واغفر لناوله

   Artinya: *"Ya Allah, janganlah Engkau haramkan Kami dari pahalanya, dan janganlah Engkau beri fitnah pada kami setelah kematiannya dan ampuni kami serta dirinya."*

6. Salam

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

Terakhir adalah melakukan salam dengan menengok ke kanan dan kekiri sebagaimana dalam sholat biasanya

السَّلاَمُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ وَبَرَكَاتُه

Artinya: *"Keselamatan, rahmat Allah dan keberkahan-Nya semoga untuk kalian semua"*

7. Membaca do'a shalat jenazah

اَللَّهُمَّ اغْفِرْ لَهُ وَارْحَمْهُ وَعَافِهِ وَاعْفُ عَنْهُ، وَأَكْرِمْ نُزُلَهُ، وَوَسِّعْ مَدْخَلَهُ، وَاغْسِلْهُ بِالْمَاءِ وَالثَّلْجِ وَالْبَرَدِ، وَنَقِّهِ مِنَ الْخَطَايَا كَمَا نَقَّيْتَ الثَّوْبَ ٱلْأَبْيَضَ مِنَ الدَّنَسِ، وَأَبْدِلْهُ دَارًا خَيْرًا مِنْ دَارِهِ، وَأَهْلاً خَيْرًا مِنْ أَهْلِهِ، وَزَوْجًا خَيْرًا مِنْ زَوْجِهِ، وَأَدْخِلْهُ الْجَنَّةَ، وَأَعِذْهُ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَعَذَابِ النَّارِ

Artinya: *"Ya Allah, Ampunilah dia (dari beberapa hal yang tidak disukai), maafkanlah dia dan tempat-kanlah di tempat yang mulia (Surga), luaskan kuburannya, mandikan dia dengan air salju dan air es. Bersihkan dia dari segala kesalahan, sebagaimana Engkau membersihkan baju yang putih dari kotoran, berilah rumah yang lebih baik dari rumahnya (di dunia), berilah keluarga (atau istri di Surga) yang lebih baik daripada keluarganya (di dunia), istri (atau suami) yang lebih baik daripada istrinya (atau suaminya), dan masukkan dia ke Surga, jagalah dia dari siksa kubur dan Neraka." (HR. Muslim 2/663)*

اَللَّهُمَّ اغْفِرْ لِحَيِّنَا وَمَيِّتِنَا وَشَاهِدِنَا وَغَائِبِنَا وَصَغِيْرِنَا وَكَبِيْرِنَا وَذَكَرِنَا وَأُنْثَانَا. اَللَّهُمَّ مَنْ أَحْيَيْتَهُ مِنَّا فَأَحْيِهِ عَلَى ٱلْإِسْلاَمِ، وَمَنْ تَوَفَّيْتَهُ مِنَّا فَتَوَفَّهُ عَلَى ٱلْإِيْمَانِ، اَللَّهُمَّ لاَ تَحْرِمْنَا أَجْرَهُ وَلاَ تُضِلَّنَا بَعْدَهُ

Artinya: *"Ya Allah! Ampunilah kepada orang yang hidup di antara kami dan yang mati, orang yang hadir di antara kami dan yang tidak hadir ,laki-laki maupun perempuan. Ya Allah! Orang yang Engkau hidupkan di antara kami, hidupkan dengan memegang ajaran Islam, dan orang yang Engkau matikan di antara kami, maka matikan dengan memegang keimanan. Ya Allah! Jangan menghalangi kami untuk tidak memper-oleh pahalanya dan*

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

jangan sesatkan kami sepeninggalnya." (HR. Ibnu Majah 1/480, Ahmad 2/368, dan lihat Shahih Ibnu Majah 1/251)

اَللَّهُمَّ إِنَّ فُلاَنَ بْنَ فُلاَنٍ فِيْ ذِمَّتِكَ، وَحَبْلِ جِوَارِكَ، فَقِهِ مِنْ فِتْنَةِ الْقَبْرِ وَعَذَابِ النَّارِ، وَأَنْتَ أَهْلُ الْوَفَاءِ وَالْحَقِّ. فَاغْفِرْ لَهُ وَارْحَمْهُ إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ

Artinya: *"Ya, Allah! Sesungguhnya Fulan bin Fulan dalam tanggunganMu dan tali perlindunganMu. Peliharalah dia dari fitnah kubur dan siksa Neraka. Engkau adalah Maha Setia dan Maha Benar. Ampunilah dan belas kasihanilah dia. Sesungguhnya Engkau, Tuhan Yang Maha Pengampun lagi Penyayang."* (HR. Ibnu Majah. Lihat Shahih Ibnu Majah 1/251 dan Abu Dawud 3/21)

اَللَّهُمَّ عَبْدُكَ وَابْنُ أَمَتِكَ احْتَاجَ إِلَى رَحْمَتِكَ، وَأَنْتَ غَنِيٌّ عَنْ عَذَابِهِ، إِنْ كَانَ مُحْسِنًا فَزِدْ فِيْ حَسَنَاتِهِ، وَإِنْ كَانَ مُسِيْئًا فَتَجَاوَزْ عَنْهُ

Artinya: *"Ya, Allah, ini hambaMu, anak ham-baMu perempuan (Hawa), membutuh-kan rahmatMu, sedang Engkau tidak membutuhkan untuk menyiksanya, jika ia berbuat baik tambahkanlah dalam amalan baiknya, dan jika dia orang yang salah, lewatkanlah dari kesalahan-nya."* (HR. Al-Hakim. Menurut pendapatnya: Hadits tersebut adalah shahih. Adz-Dzahabi menyetujuinya 1/359, dan lihat Ahkamul Jana'iz oleh Al-Albani, halaman 125)

Menguburkan Jenazah

Ada beberapa hal yang perlu dipersiapkan untuk menguburkan jenazah, yaitu; *Pertama*, usungan keranda jenazah yang sederhana atau tidak belebihan. *Kedua*, lubang kubur sedalam mungkin (kira-kira tingginya 1,5 meter, panjang 2 meter dan lebar 1 meter). *Ketiga*, lubang kubur lahad (lubang dipinggir dasar kuburan pada arah kiblat untuk meletakkan jenazah). Keempat, menyediakan penutup lubang lahad dengan menggunakan kayu, bambu atau batu sebagai penyangga tanah. Selanjutnya, jenazah diusung ke tempat kuburan yang telah disediakan. Pada saat memasuki pemakaman membaca salam.

Adapun cara menguburkannya adalah sebagai berikut.

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

1. Dua atau tiga orang turun ke dalam lubang kubur yang telah disediakan dengan berdiri dan menerima jenazah.
2. Jenazah di masukan dari arah kaki kubur dengan mendahulukan kepala.
3. Khusus jenazah perempuan, hendaknya membentangkan kain di atas lubang kubur ketika memasukannya.
4. Miringkan jenazah ke sisi kanan menghadap kiblat.
5. Menutup dengan papan, bambu atau batu lempeng dan berilah rongga secukupnya.
6. Menimbun lubang kubur dengan tanah.
7. Memasang tanda dengan sebuah batu, kayu atau bambu pada arah kepala.

Tindakan di luar Kamar Jenazah

Adapun tindakan yang dilakukan diluar kamar jenazah yaitu:

1. Mencuci tangan sebelum memakai sarung tangan.
2. Memakai pelindung wajah dan jubah.
3. Luruskan tubuh jenazah dan letakan dalam posisi terlentang dengan tangan disisi atau terlipat didada.
4. Tutup kelopak mata atau ditutup dengan kapas atau kasa, begitu pula mulut dan telinga.
5. Beri alas kepala dengan kain handuk untuk menampung bila ada rembesan darah atau cairan tubuh lainnya.
6. Tutup anus dengan kasa dan plester kedap air.
7. Lepaskan semua alat kesehatan dan letakan alat bekas tersebut dalam wadah yang aman.
8. Tutup setiap luka yang ada dengan plester kedap air.
9. Bersihkan tubuh jenazah tutup dengan kain bersih untuk disaksikan oleh keluarga.
10. Pasang label identitas pada laki-laki.
11. Beritahu petugas kamar jenazah jika jenazah adalah penderita penyakit menular
12. Cuci tangan setelah melepas rarung tangan

Tindakan di kamar Jenazah

Adapun tindakan dikamar jenazah yaitu:

1. Lakukan prosedur dasar seperti cuci tangan sebelum memakai sarung tangan.

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

2. Petugas memakai alat pelindung.
3. Sarung tangan karet yang panjang (sampai ke siku).
4. Sebaiknya memakai sepatu *boot* sampai lutut.
5. Pelindung wajah (*masker* dan kaca mata).
6. Jubah atau celemek sebaiknya yang kedap air.
7. Jenazah dimandikan oleh petugas kamar jenazah yang telah memahami cara membersihkan atau memandikan jenazah penderita penyakit menular.
8. Bungkus jenazah dengan kain kafan atau kain pembungkus lain sesuai dengan agama dan kepercayaan yang dianut.
9. Cuci tangan dengan sabun sebelum memakai sarung tangan dan sesudah melepas sarung tangan

Catatan Penting:

1. Jenazah yang telah dibungkus tidak boleh dibuka lagi.
2. Jenazah tidak boleh dibalsem atau disuntik atau pengawetan kecuali oleh petugas khusus yang telah mahir dalam hal tersebut.
3. Jenazah tidak boleh diotopsi, dalam hal tertentu, otopsi dapat dilakukan setelah mendapat persetujuan dari pimpinan rumah sakit dan dilaksanakan oleh petugas rumah sakit yang telah mahir dalam hal tersebut.

Hal-hal yang Diperhatikan dalam Proses Keperawatan

Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan dalam proses keperawatan yaitu:

1. Segera mencuci kulit dan permukaan lain dengan air mengalir bila terkena darah atau cairan tubuh lain.
2. Dilarang memanipulasi alat suntik atau menyarungkan jarum suntik ke tutupnya. Buang semua alat atau benda tajam dalam wadah yang tahan tusukan (*ember khusus*).
3. Semua permukaan yang terkena percikan atau tumpahan darah atau cairan tubuh lainnya segera dibersihkan dengan cairan klorin 0,5 %.
4. Semua peralatan yang akan digunakan kembali harus diproses dengan urutan: dekontaminasi, pembersihan, desinfeksi, atau sterilisasi.
5. Sampah dan bahan terkontaminasi lainnya ditempatkan dalam kantong plastik.
6. Pembuangan sampah dan bahan yang tercemar sesuai pengolah sampah medis.

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

Rangkuman

Dari berbagai paparan di atas, maka pada bagian ini dapat dikerucutkan dalam beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Langkah-langkah pengurusan jenazah terdiri dari; 1) memandikan jenazah, 2) mengkafani jenazah, 3) menshalatkan jenazah, 4) mengubur jenazah.
2. Selama proses pengurusan jenazah seorang konselor rumah sakit harus memperhatikan tata cara berdasarkan aturan fiqih dan prosedur penanganan medis sebagai standar operasional.

Latihan

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

1. Bagaimana langkah-langkah pengurusan jenazah?
2. Apa saja yang harus diperhatikan dalam pengurusan jenazah?

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

SISTEM EVALUASI DAN PENILAIAN

A. Proses Penilaian Perkuliahan

Pengambilan nilai dalam mata kuliah Konseling Rumah Sakit ini menggunakan Sistem Evaluasi Penilaian sebagaimana dalam Buku Panduan Penyelenggaraan Pendidikan IAIN Sunan Ampel Tahun 2013 yang terdiri atas 4 macam penilaian:

1. Ujian Tengah Semester (UTS)

   UTS dapat dilaksanakan setelah mahasiswa menguasai minimal 6 paket I bahan perkuliahan (paket 1–6) . Materi UTS diambil dari pencapaian indikator pada tiap-tiap paket. Bentuk soal dapat berupa pilihan ganda, essay, atau perpaduan antara keduanya. Waktu ujian 1 jam perkuliahan (100 menit). Komponen dan jumlah soal diserahkan kepada Dosen pengampu matakuliah dengan skor maksimal 100.

2. Tugas

   Tugas merupakan produk (hasil kreatifitas) mahasiswa dari keunggulan potensi utama yang ada dalam dirinya. Hasil kreatifitas dapat disusun secara individual atau kelompok yang bersifat *futuristik* dan memberi manfaat bagi orang lain (bangsa dan negara). Petunjuk cara mengerjakan tugas secara lebih rinci diserahkan kepada Dosen pengampu. Skor tugas mahasiswa maksimal 100.

3. Ujian Akhir Semester (UAS)

   UAS dapat dilaksanakan setelah mahasiswa menguasai minimal 6 paket II bahan perkuliahan (paket 7–12). Materi UAS diambil dari pencapaian indikator pada tiap-tiap paket. Bentuk soal dapat berupa pilihan ganda, essay, atau perpaduan antara keduanya. Waktu ujian 1 jam perkuliahan (100 menit). Komponen dan jumlah soal diserahkan kepada Dosen pengampu matakuliah dengan skor maksimal 100.

4. *Performance*

   Performance, merupakan catatan-catatan keaktifan mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan mulai pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir antara 14–16 pertemuan. Dosen dapat memberi catatan pada setiap proses perkuliahan kepada masing-masing mahasiswa dengan

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

mengamati: (1) ketepatan waktu kehadiran dalam perkuliahan, (2) penguasaan materi (3) kualitas ide/respon terhadap materi yang dikaji, dan lain-lain (Dosen dapat menambah hal-hal lain yang perlu diamati).

Dosen merekap seluruh catatan selama perkuliahan, dan memberi penilaian performance pada masing-masing mahasiswa dengan skor maksimal 100.

Dosen dapat mengcopy absen perkuliahan, untuk memberi catatan-catatan penilaian *performance* atau membuat format sendiri. Catatan penilaian *performance* tidak diperkenankan langsung di dalam absen perkuliahan mahasiswa.

B. Nilai Matakuliah Akhir Semester

Nilai matakuliah akhir semester adalah perpaduan antara Ujian Tengah Semester (UTS) 20%, Tugas 30 %, Ujian Akhir Semester (UAS) 40 %, dan Performance 10 %.

Nilai matakuliah akhir semester dinyatakan dengan angka yang mempunyai status tertentu, sebagaimana dalam tabel berikut.

Angka Interval Skor (skala 100)	Skor (skala 4)	Huruf	Keterangan
91 – 100	3,76 – 4,00	A+	Lulus
86 – 90	3,51 – 3,75	A	Lulus
81 – 85	3,26 – 3,50	A-	Lulus
76 – 80	3,01 – 3,25	B+	Lulus
71 – 75	2,76 – 3,00	B	Lulus
66 – 70	3,51 – 2,75	B-	Lulus
61 – 65	2,26 – 2,50	C+	Lulus
56 – 60	2,01 – 2,25	C	Lulus
51 – 55	1,76 – 2,00	C-	Tidak Lulus
40 – 50	– 1,75	D	Tidak Lulus
<39	0	E	Tidak Lulus

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

Keterangan:

a. Nilai huruf C- dan D pada matakuliah akhir semester harus diulang dengan memprogram kembali pada semester berikutnya
b. Nilai huruf C dan C+ boleh diperbaiki dengan ketentuan harus memprogram ulang dan nilai huruf semula dinyatakan hangus/gugur
c. Rumus menghitung nilai matakuliah (NMK) akhir semester:

$$NMK = \frac{(NUTSx20)+(NTx30)+(NUASx40)+(NPx10)}{100}$$

NMK = Nilai Matakuliah
NUTS = Nilai Ujian Tengah Semester
NT = Nilai Tugas
NUAS = Nilai Ujian Akhir Semester
NP = Nilai Performance

d. NMK bisa dihitung apabila terdiri dari empat komponen SKS, yaitu: UTS, Tugas, UAS, dan performance. Apabila salah satu kosong (tidak diikuti oleh mahasiswa), maka nilai akhir tidak bisa diperoleh, kecuali salah satunya mendapat nol (mahasiswa mengikuti proses penilaian akan tetapi nilainya nol), maka nilai akhir bisa diperoleh.
e. Nilai akhir matakuliah, ditulis nilai bulat ditambah 2 angka di belakang koma. Contoh: 3,21. 2,80, dst.

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

DAFTAR PUSTAKA

Abimanyu, Soli, 1996, *Laboratorium Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Refika Aditama

Agus Riyadi, "*Dakwah terhadap Pasien* (*Telaah terhadap Model Dakwah melalui Sistem Layanan Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit*)," dalam *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam,* Vol. 3. No. 2., Juli – Des. 2012, Kudus: Prodi BKI STAIN Kudus

Ahmad Watik Pratiknya, dkk. 1986. *Etika, Islam, dan Kesehatan; Sumbangan Islam dalam Menghadapi Problema Kesehatan Indonesia.* Jakarta: Rajawali

Albānī, Muḥammad Nāṣir al-Dīn, 1999. *Tuntunan Lengkap Mengurus Jenazah*, Bandung: Gema Insani Press

Al-Maqdisi, Ibnu Qudamah, *al-Mughni*

Arifin, H.M., *1982. Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di Luar Sekolah*, Jakarta: Bulan Bintang

Arsyad, Azhar, 2008. *Media Konseling,* Jakarta: PT Radja Grafindo Persada

Ash Shiddiqie, Hasby, 1971. *Filsafat Hukum Islam,* Jakarta: Bulan Bintang

As-Sa'di, Abdurrahman bin Naashir, *Manhaj al-Saalikin*

As-Sayid, Kamaal, *Shohih Fikih Sunnah*

Damaiyanti, Mukhripah, 2008. *Komunikasi Terapeutik dalam Praktek Keperawatan,* Bandung: Refika Aditama

Daradjat, Zakiah, 1988. Kesehatan Mental, Jakarta: Haji Masagung

Dede & Herdi, 2013. *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, Bandung: Remaja Rosda Karya

Dirgagunarsa, Singgih, 1986. *Pengantar Psikologi*, Jakarta: Nusantara

Dokumen Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 996/Menkes/SK/VIII/2002 tentang Pedoman Penyelenggaraan Sarana

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

Pelayanan Rehablitasi Penyalahgunaan Dan Ketergantungan Narkotika, Psikotropika, Dan Zat Adiktif Lainnya (NAPZA)

Fahmi, Musthafa, 1977. *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat 2*, Jakarta: Bulan Bintang

Faqih, Aunur Rahim, 2004. *Bimbingan Konseling dalam Islam,* Yogyakarta: UII PRESS

Fatâwa al-Lajnah ad-Dâimah Lil Buhûts al-'Ilmiyah wa al-Ifta'

Glasse, Cepil, 1999. *Ensiklopedia Islam Ringkas,* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Gunawan, Adi W., 2012. *The Miracle of MindBody Medicine,* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

H. M. Arifin, 1982. *Pedoman Pelayanan Bimbingan Penyuluhan Agama* Jakarta: Golden Terayon

Hamalik, Oemar, 1994. *Media Pendidikan,* Bandung: PT. Citra Aditya Bhakti

Hassan, Othman Mukim, 1995. *Khulashah Kifayah Himpunan 600 Masalah Jenazah,* Malaysia: Pustaka Ilmu

Hawari, Dadang, 2004. *Kanker Payudara Dimensi Psikoreligius,* Jakarta: Fak. Kedokteran UI

Heinich, R., Molenda, M., dan Russel, J.D., 1982. *Instructional Media and The New Technologies of Instruction*, New York: John Wiley & Sons

Husen A. Bajry, 2008. *Be Your Own Doctor!: Tubuh Anda adalah Dokter yang Terbaik* (Bandung: Hayati Qualita

Kementrian Kesehatan RI bekerjasama dengan Unicef, *10 Pesan Hidup Sehat dalam Kedaruratan,* (Jakarta: Pusat Promosi Kemenkes RI, www.pomkes.depkes.go.id)

Lesmana, Jeanatte Murad, 2008, *Dasar-Dasar Konseling*, Jakarta: Universitas Indonesia Press

Marjuqoh, *Urgensi Iman dalam Mengatasi Stress: Tinjauan Psikologi Islam* (MIMBAR 'Agama dan Budaya': Jurnal Pengembangan Akademik IAIN Jakarta), Edisi: No. 38 Th. XV 1999/2000

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

Munawwir, Ahmad Warson, 2002. *Kamus Al Munawwir Arab-Indonesia,* Surabaya: Pustaka Progresif

Musnamar Thohari, 1992. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Press

Ningsih, Yusria, 2011. *Kesehatan Mental,* Surabaya: IAIN SA Press

Patricia Potter, dkk, 2005. *Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*, Alih bahasa Yasmin Asih, dkk, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC

Prayitno, dkk., 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling,* Jakarta: Rineka Cipta

Rahardjo, R., 1991, *Desain Media: Pengantar Pembuatan OHT*, Jakarta: NUFFI C/Depdikbud

Rasmi, 2001. *Keperawatan Kesehatan Mental Psikiatri Terintegrasi dengan Keluarga*, Jakarta: CV. Sagung Seto

Sarwono, SW., 1982. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Praktek Dokter*, Jakarta: Bulan Bintang

Siswanto, 2007. *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*, Yogjakarta: Andi

Soetjipto, *Berbagai Macam Adiksi Dan Penatalaksanaannya,* Jurnal Anima, Indonesia Psychological Journal, 2007 Vol. 23, No. 1

Sudjana, Nana dan Rivai, Ahmad, 2007. *Media Pengajaran*, Bandung: Sinar Baru Algensindo

Sukardi, Dewa Ketut, 1985, *Pengantar Teori Konseling (Suatu Uraian Ringkas*), Jakarta: Ghalia Indonesia

Sururin, 2004. *Ilmu Jiwa Agama,* Jakarta: RajaGrafindo Persada

Utsaimin, Ibnu, *Syarhu al-Mumti' 'Ala Zaad al-Mustaqni'*

Walgito, Bimo, 2005. *Bimbingan dan Konseling (studi & karir)*, Yogyakarta: Andi Offset

Willis, Sofyan, 2004, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta

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

Winkel, W.S., 1991. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah* Jakarta: Gramedia

Yuliawan, Teddi Prasetya, 2014. *NLP; The Art of Enjoying Life,* Jakarta: Serambi

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

CURRICULUM VITAE TIM PENULIS

MOHAMAD THOHIR, M.Pd.I lahir di Lumajang, 17 Mei 1979. Pendidikan Dasar di MI Islamiyah Gesang Tempeh Lumajang lulus tahun 1992, MTs Nurul Ihsan Tempeh Lumajang lulus tahun 1995, Madrasah Aliayah Negeri Surabaya lulus tahun 1998, Pendidikan S1 di Jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI) Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Ampel Surabaya tahun 1999-2003, Pendidikan S2 Konsentrasi Pendidikan Islam di Program Pascasarjana IAIN Sunan Ampel Surabaya lulus tahun 2008. Pernah mengenyam pendidikan diniyah di Pesantren Nurul Ihsan Tempeh Lumajang, 1995-1998. Selama kuliah S1 dan S2 tinggal di Pesantren Al Haqiqi Al Falahi Sidosermo Surabaya. Diangkat sebagai Pegawai Negeri Sipil di Fakultas Dakwah Pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2009.

Selama menjalani karir pernah menjadi guru dan Kepala Madrasah Diniyah “Ihya’ Ulumuddin” Sidosermo Surabaya tahun 2003 – 2006. Pada tahun 2004 sempat menjadi Juru Penerang pada BAZ (Badan Amil Zakat) Jawa Timur. Mengajar di Universitas Sunan Giri Surabaya tahun 2008-sekarang. Sejak tahun 2006 menjadi trainer bidang *Quantum Teaching, Classroom Management* dan *Brainbased Learning* pada Konsorsium Pendidikan Islam (KPI) Surabaya, sebuah lembaga training Nasional. Sejak tahun 2011 bergabung dengan UMI (UntukMu Indonesia) Surabaya sebuah lembaga training nasional dan berkontribusi membuat modul training *Effective Teaching, dan Manajemen Mutu Sekolah.*