

FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN

GANGGUAN MENTAL: Studi Kasus di Yayasan Panti Rehabilitasi

Mental Al-Hafish Sidoarjo

Skripsi

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian

Syarat Memperoleh Gelar Sarjana (S.Ag) dalam Program

Studi Agama-Agama



Oleh:

Mumtazah

NIM: E92217056

PRODI STUDI AGAMA-AGAMA

FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2021

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Mumtazah

NIM : E92217056

Program Studi : Studi Agama-Agama

Judul Skripsi : FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN
GANGGUAN MENTAL: Studi Kasus di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish
Sidoarjo

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 17 Januari 2022

Saya yang menyatakan,



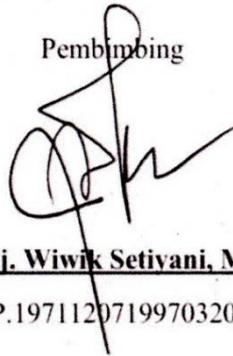
Mumtazah
E92217056

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul “FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL: Studi Kasus di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo” ditulis oleh Mumtazah telah disetujui pada tanggal 07 Januari 2022

Surabaya, 08 Januari 2022

Pembimbing



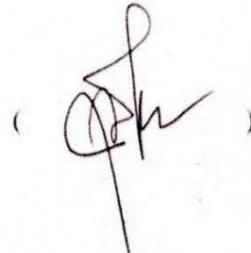
Dr. Hj. Wiwik Setivani, M.Ag.

NIP.197112071997032003

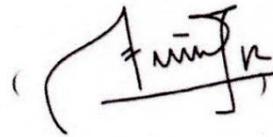
PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi berjudul “FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL: Studi Kasus di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo” yang ditulis oleh Sefriyanti Rahma ini telah diuji di depan Tim Penguji pada tanggal 10 Januari 2022

1. Prof. Dr. Wiwik Setyani, M.Ag.



2. Feryani Umi Rosidah, M.Fil.I



3. Dr. Nasruddin, M.A



4. Dr. Haqqul Yaqin, M.Ag



Surabaya, 17 Januari 2022



Dr. Kurniawati, M.Ag
NIP. 196409181992031002



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300

E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mumtazah
NIM : E92217056
Fakultas / Jurusan : Fakultas Ushuluddin dan Filsafat/Prodi Studi Agama-Agama
E-Mail address : mumtazah1927@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain

(.....)

yang berjudul :

FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL: Studi Kasus di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo. beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti NonEksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini. Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 17 Januari 2022

(Mumtazah)

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb. Alhamdulillah segala puji syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dalam bentuk skripsi yang berjudul “FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL: Studi Kasus di Yayasan Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo”. Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar S1 dalam Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, Program Studi Agama-Agama UIN Sunan Ampel Surabaya.

Dalam proses penulisan skripsi ini, saya mendapatkan banyak bantuan berupa bimbingan, doa, motivasi dan semangat dari berbagai pihak. Maka dari itu, dengan setulus hati, saya ingin menyampaikan ucapan terimakasih atas bantuan yang luar biasa dari semua pihak selama proses dari masa studi awal hingga selesainya penulisan skripsi ini:

1. Terimakasih yang sebesar-besarnya atas kebaikan Allah SWT, dengan kuasanya saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Tak lupa pula ucapan terimakasih kepada Baginda Nabi Muhammad SAW yang telah menjadi contoh sebaik-baiknya akhlak bagi manusia dan menunjukkan jalan kebenaran yaitu agama Islam.

2. Terimakasih saya sampaikan kepada kedua orang tua yang sangat saya hormati dan saya sayangi. Atas doa-doa yang dipanjatkan oleh Ayah, Ibu, dan Saudara-Saudara sehingga saya diberi kemudahan dan kelancaran. Atas bimbingan, semangat dan motivasi Alhamdulillah dapat membuat saya semangat untuk terus berjuang menyelesaikan skripsi ini.

3. Terimakasih saya ucapkan kepada bapak Dr. H. Kunawi Basyir, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, kepada ibu Dr. Feryani Umi Rosyidah, S.Ag. M.Fil,I selaku Ketua Program Studi Agama-Agama, kepada ibu . Hj. Wiwik Setiyani, M.Ag. selaku

pembimbing skripsi, serta jajaran para dosen yang telah memberi bimbingan dengan sabar, memberi pengetahuan baru dalam hidup saya.

4. Terimakasih saya ucapkan kepada teman-teman seperjuangan Studi Agama-Agama UIN Sunan Ampel yaitu Sefriyanti Rahma, Bella Loren, Tria Yuli Trisanti, Fadlilatul Laili Riza Rahmawati, Aulia Farhana, Siti Nur Halimah, Nur Lailatul Faizzah, dan Winda Maida Wati. Dan sahabat dan saudara saya Maulidya Nur Khorida, Indira Novia Fernanda, Indah Islamia, Nur Farida, dan Arqom Asyafi'I, serta semua teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu-satu. Kalian teman seperjuangan yang juga sebagai teman berdiskusi keilmuan.

Terimakasih atas support, dan motivasi kalian yang dapat membantu saya menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun guna menyempurnakan tulisan ini. Penulis berharap dalam skripsi ini memberi wawasan, informasi, dan manfaat kepada penulis pribadi dan khususnya kepada para pembaca Waalaikumussalam Wr. Wb.

Surabaya, 06 Januari 2022



Mumtazah

ABSTRAK

Skripsi ini mengkaji tentang bagaimana fungsi agama dalam proses penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo. Dimana, pada saat ini, manusia banyak salah kaprah tentang apa itu gangguan mental dan seringkali tidak ditangani dengan benar, maka dari itu dalam penelitian kali ini peneliti mengamati bagaimana cara penanganan pasien gangguan mental yang baik dan benar melalui terapi keagamaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kasus-kasus dan sebab pasien gangguan mental yang ada di Yayasan Al-Hafish dan mengetahui bagaimana pembinaan pasien di Yayasan Al-Hafish dengan melalui pendekatan keagamaan. Penelitian ini menggunakan jenis dan pendekatan kualitatif secara humanis serta menggunakan metode pengumpulan data dengan observasi, wawancara, dan analisa data. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori hierarki kebutuhan oleh Abraham H. Maslow, yaitu manusia memiliki lima tahapan kebutuhan dalam mencapai kesejahteraan hidup, secara tidak langsung agama juga termasuk dalam lima tahapan kebutuhan tersebut. Sumber data yang ada dalam penelitian ini diambil dari ketua yayasan, para pengurus, dan beberapa pasien di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa, Pertama, kasus-kasus dan sebab terjadinya gangguan mental pada pasien terjadi karena beberapa faktor, diantaranya, faktor ekonomi, faktor lingkungan, faktor pribadi, dan faktor spiritual. Kedua, Pasien di Yayasan Al-Hafish merupakan pasien dari Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya yang telah mendapatkan surat bebas secara social, namun pasien masih perlu di rehabilitasi agar kondisinya kembali normal, maka dari itu pasien ditempatkan di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo untuk proses pemulihan secara sosial dan dengan berbagai terapi keagamaan.

Kata Kunci: Rehabilitasi, Gangguan, Mental, Fungsi, Agama

DAFTAR ISI

LEMBAR KEASLIAN	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERSUTUJUAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan	6
D. Manfaat	6
E. Penelitian terdahulu	7
F. Metodologi Penelitian.....	11
G. Sistematika Pembahasan.....	15

BAB II AGAMA DAN GANGGUAN MENTAL

A. Peran dan Fungsi Agama Dalam Kehidupan Masyarakat	17
B. Agama Sebagai Terapi Penyembuhan Penyakit	20
C. Peran dan Fungsi Agama Dalam Kesehatan Mental Menurut Teori Kebutuhan Hierarki Abraham H. Maslow	24

D. Definisi dan Ragam Gangguan Mental.....	32
E. Terapi Gangguan Mental Melalui Ragam Terapi Islam	38

BAB III YAYASAN PANTI REHABILITASI MENTAL AL-HAFISH SIDOARJO

A. Awal Berdirinya Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.....	45
B. Visi, Misi, dan Tujuan Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo	47
C. Struktur Kepengurusan Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo	49
D. Proses Terapi Penyembuhan di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.....	49
E. Studi Kasus gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.....	53

BAB IV ANALISIS FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL DI YAYASAN PANTI REHABILITASI AL-HAFISH SIDOARJO

A. Faktor-Faktor Gangguan Mental pada studi kasus di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.....	58
B. Tahapan Penyembuhan Pasien Gangguan Mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.....	61
C. Kebutuhan Agama dalam Proses Terapi Penyembuhan Gangguan Mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.....	63

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era modern ini permasalahan kehidupan bermasyarakat makin kompleks, dimana manusia dihadapkan oleh problem kehidupan yang serba materialistis, egois dan individual. Pada saat ini hubungan antar manusia juga cenderung bersifat lebih mementingkan keuntungan untuk suatu tujuan yang diinginkan dengan cara apapun tanpa memikirkan pihak lain. Kondisi seperti ini juga mengharuskan manusia untuk benar-benar mampu bertahan mengendalikan dirinya, menyiapkan mental untuk berbagai problematika di era modern ini. Dalam mengatasi masalah kehidupan yang makin kompleks tersebut tergantung bagaimana manusia menghadapi berbagai permasalahan yang ada, baik faktor sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan lain sebagainya. Jika dapat mengendalikan permasalahan dengan bijaksana maka keseimbangan dan ketenangan hidup akan dicapai.¹

Akibat dari perubahan perkembangan dinamika di era modern yang semakin kompleks, maka terdapat pula perubahan psikis yang dialami oleh manusia, khususnya perubahan mental atau jiwa seseorang yang telah mengalami modernisasi kultur dan gaya hidup. Tekanan psikis atau mental seseorang disebabkan oleh ketidakserasian dan berujung pada gangguan kejiwaan atau biasa disebut dengan sakit jiwa. Jika seseorang mengalami tekanan psikis atau mental, maka tekanan tersebut akan mempengaruhi pikiran, perasaan, kelakuan, dan kesehatan fisik seseorang. Maka dari itu manusia harus memiliki keseimbangan dan kemampuan memecahkan segala problema yang ada dengan

¹ Zakiah darajat, *Kesehatan Mental* (Jakarta, 1995), 15-16.

percaya diri dan kepribadian yang solid dalam berkehidupan, dan dibutuhkan pula keseimbangan antara jasmani dan rohani.

Oleh karena itu manusia memiliki kebutuhan dalam hidup agar menciptakan kesejahteraan dan kenyamanan dalam hidupnya, jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi maka manusia akan merasa kurang dalam hidupnya, dan jika hal itu terjadi terus-menerus maka akan mengakibatkan ketidak tenangan dalam pikiran dan jiwa bahkan menyebabkan gangguan dalam kejiwaan. hal ini berkaitan dengan teori kebutuhan hierarki yang dikemukakan oleh Abraham H. Maslow, dalam teori hierarki kebutuhan ini manusia memiliki lima tingkatan kebutuhan dalam hidupnya, yaitu Kebutuhan Fisiologis (Faali), kebutuhan rasa aman, Kebutuhan akan Rasa Memiliki dan Rasa Cinta, Kebutuhan Akan Harga Diri, dan Aktualisasi Diri.²

Jiwa sendiri adalah sesuatu dalam diri manusia yang mencakup seluruh aspek dan dimensi psikis manusia yang di dalamnya terdapat segala kehidupan batin manusia dengan segala sifat-sifat dan potensinya. Terdapat tokoh Yunani kuno yaitu Democritus dengan teori atomnya berpendapat bahwa jiwa terdiri dari atom-atom yang lebih halus daripada atom badan. Atom jiwa berada di sela-sela atom tubuh dan mudah bergerak. Jadi, atom jiwa terdapat di seluruh bagian tubuh, hal ini dapat diibaratkan dengan getaran aliran listrik dalam kawat, maka seluruh kawat penuh dengan aliran listrik. Dalam kedua hal ini kita bisa mengambil persamaan bahwa listrik dan jiwa sama-sama tidak memiliki wujud namun memiliki gejala-gejala seperti gejala pada listrik yaitu panas, menyala, dan sebagainya, lalu gejala dari jiwa yaitu marah, sedih, gembira dan lain sebagainya.³

² Sndg Sejati, Skripsi, "*Hirarki Kebutuhan Menurut Abraham H. Maslow dan Relevansinya Dengan Kebutuhan Anak Usia Dini Dalam Pendidikan Islam*", (IAIN Bengkulu, 2018), 16-28.

³ Ki Fudyartanta, *Psikologi Umum 1&2*, (Yogyakarta, 2011), 4.

Ilmu jiwa atau Psikologi adalah suatu cabang dari ilmu pengetahuan yang mempelajari, memahami atau membahas fungsi-fungsi dari manusia. Banyak metode yang bisa mempelajari, memahami dan membahas ilmu-ilmu gangguan atau kelainan-kelainan jiwa, mental, dan sejenisnya, salah satunya dapat ditemukan dalam psikologi abnormal dan psikiatri. Psikologi abnormal mempelajari kelainan-kelainan jiwa tetapi dalam tingkat ringan, belum tingkatan gila sedangkan psikiatri ialah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang kelainan-kelainan dan penyakit jiwa manusia termasuk orang gila. Psikiatri juga termasuk dalam ilmu kedokteran atau medis, ahli psikiatri disebut dengan psikiater, sedangkan ahli psikologi disebut dengan psikolog. Semua orang pada umumnya perlu mempelajari ilmu tersebut karena kita adalah makhluk sosial dan selalu bergaul dengan berbagai macam jenis manusia.⁴

Jika seseorang terkena gangguan mental atau penyakit kejiwaan maka mereka memiliki perilaku yang abnormal seperti perilaku yang maladaptif, gangguan tersebut terjadi karena manusia tidak dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan kondisi dan situasi yang menuntutnya melakukan tindakan menyesuaikan diri dengan baik. Penyesuaian diri merupakan suatu tuntutan di dalam lingkungan kehidupan yang terus menerus terjadi terhadap individu, baik lingkungan dalam diri, maupun lingkungan luarnya. Lingkungan dalam diri sendiri mencakup kebutuhan-kebutuhan kejiwaan dan kondisi kejiwaan dalam diri individu, seperti impuls. Sedangkan penyesuaian diri dalam lingkungan luar adalah situasi yang ada di lingkungan sekitarnya, seperti tuntutan tugas dan sosial atau keadaan alam.⁵

Sedangkan di dalam agama Islam Psikopatologi atau gangguan jiwa dibagi menjadi dua kategori. Pertama, psikopatologi yang bersifat duniawi, merupakan gejala-

⁴ Ki Fudyartanta, 1.

⁵ Iin Tri Rahayu, "*Psikoterapi Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*", (Malang, 2009), 96.

gejala atau penyakit kejiwaan yang sebagaimana disebutkan dalam psikologi kontemporer. Kedua, psikopatologi yang bersifat *ukhrawi*, merupakan penyakit akibat penyimpangan terhadap norma-norma atau nilai-nilai moral, spiritual dan agama. Seperti pernyataan Al-Razi dalam *al-thibb al-ruhaniyah*, menyatakan bahwa salah satu bentuk psikopatologi adalah perilaku (akhlak) tercela, sedangkan akhlak (yang mahmudah) merupakan pengobatan rohani.⁶

Dalam mengatasi gangguan kejiwaan atau gangguan mental maka dilakukan psikoterapi. Secara harfiah psikoterapi berasal dari kata *psycho* yang berarti jiwa dan *therapy* yang berarti penyembuhan. Jadi psikoterapi merupakan penyembuhan jiwa atau usaha jiwa atau usaha mental. Psikoterapi juga diartikan sebagai pengobatan alam pikiran, atau lebih tepatnya pengobatan dan perawatan terhadap penderita gangguan psikis melalui metode psikologis. Pengetahuan psikoterapi berguna untuk membantu penderita dalam memahami dirinya, mengetahui sumber-sumber psikopatologi dan kesulitan penyesuaian diri serta memberikan perspektif masa depan yang lebih cerah dalam kehidupan jiwanya, membantu penderita mendiagnosis bentuk-bentuk psikopatologi serta membantu dalam menentukan langkah-langkah praktis dan pelaksanaan terapinya.

Selain psikoterapi kontemporer terdapat juga psikoterapi Islam. Psikoterapi Islam merupakan proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik dengan melalui bimbingan al-Qur'an dan as-sunnah nabi saw. Secara empiris yaitu bimbingan melalui pengajaran Allah swt, malaikat-malaikat-Nya, nabi dan rasul-Nya atau ahli waris para nabi-Nya. Sasaran atau objek yang menjadi fokus penyembuhan psikoterapi Islam adalah manusia yang menyangkut gangguan pada

⁶ Iin Tri Rahayu, 137.

mental, spiritual, moral (akhlak), dan fisik. Terdapat ayat dalam al-Qur'an yang menunjukkan bahwa agama mempunyai sifat terapeutik bagi gangguan jiwa.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

*“hai manusia sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman”*⁷

Maka dari itu tujuan penulis untuk membuat penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami bagaimana fungsi agama dalam proses penyembuhan atau proses rehabilitasi bagi pasien gangguan mental yang ada di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo. Bagaimana dan apa saja metode psikoterapi yang dilakukan untuk mengatasi gangguan kejiwaan atau gangguan mental di yayasan tersebut. Lalu mencoba meneliti tentang latar belakang apa saja yang menyebabkan seseorang bisa mengalami gangguan mental. Seperti yang kita ketahui banyak penyebab yang dapat mempengaruhi kesehatan mental baik dari faktor eksternal maupun internal dan cara mengatasi gangguan tersebut dengan melalui pendekatan psikologi agama yang akan dibahas di bab selanjutnya.⁸

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas, maka dirumuskan beberapa masalah dari judul skripsi **FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL : Studi Kasus di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo**“ diantaranya sebagai berikut :

⁷ Al-Qur'an, 10:57

⁸ Iin Tri Rahayu, “Psikoterapi Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer”, (Malang, 2009), 208-211.

1. Apa faktor dan Kasus Pada Pasien gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo?
2. Bagaimana pelaksanaan penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo?
3. bagaimana fungsi agama dalam proses penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo?

C. Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan latar belakang dan rumusan masalah yang dirumuskan diatas, maka penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui, dan menganalisis kasus-kasus gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo
2. Untuk mengetahui langkah-langkah dan metode yang digunakan untuk proses penyembuhan gangguan mental dan mengetahui kegiatan-kegiatan yang dilakukan pasien selama rehabilitasi di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo
3. Untuk mengetahui, menguraikan, dan menganalisis fungsi Agama dalam penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan selain dapat memiliki tujuan juga dapat memiliki manfaat sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan berguna untuk menambah wawasan dalam kajian Studi Agama-Agama khususnya dalam bidang Psikologi Agama mengenai penyembuhan gangguan mental melalui Agama. Diharapkan juga dapat menambah wawasan masyarakat tentang fungsi Agama dalam penyembuhan gangguan mental.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan sebagai kontribusi bagi kalangan akademisi dan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya. Penelitian ini juga diharapkan mampu menjadi rujukan atau referensi bagi penulis maupun pembaca sebagai bahan penambah wawasan tentang fungsi Agama dalam penyembuhan gangguan mental.

F. Penelitian Terdahulu

Dalam melakukan penelitian ini, untuk memperkuat serta menelaah, maka peneliti telah melakukan beberapa tinjauan pada literature yang sudah ada. Beberapa tinjauan dan dengan judul-judul penelitian yang senada didapatkan dari beberapa linimasa seperti pada *Digital Library* UIN Sunan Ampel Surabaya hingga pencarian pada *Google Scholar*, yaitu:

Pertama, karya Udy Hariyanto⁹, dalam penelitian ini menjelaskan bahwa pengaruh bimbingan agama terhadap jamaah majelis Rasulullah di Pancoran Jakarta Selatan menunjukkan bahwa ada pengaruh positif antara bimbingan agama terhadap kesehatan mental, adanya hubungan cukup berarti atau sedang antara hubungan variabel bimbingan agama dan variable kesehatan mental, bimbingan agama memiliki pengaruh

⁹ Udy Hariyanto, Skripsi, “*Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Kesehatan Mental Jamaah Majelis Rasulullah Pancoran Jakarta Selatan*”, UIN Syarif Hidayatullah, 2015, 1.

sebesar 48% terhadap kesehatan mental jamaah Majelis Rasulullah Pancoran Jakarta Selatan selebihnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar dari bimbingan keagamaan, namun dalam penelitian ini tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan dari bimbingan agama terhadap jamaah Majelis Rasulullah Pancoran Jakarta Selatan. penelitian ini memiliki aspek kesamaan dalam mengambil peran agama terhadap bimbingan kesehatan mental pada manusia dan memiliki perbedaan dalam objek yang diteliti, yaitu anak-anak sedangkan pada penelitian kali ini penulis menggunakan objek pasien gangguan mental.

Kedua, karya Lailul Fatihin¹⁰, Dari penelitian ini dapat dijelaskan bahwa urgensi doa sebagai penguatan mental pasien, menerima doa sebagai kekuatan saat sedang sakit, saat berdoa pasien menghayati dan bergetar hatinya, pasien merasa lebih ikhlas menerima musibah atau penyakit yang dialami, dan mulai bisa berinteraksi dengan keluarga, pasien juga merasakan hatinya tenang dan sabar, merasakan anggota badan membaik, sebelum operasi merasakan ketentraman hati, selalu mengingat Allah dan ikhlas menghadapi kenyataan setelah operasi, mulai bisa berinteraksi dengan lingkungan.¹¹ Penelitian ini menunjukkan bagian dari agama yaitu ibadah dapat berperan sebagai proses penyembuhan bagi pasien di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gresik dengan metode Doa dan Quantum ikhlas, perbedaan dari penelitian yang akan ditulis oleh penulis kali ini adalah penulis akan fokus pada fungsi agama itu sendiri dalam proses penyembuhan pasien gangguan mental.

ketiga, Anwariah Salsabila¹², Dalam penelitian ini peneliti memilih rumusan masalah yaitu bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang ketenangan jiwa dalam Al-Qur'an

¹⁰ Lailul Fatihin, Skripsi, “*Doa dan Terapi Quantum Ikhlas: Penguatan Mental Pasien di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sekapuk Gresik*”, UIN Sunan Ampel, 2019, 1.

¹¹Lailul Fatihin, 6.

¹² Anwariah Salsabila, Skripsi, “*Pemeliharaan Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Ayat-Ayat Ketenangan Jiwa dengan Pendekatan Psikologi)*”, UIN Sunan Ampel, 2020.

dan bagaimana kontekstualisasi penafsiran ayat-ayat ketenangan jiwa terhadap pemeliharaan kesehatan mental.¹³ Dalam penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa dalam ayat suci Al-Qur'an terdapat ayat-ayat yang dapat memberi ketenangan jiwa, ayat-ayat tersebut juga sebagai peran dalam menjaga kesehatan mental, dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan psikologi dalam penelitiannya. penelitian ini berfokus kepada ayat-ayat ketenangan jiwa dalam Alquran yang sudah dipaparkan penafsirannya diatas, dan pada akhirnya di kontekstualisasikan dengan kehidupan saat ini yang menghasilkan beberapa cara atau metode pemeliharaan kesehatan mental itu sendiri, diantaranya adalah: ketenangan jiwa dalam kondisi berperang (metode Sahdzan), ketenangan jiwa dalam ketauhidan (metode Imaniyah), ketenangan jiwa dalam ibadah (metode Ubudiyah), ketenangan jiwa dalam dzikir (metode Ilahiyyah), ketenangan jiwa dalam jiwa yang semu (metode Islamiyyah), dan Kriteria golongan yang tenang jiwanya. Dalam penelitian ini memiliki kesamaan aspek dalam mengangkat psikologi sebagai pendekatan dan terdapat juga perbedaan dari penelitian yang penulis buat yaitu konsep peneliti sebelumnya menjelaskan bagaimana ayat-ayat suci Al-Qur'an menjadi alat sebagai pemeliharaan mental manusia. Dalam penelitian yang dibuat oleh penulis kali ini adalah bagaimana penerapan ayat tersebut bagi penderita gangguan mental.

keempat, karya Ana Fitriana¹⁴, Dalam penelitian ini peneliti memiliki perumusan masalah yaitu bagaimana keadaan mental anak yatim di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang dan bagaimana pelaksanaan bimbingan agama Islam dalam mengembangkan kesehatan mental anak yatim di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang.¹⁵ Dalam penelitian ini dapat ditemukan bahwa Keadaan mental anak yatim

¹³ Anwariah Salsabila, 13.

¹⁴ Ana Fitriana, Skripsi, "*Bimbingan Agama Islam dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Anak Yatim di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang*", UIN Walisongo, 2017, 1.

¹⁵ Ana Fitriana, 8.

di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang dapat dilihat dari empat aspek, yaitu: pertama, penyesuaian diri. Kedua, pemanfaatan potensi. Ketiga, keadaan emosi. Keempat, tercapainya kebahagiaan pribadi dan orang lain. Bimbingan agama Islam di Panti Asuhan Baitussalam menunjukkan adanya hubungan yang sangat erat dengan keadaan kesehatan mental anak yatim. Dalam penelitian ini agama ikut berperan bagi perkembangan mental anak-anak panti asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang, terdapat kesamaan aspek dengan penelitian yang penulis buat yaitu peran agama dalam perkembangan mental dan terdapat pula perbedaan pada objek yang akan diteliti.

kelima, Karya Heni Yulianti¹⁶ Peneliti menemukan pemahaman bahwa Hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan agama dan keyakinan serta kesehatan mental, terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan Yang Maha Tinggi. Kontribusi agama Islam sangat penting dalam membentuk manusia yang sehat mental sekaligus dapat menyembuhkan mereka yang mengalami gangguan mental. Kontribusi agama Islam terhadap kesehatan mental yaitu, Ketenangan dan ketentraman jiwa, Mengembangkan dan memanfaatkan potensi, dan Hidup bermakna dan bahagia.¹⁷ Aspek perbedaan dari peneliti terdahulu dan penulis adalah penelitian ini adalah menjelaskan tentang agama Islam terhadap kesehatan mental secara menyeluruh sedangkan penelitian yang penulis buat adalah bagaimana penerapan agama tersebut dalam proses penyembuhan gangguan mental.

Keenam, karya Dr.Hj.Wiwik Setiyani,M.Ag¹⁸, Menjelaskan bahwa manusia memiliki sifat yang dinamis, dalam menjaga keseimbangan jiwa. Terdapat banyak hal

¹⁶ Heni Yuliyanti, Skripsi, “*Kontribusi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental*”, UIN Raden Intan, 2019, 1.

¹⁷ Heni Yuliyanti, 113-115.

¹⁸ Wiwik Setiyani, “*Religious Behavior And Self-Defense Method: A Study Of Patient With Bipolar Disorder*”, Jurnal Psikologi Islami, Vol. 6 No. 2, Desember, 2020, 11.

yang berkaitan dengan mental manusia. Salah satunya adalah masalah kehidupan seperti konflik pada keluarga Berdasarkan hasil observasi, wawancara mendalam dan dokumen yang terkait dengan salah satu rumah sakit jiwa peneliti dapat menganalisis pada pasien bipolar. Metode yang dipilih untuk menganalisis permasalahan ini milik Freud dan Jung tentang konsep pertahanan diri. tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis kondisi kejiwaan pasien pengidap bipolar dengan menemukan faktor-faktor yang mempengaruhinya Dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa meskipun dengan kondisi bipolar namun pengalaman hidup membentuk spiritualitas dengan berzikir terus menerus dan melakukan ibadah shalat dapat menjadi salah satu solusi alternatif sebagai penyembuh dengan melibatkan peran keluarga. Terdapat kesamaan aspek dalam metode penyembuhan gangguan mental melalui peran agama yaitu berzikir.

G. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif. Pengamatan kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial secara fundamental bergantung pada pengamatan terhadap manusia kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang-orang tersebut dalam bahasanya dan dalam peristilahannya.¹⁹ Dalam pengamatan kualitatif. Penelitian kualitatif memiliki ciri atau karakteristik tersendiri dari penelitian lainnya, untuk menemukan sesuatu dalam pengamatan, peneliti harus mengetahui apa yang menjadi ciri sesuatu itu.²⁰ Dalam penelitian kualitatif ini bersifat deskriptif, karena data-data yang terkumpul merupakan kata-kata, bukan angka. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan kualitatif karena peneliti ingin mempelajari,

¹⁹ Pupu Saeful Rahmat, “*Penelitian Kualitatif*”, Jurnal Equilibrium, Vol. 5, No. 9, 2009.

²⁰ Pupu Saeful Rahmat, 6.

memahami serta menganalisis data lapangan dari fungsi agama dalam proses penyembuhan gangguan mental. Dari data yang didapat tersebut kemudian peneliti dapat memproses data hingga menghasilkan data yang sistematis serta akurat. Penelitian dengan pendekatan kualitatif juga bisa dimaksud dengan penelitian yang mencari makna dari suatu peristiwa dengan cara berinteraksi dengan pihak-pihak yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.²¹

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian humanis, pendekatan humanis merupakan cara memandang manusia sebagai subyek yang bebas untuk menentukan arah hidupnya. Manusia bertanggung jawab atas hidupnya sendiri dan atas hidupnya orang lain. Peneliti dapat meneliti dan memahami fungsi agama dalam proses penyembuhan pada pasien gangguan mental yang ada di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo. Psikologi agama sendiri adalah salah satu studi agama tentang apa yang dirasakan oleh pemeluk agama, apa yang dirasakan serta bagaimana pengalaman-pengalaman dalam hidupnya. Dalam hal ini peneliti dapat mengetahui bagaimana cara dan fungsi agama dalam proses penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo. Melalui psikologi agama peneliti juga dapat menemukan penjelasan tentang faktor-faktor yang melatarbelakangi pasien gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo. Selain itu, studi pustaka juga digunakan sebagai penunjang dalam penelitian ini.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam menggali informasi serta data-data, penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data seperti:

²¹ Lexy J. Moleong, "*Metodologi Pendekatan Kualitatif*", (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2007), 6.

a. Observasi

Metode observasi merupakan salah satu dasar fundamental dari semua metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif, khususnya menyangkut ilmu-ilmu sosial dan perilaku manusia.²² Observasi juga merupakan proses pengamatan yang sistematis dari aktivitas manusia dan pengaturan fisik dimana kegiatan tersebut berlangsung secara terus menerus dari aktifitas yang alami untuk menghasilkan fakta. Sedangkan menurut Morris mendefinisikan observasi sebagai aktivitas mencatat suatu gejala dengan bantuan instrumen-instrumen dan merekamnya dengan tujuan ilmiah atau tujuan lain. Dikatakan lebih lanjut bahwa observasi merupakan kumpulan kesan tentang dunia sekitar berdasarkan dengan kemampuan daya tangkap panca indera manusia. Dengan penelitian ini, peneliti akan meneliti dengan terjun lapangan, peneliti akan mendatangi beberapa Tokoh yang terlibat dalam proses penyembuhan gangguan mental melalui agama sebagai narasumber untuk mencari data-data yang valid tentang fungsi agama dalam proses penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan observasi partisipasi. Dimana observasi ini merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti dengan keseharian narasumber dalam melakukan pengamatan.

b. Wawancara

Wawancara merupakan proses tanya jawab antara peneliti dengan narasumber atau informan yang berlangsung secara lisan, peneliti akan mendapat data dari bertatap muka dan langsung mendengarkan keterangan-keterangan atau informasi yang disampaikan oleh informan.²³ pada penelitian ini penulis akan mewawancarai ketua dari

²² Hasyim Hasanah, "Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial)", *Jurnal at taqaddum*, Vol. 8, No. 1, 2016, 26.

²³ Cholid Narbuko dan H. Abu Achmadi, "Metodologi Penelitian" (Jakarta, 2009), 83.

pengurus yayasan panti rehabilitasi mental Al-hafish yaitu bapak Sodikin yang juga merupakan tim kesehatan di RSJ Menur Surabaya. Selain ketua Yayasan, terdapat juga lima pasien penderita gangguan yang akan menjadi informan dalam penelitian ini, yaitu: HK, IN, UR, SH, BM. Wawancara dilakukan peneliti untuk menilai dan mengetahui perubahan yang dialami pasien gangguan mental setelah mendapatkan penanganan melalui pendekatan agama. Dalam hal ini peneliti mengambil informan yang dapat memberikan informasi terkait penelitian tersebut. Peneliti melakukan wawancara tidak terstruktur atau wawancara mendalam kepada orang-orang yang terlibat di Yayasan Panti Rehabilitasi Al-Hafizh Sidoarjo dalam penelitian ini, Wawancara dilakukan dengan alat alat antara lain buku, pulpen, dan handphone.

Selain ketua Yayasan, terdapat juga lima pasien penderita gangguan yang akan menjadi informan dalam penelitian ini, yaitu: HK, IN, UR, SH, AN.

3. Analisa Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode analisis deskriptif untuk menganalisis data. Metode analisis deskriptif sendiri merupakan suatu metode yang fungsinya untuk menggambarkan objek yang sedang diteliti melalui data yang diperoleh, kemudian diolah serta dianalisis untuk menarik kesimpulan.²⁴ Dalam hal ini teknik yang digunakan adalah:

a. Reduksi Data

Reduksi data dapat diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Reduksi data merupakan bagian dari analisis. Reduksi data

²⁴ Sugiyono, “*Memahami Penelitian Kualitatif*” (Bandung, 2009), 29.

merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa hingga kesimpulan-kesimpulan finalnya dapat ditarik dan diverifikasi.

b. Penyajian Data

Setelah menyelesaikan langkah reduksi data, kemudian peneliti masuk pada langkah selanjutnya, yaitu penyajian data dengan menyajikan seluruh data dari pra penelitian, proses penelitian, dan akhir penelitian.

c. Kesimpulan dan Verifikasi

Pada sebelumnya tidak ada kesimpulan untuk penelitian kualitatif, dan ini merupakan sebuah penemuan baru. Temuan tersebut bisa berbentuk gambaran objek yang masih belum jelas, kemudian menjadi gambaran yang jelas setelah diteliti atau dikaji.²⁵

H. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah proses dalam sebuah penelitian dan untuk membuat sebuah laporan, maka disusun sistematika pembahasan sebagai berikut :

Bab pertama, dalam bab ini peneliti memberikan gambaran secara umum dan menyeluruh tentang pokok permasalahan yang dibahas dalam penulisan tentang fungsi agama dalam proses penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Al-Hafizh Sidoarjo. Bab pertama terdiri dari beberapa sub bab yaitu latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

Bab kedua, membahas tentang bagaimana pelaksanaan fungsi agama dalam proses penyembuhan gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh

²⁵ Sugiyotno, “*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*”, (Bandung, 2014), 252.

Sidoarjo. Dalam bab ini berisi kajian teori, yang berisi mengenai teori-teori yang akan dipakai peneliti dalam penelitiannya, serta menjabarkan pengertian-pengertian dari pembahasan penelitian.

Bab ketiga, data dan berisi tentang profil lokasi yang digunakan peneliti dalam melakukan penelitian.

Bab keempat, merupakan hasil penelitian, yang meliputi temuan-temuan yang didapat oleh peneliti, serta menjawab rumusan masalah kemudian dianalisis sesuai situasi dan kondisi di lapangan.

Bab kelima, merupakan kesimpulan seluruh isi materi, saran, lampiran-lampiran yang berkaitan sebagai pendukung dari penelitian, daftar pustaka.

BAB II

FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL

A. Peran dan Fungsi Agama Dalam Kehidupan Masyarakat

Pada dasarnya manusia merupakan (*homo religious*) atau manusia beragama. Agama merupakan pengalaman dunia di dalam diri manusia tentang ketuhanan disertai dengan iman dan ibadah untuk mencari kebahagiaan rohani serta kebahagiaan di dunia dan akhirat.¹ Agama memiliki pengaruh yang besar terhadap sikap dan perilaku manusia, karena cara berfikir, bereaksi, bersikap serta bertingkah laku seseorang tergantung pada keyakinannya, dan keyakinan tersebut akan masuk kedalam konstruksi kepribadiannya.² Orang yang memiliki kesadaran agama yang baik maka kehidupannya akan baik pula dan begitupun sebaliknya. Hal ini terjadi karena kesadaran agama merupakan dinamika psikologis seseorang yang meliputi pengetahuan akan agama, rasa keagamaan, pengalaman ketuhanan, keimanan dan tingkah laku keagamaan yang terorganisasi dalam sistem mental dan kepribadian.³

Dalam perspektif teologis agama dimaknai sebagai seperangkat ajaran yang mengatur hubungan antara manusia dengan Tuhannya, manusia satu dengan manusia lainnya, dan antara manusia dengan alam lingkungannya. Melton Yinger mendefinisikan agama sebagai sistem keyakinan dan praktek yang digunakan oleh sekelompok masyarakat dalam berhadapan dengan problem-problem ultimate kehidupan manusia, masalah terakhir dari kehidupan ini. Agama merupakan suatu penolakan untuk menyerah

¹ Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*, (Bandung: Sinar Baru, 1991), 46

² Zakiah Darajat, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1971), 2.

³ Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2004), 98.

kepada kematian dan pasrah di hadapan frustrasi.⁴ Atau istilah lain, agama merupakan sistem kepercayaan dan peribadatan yang digunakan oleh berbagai bangsa dalam perjuangan mereka dalam mengatasi persoalan-persoalan tertinggi dalam kehidupan manusia.⁵

Agama merupakan suatu sistem nilai yang didalamnya memuat norma-norma tertentu bagi kehidupan individu.⁶ Secara umum norma-norma tersebut menjadi acuan untuk cara bertingkah laku agar sejalan dengan keyakinan yang dianutnya. Sistem nilai agama juga memiliki arti khusus dalam kehidupan setiap individu serta dipertahankan sebagai ciri khas. Dalam pengalaman kehidupan nyata dapat disaksikan perbedaan antara individu yang beriman dan hidup menjalankan sesuai aturan agamanya, dengan orang yang tidak beriman atau acuh tak acuh terhadap agamanya. Individu yang beriman sikapnya lebih tenang, tidak merasa gelisah atau cemas lain halnya dengan individu yang terlepas dari ikatan agama, mereka biasanya mudah terguncang, dan selalu merasa gelisah.⁷

Masalah agama tak akan mungkin dapat dipisahkan dari kehidupan masyarakat, karena agama itu sendiri ternyata diperlukan dalam kehidupan bermasyarakat. Dalam prakteknya agama memiliki beberapa fungsi dalam masyarakat, yaitu, *pertama*, Fungsi edukatif. Para penganut agama berpendapat bahwa ajaran agama yang mereka anut memberikan ajaran-ajaran yang harus dipatuhi. Ajaran agama secara yuridis berfungsi menyuruh dan melarang. Kedua unsur suruh dan larangan ini mempunyai latar belakang

⁴ Brian Morris, "*Antropologi Agama : Kritik Teori-Teori agama Kontemporer*", (Yogyakarta, AK Gorup : 2003), Cet.1, 105-9.

⁵ Betty R. Scharf, "*Sosiologi Agama*", (Jakarta, Kencana : 2004), 35.

⁶ Bambang Syamsul Arifin, "*Psikologi Agama*", (Bandung: 2008), 143.

⁷ Mulyadi, "*Agama dan Pengaruhnya Dalam Kehidupan*", Jurnal Tarbiyah Al-Awlad, Vol. 6 No. 2, 2016, 557.

mengarahkan bimbingan agar pribadi penganutnya menjadi baik dan terbiasa dengan yang baik menurut ajaran agama masing-masing.⁸

Kedua, fungsi Penyelamat. Dimanapun manusia berada dia selalu menginginkan dirinya selamat. Keselamatan yang diajarkan oleh agama. Keselamatan yang diberikan oleh agama kepada penganutnya adalah keselamatan yang meliputi dua alam yaitu dunia dan akhirat. Dalam mencapai keselamatan itu agama mengajarkan para penganutnya melalui: pengenalan kepada masalah sakral, berupa keimanan kepada Tuhan.

Ketiga, Berfungsi Sebagai Pendamaian Melalui agama. Seseorang yang bersalah atau berdosa dapat mencapai kedamaian batin melalui tuntunan agama. Rasa berdosa dan rasa bersalah akan segera menjadi hilang dari batinnya apabila seseorang pelanggar telah menebus dosanya melalui :tobat, penyucian ataupun penebusan dosa.

Keempat, fungsi Sebagai Sosial Kontrol. Para penganut agama sesuai dengan ajaran agama yang dipeluknya terikat batin kepada tuntunan ajaran tersebut, baik secara pribadi maupun secara kelompok. Ajaran agama oleh penganutnya dianggap sebagai pengawasan sosial secara individu maupun kelompok.

Kelima, Berfungsi Sebagai Pemupuk Rasa Solidaritas. Para penganut agama yang sama secara psikologis akan merasa memiliki kesamaan dalam satu kesatuan: iman dan kepercayaan. Rasa kesatuan ini akan membina rasa solidaritas dalam kelompok maupun perorangan, bahkan terkadang dapat membina rasa persaudaraan yang kokoh.

Keenam, fungsi Transformatif Ajaran agama dapat mengubah kehidupan kepribadian seseorang atau kelompok menjadi kehidupan baru sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya. Kehidupan baru yang diterimanya berdasarkan ajaran agama yang

⁸ Thouless, Robert. H, *Pengantar Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali, 1992), 100.

dipeluknya itu kadangkala mampu mengubah kesetiaannya kepada adat atau norma kehidupan yang dianutnya sebelum itu.

Ketujuh, fungsi Kreatif. Ajaran agama mendorong dan mengajak para penganutnya produktif bukan saja untuk kepentingan dirinya sendiri, tetapi juga untuk kepentingan orang lain. Penganut agama bukan saja disuruh bekerja secara rutin dalam pola hidup yang sama, akan tetapi juga dituntut untuk melakukan inovasi dan penemuan baru.⁹

Kedelapan, fungsi Sublimatif. Ajaran agama mengkuduskan segala usaha manusia, bukan saja yang bersifat agama ukhrawi, melainkan juga yang bersifat duniawi. Segala usaha manusia selama tidak bertentangan dengan norma norma agama, bila dilakukan atas niat tulus, karena dan untuk Allah merupakan ibadah.¹⁰

Menurut Prof. Dr. Hamka, fungsi dan peranan agama itu ibaratkan “tali kekang”, yaitu kekang dari pada pengumbaran akal pikiran, tali kekang dari pada gejolak hawa nafsu (yang angkara murka), dan tali kekang dari pada ucap dan perilaku (yang keji dan biadab). Agama menuntun perjalanan hidup manusia agar tetap berada diatas jalan lurus (shirotol mustaqim) yang diridhai oleh Allah Swt.¹¹ Menurut hukum Islam, agama berfungsi sebagai sarana untuk mengatur sebaik mungkin dan memperlancar proses interaksi sosial sehingga terwujudnya masyarakat yang harmonis, aman, dan sejahtera.¹²

B. Agama Sebagai Terapi Penyembuhan Penyakit

Dalam agama setiap aspek kehidupan selalu di atur baik itu hal-hal besar seperti beribadah, pola makanan yang sehat, berpuasa, pekerjaan sampai pada hal-hal yang kecil

⁹ Thouless, Robert. H, 103-104.

¹⁰ Thouless, Robert. H, “*Pengantar Psikologi Agama*”, (Jakarta: Rajawali, 1992), 105.

¹¹ Muhaimin, “*Problema Agama Dalam Kehidupan Manusia*”, (Jakarta: Kalam Mulia, 1989), 16.

¹² Rois Mahfud, *Al-Islam Pendidikan Agama Islam*, (Palangkaraya: Erlangga, 2011), 129.

dalam kehidupan sehari-hari seperti berpakaian, memakai sandal, keluar rumah dan lain-lain. dengan beragama seseorang lebih merasa tenang, bahagia dan bersyukur dengan kehidupannya.¹³ Maka dari itu agama juga dapat menjadi media untuk penyembuhan penyakit melalui terapi yang disebut dengan psikoterapi.

Psikoterapi adalah proses yang digunakan profesional dibidang kesehatan mental untuk membantu mengenali, mendefinisikan, dan mengatasi kesulitan interpersonal dan psikologis yang dihadapi individu dan meningkatkan penyesuaian diri mereka.¹⁴ Dalam pengertiannya psikoterapi adalah pengobatan secara psikologis untuk masalah yang berkaitan dengan pikiran, perasaan dan perilaku. Psikoterapi (Psychotherapy) berasal dari dua kata, yaitu “Psyche” yang artinya jiwa, pikiran atau mental dan “Therapy” yang artinya penyembuhan, pengobatan atau perawatan. Oleh karena itu, psikoterapi disebut juga dengan istilah terapi kejiwaan, terapi mental, atau terapi pikiran. Psikoterapi adalah perawatan dan penyembuhan gangguan jiwa dengan cara psikologis. Istilah tersebut mencakup berbagai teknik yang kesemuanya dimaksudkan membantu individu yang emosinya terganggu untuk mengubah perilaku dan perasaannya, sehingga mereka dapat mengembangkan cara yang bermanfaat dalam menghadapi orang lain.¹⁵

Dalam ajaran Islam, selain diupayakan adanya psikoterapi duniawi juga terdapat psikoterapi ukrawi psikoerapi ukrawi merupakan petunjuk (hidayah) dan anugerah dari Allah Swt. Psikoterapi duniawi merupakan hasil ijtihad (daya upaya) manusia, berupa teknik-teknik pengobatan kejiwaan yang didasarkan atas kaidah kaidah insaniyah. Kedua model psikoterapi ini sama pentingnya. Berdasarkan uraian di atas tampak bahwa

¹³ Suci Rakhmawati, “*Peran Agama Dalam Kesehatan (Sains)*”, Jurnal, 2021, Vol. 1, No. 1, 2.

¹⁴ Alex Sabaur, “*Psikoterapi Umum*”, (t.t.: Pustaka saka, 2003), 16.

¹⁵ Luluk Indarinul Mufidah, “*Pentingnya Psikoterapi Agama Dalam Kehidupan Di Era Modern*”, Jurnal, 2015, Vol. 1, No. 2, 183.

pendekatan pencaharian psikoterapi islami didasarkan pada kemahakuasaan tuhan dan upaya manusia.¹⁶

Muhammad Mahmud, seorang psikolog muslim ternama, membagi psikoterapi Islam dalam dua kategori, Pertama, bersifat duniawi, berupa pendekatan dan teknik-teknik pengobatan psikis setelah memahami psikopatologi dalam kehidupan nyata. Kedua, bersifat ukhrawi, berupa bimbingan mengenai nilai-nilai moral, spiritual dan agama.¹⁷ Psikoterapi dalam Islam dapat menyembuhkan semua aspek psikopatologi, baik yang bersifat duniawi maupun ukhrawi. Sedangkan Muhammad Abd al-.,Aziz al-Khalidi membagi obat (syifa“) ke dalam dua bagian, Pertama, obat hissi, yaitu obat yang dapat menyembuhkan penyakit fisik, seperti berobat dengan madu, air buah-buahan yang disebutkan dalam al-Quran. Kedua, obat ma“nawi, obat yang sunnahnya menyembuhkan penyakit ruh dan kalbu manusia, seperti doa-doa dan isi kandungan dalam al-Quran. Pembagian dua kategori obat didasarkan atas asumsi bahwa dalam diri manusia terdapat dua substansi yang bergabung menjadi satu, yaitu jasmani dan rohani.¹⁸

Mental yang sehat (secara psikologi) menurut Maslow dan Mittlemenn adalah sebagai berikut: *Pertama, Adequate feeling of security*, rasa aman yang memadai yaitu berhubungan dengan merasa aman dalam hubungannya dengan pekerjaan, sosial dan keluarganya. *Kedua, Adequate self-evaluation*: kemampuan memulai dari diri sendiri. *Ketiga, Adequate spontaneity and emotionality*, memiliki spontanitas dan perasaan yang memadai dengan orang lain. *Keempat, Efficient contact with reality*, mempunyai kontak yang efisien dengan realitas. *Adequate bodily diseres and ability to gratify them*,

¹⁶ Luluk Indarinul Mufidah, 186.

¹⁷ Muhammad Mahmud, “*Ilm al-Nafs al-Ma’asbir Fi Dbaw’i al-Islam*”, (Jiddah: Dar AL-Syuruq, 1984), 402.

¹⁸ Luluk Indarinul Mufidah, “*Pentingnya Psikoterapi Agama Dalam Kehidupan Di Era Modern*”, Jurnal, 2015, Vol. 1, No. 2, 187.

keinginan-keinginan jasmani yang memadai dan kemampuan untuk memuaskannya. *Kelima, Adequate self-knowledge*, mempunyai pengetahuan yang wajar. *Keenam, Integrity and consistency of personality*, kepribadian yang utuh dan konsisten. *Ketujuh, Adequate life good*, memiliki tujuan hidup yang wajar. *Kedelapan, Ability to satisfy the requirements of the group*, kemampuan memuaskan tuntutan kelompok. *Kesembilan, Adequate emancipation from the group or culture*, mempunyai emansipasi yang memadai dari kelompok atau budaya.¹⁹

selain itu untuk memberi kesejahteraan dalam hidup, manusia membutuhkan motivasi. Dalam teori hierarki kebutuhan yang dikemukakan oleh Abraham H. Maslow, ada lima tingkatan dalam hidup manusia dan pada tingkatan keempat yaitu Kebutuhan Harga Diri (*Self Esteem*). Manakala kebutuhan dimiliki dan mencintai telah relatif terpuaskan, kekuatan motivasinya melemah, diganti motivasi harga diri.²⁰ Motivasi adalah kekuatan penggerak yang membangkitkan aktivitas pada makhluk hidup dan menimbulkan tingkah laku serta mengarahkannya menuju tujuan tertentu. Menurut Hoy dan Miskel yang dikutip oleh Abdul Rahman Shaleh menyatakan bahwa motivasi adalah kekuatan-kekuatan yang kompleks, dorongan-dorongan, kebutuhan kebutuhan, pernyataan-pernyataan, ketegangan (tension states) atau mekanisme mekanisme lainnya yang memulai dan menjaga kegiatan-kegiatan yang diinginkan ke arah pencapaian tujuan-tujuan personal.²¹

¹⁹ Umar AR., “*Materi Kuliah Kesehatan Mental*”, h. 29-30.

²⁰ Zikrun, “*Teori Humanistik Abraham Maslow Dalam Perspektif Islam*”, Skripsi, (Banda Aceh: UIN Ar-Raniry Darussalam, 2018), 35.

²¹ Jamaluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, “*Psikologi Islami : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*” (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000), 132.

C. Peran dan Fungsi Agama Dalam Kesehatan Mental Menurut Teori Kebutuhan Hierarki Abraham H. Maslow

Setiap manusia pasti menginginkan kebahagiaan dan ketenangan dalam hidup. Semua orang akan berusaha untuk mencapai kehidupan yang mereka inginkan, meskipun terkadang mengalami kegagalan. Dalam kegagalan yang terus menerus terjadi juga menyebabkan ketenangan dalam hidup terganggu, terkadang manusia akan mengalami kegelisahan, kecemasan dan ketidakpuasan atas kebutuhan dalam dirinya yang tidak dapat terpenuhi. Jika seseorang tidak memiliki keseimbangan dalam mengatur pikirannya dan tidak dapat menenangkan dirinya sendiri dapat menyebabkan gangguan mental.

Dalam menghindari adanya ketidakseimbangan dalam kehidupan maka dibutuhkan adanya pedoman dalam hidup. Salah satunya agama, agama merupakan pedoman dan tuntutan manusia untuk menjalani kehidupan. Dalam agama Islam terkandung ajaran mengenai bagaimana manusia menjalani kehidupan di dunia maupun kehidupan setelah kematian atau akhirat. Agama Islam yang demikian disebut Islam *ad-dien* yaitu ajaran agama yang meliputi seluruh aspek kehidupan. Dalam hal ini secara substansial, ajaran dalam agama islam berisi tentang tuntutan bagi manusia untuk memperoleh keselamatan dan kebahagiaan hidup. Sedangkan secara fungsional, Islam memiliki visi dan misi pembebasan manusia dari segala bentuk belenggu kemanusiaan. Oleh karena itu, islam merupakan agama yang menjadikan manusia sebagaimana adanya, atau lebih tepatnya, Islam selaras dengan fitrah manusia.²²

Kesejahteraan yang menjadi cita-cita umat manusia mencakup dimensi moral spiritual dan fisik material. Wujud kesejahteraan pada dimensi moral spiritual

²² Zikrun, skripsi, “*Teori Humanistik Abraham Maslow Dalam Perspektif Islam*”, (UIN Ar-Raniry Darussalam: 2018), 40-41.

termanifestasikan dalam kehidupan individu dan sosial yang aman dan merdeka. Sedangkan wujud kesejahteraan fisik material termanifestasikan seutuhnya dalam kemakmuran yang merata. Puncak pengejawantahannya ada pada kehidupan yang adil, makmur, seimbang, suatu kehidupan sejahtera yang diridhai Allah.²³

Setiap manusia memiliki hasrat dan tujuan, dan itu sama dengan makhluk lainnya, manusia berjuang untuk meraih tujuannya dengan didukung oleh kesadaran dan pengetahuannya. Jika kesadaran dan pengetahuan itu tidak dimiliki oleh manusia maka tidak akan dapat meraih hasrat dan tujuan tersebut. Perbedaan antara manusia dan makhluk hidup lainnya adalah terletak pada dimensi pengetahuan, kesadaran dan keunggulan yang dimiliki manusia dibanding dengan makhluk lain. Manusia sebagai makhluk yang hidup di muka bumi merupakan makhluk yang memiliki karakter paling unik, manusia secara fisik tidak begitu berbeda dengan binatang. Letak perbedaan yang paling utama adalah dalam kemampuannya melahirkan kebudayaan. Kebudayaan hanya manusia saja yang memilikinya, sedangkan binatang hanya memiliki kebiasaan-kebiasaan yang bersifat instintif.²⁴

Manusia memiliki potensinya yaitu *fitrah* dan *nafs*. *Fitrah* merupakan sifat dan kemampuan dasar yang memiliki kecenderungan pada kesucian, kebenaran dan kebaikan (naluri beragama Tauhid) dan merupakan kemampuan dasar yang secara otomatis dapat berkembang dan perlu diarahkan.²⁵ Sedangkan *Nafs* merupakan arti yang mempunyai kecenderungan pada keburukan dan kejahatan.²⁶ Maslow menyatakan bahwa manusia memiliki kodratnya sendiri yang hakiki, suatu kerangka struktur psikologis yang dapat

²³ Abu Ridha, “*Berhenti Sejenak: Recik-recik Spiritualitas Islam*”, (Bandung: PT Syaamil Cipta Media, 2002), 7.

²⁴ Fauzul Iman, dkk, “*al-Qalam: Jurnal Keagamaan dan Kemasyarakatan*”, (Banten: STAIN Sultan Maulana Hasanuddin, 2006), 21-22.

²⁵ Fauzul Iman, dkk, 58.

²⁶ M. Arifin, “*Ilmu Pendidikan Islam; Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis Berdasarkan Pendekatan Interdisipliner*”, (Jakarta: Bumi Aksara, 1991), 100-103.

dipandang dan dibicarakan secara analog dengan struktur fisiknya, yakni bahwa ia memiliki kebutuhan-kebutuhan, kapasitas-kebutuhan dan kecenderungan-kecenderungan yang bersifat genetik, beberapa diantaranya merupakan sifat-sifat khas dari seluruh spesies manusia, melintas semua batas kebudayaan, dan beberapa lainnya adalah unik untuk masing-masing individu. Kebutuhan-kebutuhan ini pada dasarnya baik atau netral dan bukan jahat.²⁷

Seperti dalam Dalam hadits, Rasulullah bersabda:

ما من مولود يولد على الفطرة، فأبواه يهودانه و ينصرانه او يمجسانه

Artinya: “*Setiap anak lahir diatas fitrah, maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Majusi atau Nashrani.*”(HR. Bukhhari).²⁸ Sebagai potensi dasar manusia, maka fitrah itu cenderung kepada potensi psikologis. Untuk mengembangkan atau mengarahkan fitrah yang dimiliki manusia maka diperlukan suatu proses. Dibutuhkan suatu usaha untuk membina, mengembangkan, memberdayakan, dan mengarahkan potensi dasar insani agar sesuai dengan yang dikehendaki. Seperti salah satunya manusia membutuhkan pendidikan yang hendak membawa fitrah manusia kepada tingkatan yang matang.²⁹

Untuk membawa fitrah manusia kepada tingkatan yang lebih matang maka dibutuhkan motivasi. Sebuah motivasi terlahir akibat adanya kebutuhan, seperti yang dikatakan oleh Abraham Maslow, bahwa motivasi adalah sebuah dorongan yang terlahir dari dalam diri seseorang sebagai suatu kesatuan yang terpadu dan memiliki

²⁷ Calvin S. Hall dan Gardner Lindzey, “*Teori-teori Holistik (Organismik – Fenomenologis)*”, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 108.

²⁸ Achmad Sunarto, dkk, “*Terjemah Shahih Bukhari*”, (Semarang: CV Asy Syifa’, 2016), 291.

²⁹ Baharuddin, dkk, “*Pendidikan Humanistik*”, (Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2007), 41.

tujuan atau keinginan tertentu, yakni mewujudkan kebutuhan manusiawi sehingga tidak dapat dilepaskan dari kehidupan tidak sadar.³⁰

Seperti pada teori hierarki kebutuhan yang diutarakan oleh Maslow, manusia memiliki lima tingkatan kebutuhan agar mencapai kesejahteraan dalam hidupnya, yaitu yang pertama merupakan kebutuhan manusia paling dasar, kebutuhan fisiologis (*physiological needs*), merupakan kebutuhan yang mencakup kebutuhan air dan makanan, oksigen, seks, dan semua elemen-elemen fisik yang mendukung keberlangsungan kehidupan manusia. Yang kedua, kebutuhan keamanan (*safety needs*), yang berhubungan dengan keamanan baik fisik maupun psikis manusia.³¹ Yang ketiga, kebutuhan sosial, (*social needs*), kebutuhan dimiliki atau menjadi bagian dari kelompok sosial dan cinta menjadi tujuan yang dominan. Orang sangat peka dengan kesendirian, pengasingan, ditolak lingkungan dan kehilangan sahabat atau kehilangan cinta.³² Kebutuhan dimiliki ini terus penting sepanjang hidup. Begitu pula rasa tidak memiliki Tuhan, hidup akan tidak tau arah dan sering merasa tersesat yang akhirnya akan menjadikan seseorang selalu merasa gelisah. Yang keempat, Kebutuhan Harga Diri (Self Esteem) Manakala kebutuhan dimiliki dan mencintai telah relatif terpuaskan, kekuatan motivasinya melemah, diganti motivasi harga diri. Ada dua jenis harga diri, yaitu Menghargai diri sendiri (*self respect*) dan Mendapat penghargaan dari orang lain (*respect from other*). Yang kelima, Sesudah semua kebutuhan dasar terpenuhi muncullah kebutuhan meta atau kebutuhan aktualisasi diri, kebutuhan menjadi sesuatu yang orang

³⁰ Muhammad Ali Bagas, "Relevansi Teori Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow Terhadap Motivasi Kerja Anggota Organisasi Penyuluhan Agama Islam", Jurnal Syifaul Qulub: Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 1, No. 2, 2020.

³¹ Muhammad Ali Bagas, 103.

³² Zikrun, skripsi, "Teori Humanistik Abraham Maslow Dalam Perspektif Islam", (UIN Ar-Raniry Darussalam: 2018), 33.

itu mampu mewujudkannya memakai (secara maksimal) seluruh bakat kemampuan-potensinya.³³

Semua hierarki kebutuhan ini tidak lepas kaitannya dengan agama, karena agama merupakan peran penting dari kehidupan manusia beragama mulai dari kebutuhan dasar hingga Kebutuhan aktualisasi diri. Terdapat norma-norma dan aturan yang mengatur tentang kebutuhan manusia didalam agama. Seperti dalam agama Islam Allah SWT. mengharuskan manusia memanfaatkan seluruh energi yang dimilikinya sebagai alat untuk memanfaatkan dan sekaligus menikmati nilai-nilai elemental dan utilitas ciptaan-Nya. Dunia dalam pandangan Islam dilukiskan sebagai objek yang diberi nilai kosmis tinggi, nilai instrumental usaha manusia dalam merealisasikan tujuan dan misi keberadaannya di dunia; sebagai sarana mewujudkan kehendak Yang Mutlak dan alat untuk mencapai cita-cita hidupnya, hidup sejahtera yang telah menjadi tumpuan seluruh agenda dan aksi-aksi sosial politik manusia.³⁴

Jika manusia tidak bisa memenuhi kebutuhan dalam hidupnya atau tidak dapat mengatasi kebutuhan dalam hidupnya maka akan menimbulkan beberapa gangguan, terjadi keadaan yang tidak stabil pada fisik maupun psikis. Akibat dari masalah tersebut tidak jarang manusia mengalami gangguan mental, karena terdapat faktor-faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental yaitu biologis, psikologis, lingkungan, dan sosio-budaya. Faktor-faktor ini perlu adanya homeostasis yaitu keseimbangan yang dinamis. Keempat unsur ini saling mempengaruhi karena bersifat interdependensi. seseorang yang sehat jiwanya adalah seseorang yang mengerti dan menyadari kemampuan yang

³³ Zikrun, 36.

³⁴ Zikrun, skripsi, *“Teori Humanistik Abraham Maslow Dalam Perspektif Islam”*, (UIN Ar-Raniry Darussalam: 2018), 42.

dimilikinya, bisa mengatasi stres dalam kehidupan sehari – hari, dapat bekerja secara produktif dan berkontribusi di masyarakat dimana dia berada.

Pemahaman dan keyakinan agama ternyata juga berkontribusi terhadap kejadian kesehatan mental seseorang. Beberapa penelitian telah membuktikan adanya hubungan ini. Sebuah penelitian etnografi yang dilakukan oleh Saptandari (2001) di Jawa tengah melaporkan bahwa lemahnya iman dan kurangnya ibadah dalam kehidupan sehari – hari berhubungan dengan kesehatan mental dan jiwa. Terdapat juga penelitian di tahun 2011 juga telah menemukan adanya hubungan antara kekuatan iman dengan kesehatan mental dan jiwa. Pada pasien yang mengalami halusinasi pendengaran, halusinasinya tidak muncul kalau kondisi keimanan mereka kuat.³⁵

Maka dari itu peran agama juga penting bagi kesehatan jiwa dan mental, agama juga merupakan kebutuhan yang amat vital bagi segenap umat Manusia, agama dapat memberikan keseimbangan dalam kehidupan jika dipraktekkan dengan benar. dalam agama Islam banyak sekali ajaran-ajaran syariat agama Islam yang bicarakan tentang keutamaan menjaga kesehatan baik badan, tempat tinggal dan juga tempat tinggal dan juga tempat ibadah, kesehatan mentalnya.³⁶

Menurut Rene Des Cartes (hidup th.1596-1650). Hakikatnya manusia itu adalah *homo esst utens corpore tanguam instrumentto* yang berarti bahwa manusia itu adalah jiwa yang mempergunakan jasmaninya sebagai alat. Bahwa manusia itu dijadikan oleh unsur rohani (spirit) atau jiwa dan oleh unsur jasmani atau jasad.

Untuk menjaga kesehatan jiwa dan mental maka pemenuhan kebutuhan akan keberlangsungan jiwa dalam pengertian jiwa/mental seseorang memerlukan perawatan

³⁵ Suryani, “*Mengenal Gejala dan Penyebab Gangguan Jiwa*”, (Bandung: BEM Psikologi UNJANI, 2013), 9.

³⁶ Yatim Pujiati, Skripsi, “*Fungsi Agama Dalam Kesehatan Mental Menurut Zakiyah Daradjat*”, (UIN Raden Intan Lampung, 2018), 45.

seseorang secara seksama antara lain dengan memberikan nutrisi dan makanan yang sesuai dengan kondisi mental/jiwa. Makanan jiwa yang dapat menjadikan jiwa menjadi damai, tenang dan tenag. Hal ini terkandung dalam komposisi ajaran agama sebab setiap agama memuat nilai yang membangkitkan jiwa.³⁷ Hal ini juga selaras dengan teori hierarki kebutuhan yang dikemukakan oleh Maslow, bahwa manusia perlu memenuhi kebutuhan yang paling dasar seperti makan dan minum untuk dapat mencapai kebutuhan-kebutuhan di tingkat selanjutnya.

Hubungan kesehatan jiwa dan mental dengan agama terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap sesuatu kekuasaan yang terletak pada sikap penyerahan diri kekuasaan yang maha tinggi. Sikap pasrah dapat juga memberikan rasa optimis pada seseorang hingga munculah perasaan positif seperti rasa bahagia, senang, tenang, puas, aman, dan merasa dicintai. Setiap ajaran agama mewajibkan penganutnya untuk melaksanakan ajaran secara rutin. Bentuk pelaksanaan ibadah agama, paling tidak diikuti pengaruhnya dalam menanamkan keluhuran yang pada puncaknya akan menimbulkan rasa sukses sebagai pengabdian tuhan yang setia. Tindakan ibadah setidaknya akan memberi rasa bahwa hidup menjadi bermakna. Dan manusia sebagai makhluk yang memiliki kesatuan jasmani dan rohani secara tak terpisahkan memerlukan yang dapat memuaskan keduanya.³⁸ dari semua peraturan-peraturan yang dalam ajaran agama dapat dikatakan bahwa manusia membutuhkan agama sebagai kebutuhan primer (fisik) maupun rohani (psikis dan sosial).

Dalam mengatasi gangguan pada mental terdapat terapi agama dalam perspektif psikologi agama yang sejalan dengan konsep kesehatan mental dalam penyembuhan

³⁷ Bahri ghazali, "*kesehatan mental IP*", (Bandar Lampung: Pt Harka Indo, 2018), 24.

³⁸ Yatim Pujiati, Skripsi, "*Fungsi Agama Dalam Kesehatan Mental Menurut Zakiyah Daradjat*", (UIN Raden Intan Lampung, 2018), 53.

gangguan jiwa (*neurose*) atau gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Agama memiliki tujuan untuk mewujudkan keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dan lingkungannya, berlandaskan ketaqwaan dan keimanan, serta bertujuan untuk hidup yang lebih bermakna dalam masyarakat. Agama sebagai dasar pembinaan kesehatan mental dimana orang-orang yang menganut agama dan mengaplikasikan konsep ajaran agamanya dalam kehidupan masyarakat serta menjadikannya sebagai sumber dalam kehidupan mereka. Terapi Agama mengatasi problematika psikis manusia sebagai kerangka acuan yang dipergunakan dalam membina, memberdayakan atau pengembangan psikis individu dengan mengacu kepada kitab suci dan aspek-aspek kejiwaan manusia.³⁹

Terapi agama merupakan upaya-upaya yang dilakukan manusia untuk mengatasi problematika kejiwaannya dengan melalui ajaran-ajaran agama, dengan menggunakan metode psikoterapi; yaitu pengobatan yang tidak mengutamakan pada bagian badan yang sakit atau anggota organik yang terganggu, namun lebih diutamakan pada kejiwaannya (mental emosional) dengan menggunakan metode psikologi. Hubungan yang serasi antara agama sebagai suatu keyakinan dengan sikap penyerahan terhadap masalah-masalah yang menimpa dirinya, secara signifikan dapat mencegah timbulnya problematika kejiwaan manusia yaitu dengan sikap penyerahan diri kepada sesuatu yang *transcendental*. Sikap penyerahan diri akan memberikan sikap optimis pada diri seseorang sehingga timbul perasaan positif dalam bentuk rasa bahagia, senang, puas dan sebagainya sehingga terhindar dari rasa frustrasi dalam hidup. Kebutuhan-kebutuhan ini dapat kita sebut sebagai dorongan manusia untuk memberi arti pada hidupnya. Manusia

³⁹ Syaiful Hamali, "Psikologi Agama: Terapi Agama Terhadap Problematika Psikis Manusia", (Jurnal Al-Adyan, 2014), Vol. IX, No. 02, 7.

sebagai makhluk yang selalu memberikan arti pada hidupnya, dan tanpa adanya arti dalam kehidupan manusia tidak bisa hidup dalam taraf kemanusiaan.

D. Definisi dan Ragam Gangguan Mental

Secara umum sehat dapat dipahami sebagai kesejahteraan secara penuh (keadaan yang sempurna) baik secara fisik, mental, maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau keadaan lemah. Di Indonesia, UU Kesehatan No. 23/1992 menyatakan bahwa sehat adalah suatu keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial dimana memungkinkan setiap manusia untuk hidup produktif baik secara sosial maupun ekonomis. WHO, 2001 (*World Health Organization*), menyatakan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu yang didalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stress kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan di komunitasnya.⁴⁰ kesehatan mental merupakan ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur-prosedur untuk mempertinggi kesehatan rohani.⁴¹

Seseorang yang memiliki pribadi yang normal atau bermental sehat adalah pribadi yang berperilaku sesuai dengan norma yang ada dan bisa diterima di masyarakat pada umumnya, sikap hidup sesuai norma dan pola kelompok masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal dan intersosial yang memuaskan (Kartono, 1998), sedangkan menurut Karl Menninger, individu yang sehat mentalnya adalah mereka yang memiliki kemampuan untuk menahan diri, menunjukkan kecerdasan, berperilaku dengan menenggang perasaan orang lain, serta memiliki sikap hidup yang bahagia. Individu yang sehat mental dapat didefinisikan menjadi dua sisi, secara negatif dengan absennya gangguan mental dan

⁴⁰ Kartika Sari Dewi, "*Kesehatan Mental*", (Semarang: UPT Undip Press, 2012), 10-11.

⁴¹ Jalaluddin, "*Psikologi Agama*", (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012), 166.

secara positif yaitu ketika hadirnya karakteristik individu sehat mental. Karakteristik individu yang sehat secara mental dapat dilihat dari kondisi atau sifat-sifat positif, seperti: kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang positif, karakter yang kuat serta sifat-sifat baik/ kebajikan (*virtues*) (Lowenthal, 2006).⁴²

Pada dasarnya manusia memiliki dua subsistem, yaitu psikis yang terdiri dari jiwa atau mental dan fisik yang terdiri dari soma atau badan. Kedua subsistem tersebut menyatu dalam diri manusia dan tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Psikis sendiri merupakan bagian dari manusia yang sifatnya non material, yang hanya diketahui melalui gejala-gejala atau disebut dengan gejala psikis seperti dorongan, motivasi, kemauan, kognitif, kepribadian, dan perasaan. Sedangkan fisik secara visual dapat dengan mudah diketahui dan diamati.⁴³

Mengetahui adanya gangguan psikis pada manusia lebih sulit daripada mengetahui adanya gangguan fisik karena persepsi setiap individu terhadap adanya gangguan psikis sangat berbeda. Gangguan psikis pada prinsipnya dapat dikenali dengan memahami gejala-gejalanya. Orang yang menderita depresi, gangguan kecemasan, gangguan kepribadian, dan sebagainya dapat diketahui dengan memahami gejala-gejala yang ada pada penderita tersebut. Pada umumnya manusia lebih memahami tentang kesehatan secara fisik lebih mendalam daripada pengetahuan tentang kesehatan psikis. Namun gangguan psikis dapat diketahui berdasarkan gejala-gejala yang dijumpai, yaitu terdapat ketidakwajaran dalam fungsi mental selain sehat dan sakit secara fisik. Saat ini kemajuan di bidang pengetahuan pada manusia menambah pengertian terhadap persoalan kesehatan psikis atau mental serta cara-cara untuk mengatasinya.⁴⁴

⁴² Kartika Sari Dewi, "*Kesehatan Mental*", (Semarang: UPT Undip Press, 2012), 11.

⁴³ Latipun, "*Kesehatan Mental*", (Malang: UMM Press, 2019), 6-7.

⁴⁴ Latipun, , 8.

Fisik dan psikis merupakan satu kesatuan eksistensi yang ada dalam manusia. Fisik dan psikis juga dalam kesehatannya saling berhubungan. Keadaan fisik manusia dapat mempengaruhi keadaan psikis, begitupun sebaliknya, psikis juga dapat mempengaruhi keadaan fisik. Seperti orang yang menderita depresi sangat mempengaruhi selera makan dan tidurnya. Sebaliknya, makan seseorang mempengaruhi kemampuan intelegensi. Dalam keterpengaruhan tersebut akhirnya diketahui adanya psikis yang sehat dan psikis yang mengalami hambatan dan gangguan. Demikian juga dengan adanya fisik yang sehat dan yang terganggu.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hall dan koleganya (1980) menyatakan bahwa hubungan fisik dan psikis manusia dapat dibuktikan dengan ditemukan bahwa di antara pasien yang sakit secara medis menunjukkan adanya gangguan mental seperti depresi, gangguan kepribadian, sindroma otak organik, dan lain-lain. Sebaliknya orang yang dirawat karena gangguan psikis juga menunjukkan adanya gangguan secara fisik. Penelitian tersebut juga dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh (Goldberg, 1984), yang mencoba melakukan studi khusus tentang pengakuan gangguan psikiatrik oleh kalangan non-psikiater. Diungkapkan bahwa gangguan psikiatrik umum terjadi pada pasien-pasien yang mengalami sakit (fisik) dan pasien yang menjalani operasi pembedahan. Dia mengemukakan, sekitar 20% sampai 40% pasien mengaku sakit secara fisik ternyata dapat didiagnosa mengalami gangguan mental, meskipun mayoritas diantara mereka kurang mendapat perhatian. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Vogt dan kawan-kawannya (1994) mengenai status kesehatan mental sebagai predictor morbiditas dan mortalitas. Dalam pembahasan sosial atau biasa ditemui dalam pembicaraan sehari-hari sering dijumpai istilah *gangguan (disorder)*. Gangguan merupakan konsep medis (dan psikologis). Seseorang dinyatakan mengalami gangguan

jika secara klinis dijumpai terdapat suatu penyakit, ketidaknormalan, atau terganggunya fungsi tertentu (fisiologis, psikologis).⁴⁵

Secara sederhana, gangguan mental dapat diartikan sebagai tidak adanya atau kekurangannya dalam hal kesehatan mental. Orang yang memiliki kekurangan dalam kesehatan mentalnya maka dimasukkan sebagai orang yang mengalami gangguan mental. Pengertian ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh (Kaplan dan Sadock, 1994) yang menyatakan bahwa gangguan mental merupakan “*as any significant deviation from an ideal state of positive mental health*” artinya penyimpangan dari keadaan ideal dari suatu kesehatan mental merupakan indikasi adanya gangguan mental. Terdapat pengertian lainnya yang mengartikan gangguan mental sebagai adanya penyimpangan dari norma-norma perilaku, yang mencakup pikiran, perasaan, dan tindakan. Orang yang mengalami depresi dan alkoholik, adalah orang yang mengalami gangguan mental karena terjadi penyimpangan perilaku, orang yang depresi merasa dirinya sangat tertekan, dan orang alkoholik tidak dapat menahan tindakannya dan secara persisten mengkonsumsi minuman beralkohol. Perilaku yang dilakukan secara persisten atau repetitif terutama perilaku yang tidak dikehendaki merupakan indikasi gangguan mental (Szas, 1987).⁴⁶

Sakit mental atau gangguan mental dapat diketahui melalui pemahaman subjektif. Dalam hal ini sakit mental merupakan suatu pengalaman subjektif bagi seseorang. Jika seseorang merasa mengalami gangguan, maka sebenarnya tidak sehat mentalnya, tetapi jika tidak merasa mengalami gangguan maka sehatlah seseorang tersebut. Untuk mengetahui hal ini dapat dilakukan penggalian dengan *self-inventory*, misalnya metode *Q-sort* dan skala sikap. Metode ini di antaranya dilakukan oleh Rogers untuk mengetahui

⁴⁵ Latipun, “*Kesehatan Mental*”, (Malang: UMM Press, 2019), 9-10.

⁴⁶ Latipun, 36.

pelaporan diri klien-kliennya tentang keadaan psikologisnya. Persoalan yang dihadapi dengan menggunakan metode ini adalah, bahwa banyak sekali orang yang mengalami gangguan mental merasa tidak mengalami gangguan.⁴⁷

Dari berbagai gejala-gejala gangguan mental yang ada dapat menyebabkan penderita bertindak abnormal dan itu diluar kendali mereka. Namun terdapat salah pengertian yang dimiliki oleh kebanyakan masyarakat tentang perilaku abnormal atau gangguan mental yang menyebabkan penghalang besar bagi penderita untuk usaha penyembuhan maupun pencegahan gangguan mental. Sangat penting memahami pengertian yang salah namun sudah dipercayai oleh masyarakat luas. Beberapa pengertian yang sering salah dimengerti oleh sebagian masyarakat adalah yang pertama, keyakinan bahwa perilaku abnormal selalu kacau. Seperti yang diceritakan di media massa, perilaku abnormal sering diilustrasikan dalam bentuk yang berbahaya, seperti membunuh, bunuh diri dan tindakan-tindakan lain yang menyimpang dari norma-norma sosial. Pada kenyataannya, gangguan perilaku menyangkut suatu pola perilaku yang sangat lebar. Ada tipe perilaku abnormal yang jelas-jelas patologis, tetapi ada pula yang hanya berupa ketidakmampuan untuk menangani konflik-konflik secara efektif.⁴⁸

Yang kedua bahwa gagasan “normal” dan “abnormal” berbeda tajam. Pada kenyataannya seringkali susah untuk membedakan antara orang normal dan abnormal, kecuali terdapat pada kasus-kasus yang ekstrim. Sulit menemukan orang yang 100% memiliki sakit begitu juga orang-orang yang 100% memiliki kesehatan mental. Pada umumnya, manusia berada dalam keadaan secara moderat menyesuaikan diri dengan baik, sebagian kecil menderita sakit dan harus di rawat di balai kesehatan jiwa.

⁴⁷ Latipun, “*Kesehatan Mental*”, (Malang: UMM Press, 2019), 38-39.

⁴⁸ Iin Tri Rahayu, “*Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*”, (Malang: UIN Malang Press, 2009), 98.

Yang ketiga, pandangan bahwa gangguan mental merupakan stigma turunan. Gangguan kejiwaan tidak selalu berhubungan dengan keturunan. Gangguan kejiwaan sama saja dengan lainnya, seperti gangguan fisik dan organis. Ada yang berhubungan dengan keturunan, namun bisa jadi tidak. Selanjutnya, faktor-faktor genetik dapat memainkan peran sebagai pembuat kecenderungan (predisposisi) bagi perkembangan gangguan skizofrenia dan gangguan mental lainnya.

Yang keempat, pandangan bahwa jenius sebagai “saudara kegilaan”. Banyak orang beranggapan bahwa orang-orang jenius dalam ilmu dan seni sering terlihat memiliki kecenderungan untuk sakit mental. Anggapan itu sama sekali tidak memiliki bukti apapun terhadap anggapan tersebut. Yang kelima, pandangan bahwa penderita gangguan mental berbahaya dan tidak dapat disembuhkan. Pandangan umum masyarakat yang paling umum disalahartikan adalah bahwa sakit mental tidak dapat disembuhkan. Akibatnya penderita gangguan mental yang selesai menjalani perawatan tetap dianggap sebagai seseorang yang tidak stabil dan setiap saat dapat membahayakan. Akibat selanjutnya mereka mendapatkan perlakuan diskriminatif dalam pekerjaan dan perkembangan karirnya. Seperti penderita penyakit fisik, penyakit mental juga dapat disembuhkan. Tingkat kesembuhan akan tergantung pada benarnya tindakan penyembuhan yang dilakukan dan tingkat keparahan gangguan itu sendiri.

Yang keenam, keyakinan bahwa penderita gangguan mental tidak terhormat, kebanyakan bagi penderita gangguan kejiwaan ketika mengunjungi psikiater atau psikologi, merupakan suatu aib, karena menganggap sakit mental merupakan kutukan dari Tuhan, yang merupakan akibat dari banyaknya dosa dan amoralitas yang telah dilakukannya. Pada kenyataannya bahwa gangguan mental atau kejiwaan tidak ada

hubungannya dengan amoralitas. Bisa jadi seseorang yang sangat prihatin atas perilaku buruk yang makin parah di masyarakat, lalu terganggu kesehatan jiwanya.

Yang ketujuh, yakni ketakutan berlebihan untuk penderita gangguan jiwa. Ketakutan atas adanya kemungkinan gangguan kejiwaan sangat biasa ditemukan dan menimbulkan rasa tidak bahagia yang besar. Banyak orang yang menyatakan akan putus asa jika mengalami gangguan jiwa atau mental.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa gangguan secara mental merupakan gangguan yang dapat diatasi dan bukanlah hal yang berbahaya. Telah banyak fasilitas dan wadah yang dapat menangani gangguan mental atau sakit mental agar kembali menjadi sehat. Sehat mengandung pengertian keadaan yang sempurna secara biopsikososial, lebih dari sekedar terbebas dari penyakit atau kecacatan. Sakit juga mengandung makna biopsikososial, yang meliputi konsep *disease* (berdimensi biologis), *illness* (berdimensi psikologis), dan *sickness* (berdimensi sosiologis). Faktor subjektif dan kultural turut menentukan konsep sehat dan sakit.⁴⁹

E. Terapi Gangguan Mental Melalui Ragam Terapi Islam

Seperti yang telah dijelaskan bahwa agama memiliki berbagai manfaat untuk kehidupan. Secara obyektif, agama mengundang nilai-nilai ajaran Tuhan yang bersifat menuntun manusia ke arah tujuan yang sesuai dengan kehendak ajaran tersebut. Berdasarkan aspek ini agama juga dapat diartikan peraturan yang bersifat *ilahi* (dari Tuhan) yang menuntun orang-orang berakal budi kearah ikhtiar untuk mencapai kesejahteraan hidup di dunia dan memperoleh kebahagiaan hidup di akhirat. Sedangkan secara subyektif, agama merupakan pengertian tentang tingkah laku manusia yang dijiwai

⁴⁹ Iin Tri Rahayu, “*Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*”, (Malang: UIN Malang Press, 2009), 11.

oleh nilai-nilai keagamaan yang berupa getaran batin, yang mengatur dan menggerakkan tingkah laku tersebut kepada pola hubungan dengan masyarakat serta alam sekitarnya.⁵⁰

Selain itu agama merupakan suatu kebutuhan prioritas di antara berbagai kebutuhan dalam kehidupan manusia, sehingga tidak heran agama sudah menjadi bagian integral dari kehidupan sosial dan kebudayaan manusia selama beribu ribu tahun. Di semua kebudayaan, agama adalah bagian yang paling berharga dari perbendaharaan sosial. Ia melayani masyarakat dengan menyediakan sejak masa pertumbuhan berupa ide, ritual, sentimen, yang membimbing kehidupan setiap orang yang ada di dalamnya.⁵¹

Ritual-ritual dan perilaku keagamaan pada dasarnya memfokuskan pada ketentuan cara-cara memperoleh keselamatan, melalui bentuk-bentuk penyembahan, doa, atau meditasi yang memungkinkan orang beriman berkomunikasi dengan Tuhan atau tuhan-tuhan, dan bentuk bentuk perilaku etis yang membawa kehidupan orang beriman atau komunitas beriman kepada keselarasan dengan nasib penyelamatan mereka. Sedangkan fungsi laten agama adalah sebagaimana agama mengidentifikasi kesuksesan seseorang dalam menghadapi sakit, atau dalam mencari keamanan materiil atau kemakmuran, melalui hadirnya spirit ketuhanan dalam diri orang beriman. Spirit ketuhanan hadir dan bekerja dengan memberinya kemampuan mengatasi rintangan yang menghalangi tujuan kehidupan mereka yang pada mulanya sering dipahami sebagai tujuan spiritual.

Dalam perspektif Islam, penyakit jiwa sering diidentikkan dengan beberapa sifat buruk atau tingkah laku tercela (*al-akhlaq al-mazmumah*), seperti sifat tamak, dengki, iri

⁵⁰ M. arifin, “*Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*”, (Jakarta: Golden Terayon Press, 1994), 1.

⁵¹ Juhana Nasrudin, “*Relasi Agama, Magi, Sains Dengan Sistem Pengobatan Tradisional-Modern Pada Masyarakat Pedesaan*”, Hanifiya: Jurnal Studi Agama-Agama, 2019, Vol. 2, No. 1, 43.

hati, arogan, emosional dan seterusnya. Hasan Muhammad as-Syarqawi dalam kitabnya *Nahw 'Ilmiah Nafsi*. membagi penyakit jiwa dalam sembilan bagian, yaitu: pamer (*riya'*), marah (*al-ghadhab*), lalai dan lupa (*al-ghafalah wan nisyah*), was-was (*al-was-wasah*), frustrasi (*al-ya's*), rakus (*tama'*), terpedaya (*al-ghurur*), sombong (*al-ujub*), dengki dan iri hati (*al-hasd wal hiqd*). Beberapa sifat tercela di atas ada relevansinya jika dianggap sebagai penyakit jiwa, sebab dalam kesehatan mental (*mental hygiene*) sifat-sifat tersebut merupakan indikasi dari penyakit kejiwaan manusia (*psychoses*). Jadi pada penderitanya sakit jiwa salah satunya ditandai oleh sifat-sifat buruk tersebut.⁵²

Didalam agama terdapat ajaran-ajaran yang berfungsi sebagai terapi dalam penyembuhan penyakit. Seperti dalam agama islam, dalam kitab suci alquran terdapat ayat-ayat yang mengandung makna tentang kesehatan dan penyembuhan, seperti pada ayat:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.”⁵³

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

artinya: “Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian”.⁵⁴

⁵² Dr. HM. Zainuddin, MA, “Terapi Jiwa Menurut Islam”, (Malang: GEMA, 2013), 8.

⁵³ Al-Qur'an 10:57.

⁵⁴ Al-Qur'an, 17:82.

Dalam ayat-ayat ini menunjukkan bahwa makna agama dapat dijadikan sebagai suatu media untuk penyembuhan penyakit, seperti terapi. Terapi dilihat dari etimologis berasal dari kata *Therapy* yang bermaksud suatu kaedah rawatan tanpa menggunakan obat-obatan. Adapun kata religi berasal dari bahasa latin. Menurut suatu pendapat demikian Harun Nasution mengatakan, bahwa asal kata religi adalah *relegere* yang mengandung arti mengumpulkan dan membaca. Pengertian demikian itu juga sejalan dengan isi agama yang mengandung kumpulan cara-cara mengabdikan kepada Tuhan yang terkumpul dalam kitab suci yang harus dibaca. Tetapi menurut pendapat lain, kata itu berasal dari kata *religare* yang berarti mengikat. Ajaran agama, memang mempunyai sifat mengikat bagi manusia. Dalam agama selanjutnya terdapat pula ikatan antara roh manusia dengan Tuhan, dan agama lebih lanjut lagi memang mengikat manusia dengan Tuhan.⁵⁵ Terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit; pengobatan penyakit; perawatan penyakit.⁵⁶

Ada beberapa model terapi religius yang dapat membantu orang dengan penyakit jiwa atau mental dalam rangka meningkatkan motivasi hidupnya, yaitu:

Pertama, Terapi dengan Kesabaran. Sabar dan sikap saling mengingatkan untuk bersabar adalah dua hal yang masuk dalam cakupan ibadah dan hubungan interaksi manusia dengan sesamanya. Sabar memiliki faedah yang besar dalam mendidik jiwa dan menguatkan kepribadian muslim hingga menambah kekuatannya untuk dapat memikul beban kehidupan dan memperbaharui semangat untuk menghadapi segala permasalahan hidup. Sabar adalah salah satu penyebab datangnya keberuntungan sehingga memperoleh

⁵⁵ Abuddin Nata, *Metodologi Study Islam*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2010) 10.

⁵⁶ Departemen Pendidikan & Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka 1989), 935.

kemenangan dalam menggapai surga yang kekal.⁵⁷ Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap-siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu beruntung.”⁵⁸

Kedua, Terapi dengan Shalat. Shalat merupakan suatu ibadah yang di dalamnya terjadi hubungan rohani antara makhluk dan khaliqnya. Shalat juga dilihat sebagai munajat berdo'a dalam hati yang khusyu' kepada Allah. Orang yang melakukan shalat dengan khusyu' tidak merasakan sendiri, seolah-olah ia berhadapan dan melakukan dialog dengan tuhan. Suasana spiritual seperti ini dapat menolong manusia untuk mengungkapkan segala perasaan dan berbagai permasalahan yang dihadapi.⁵⁹ Ritual shalat memiliki pengaruh yang sangat luar biasa untuk terapi rasa galau dan gundah dalam diri manusia, dengan mengerjakan shalat dengan khusyu' yakni dengan niat menghadapkan dan berserah diri secara total kepada Allah Swt, serta meninggalkan segala kesibukan maupun problematika kehidupan.⁶⁰ Ada empat aspek terapeutik yang terdapat dalam shalat, yaitu aspek olahraga, aspek meditasi, aspek autosugesti, aspek kebersamaan.⁶¹

⁵⁷ Musfir bi Said Az-Zahrani, “Konseling Terapi”, (Jakarta: Gema insane Press, 2005), 494.

⁵⁸ Al-Qur'an, 3:200.

⁵⁹ Sururin, M, Ag, “Ilmu Jiwa Agama”, (Jakarta: RajaGrafindo, 2004), 190.

⁶⁰ Wawan Djunaedi Soffandi S.Ag, “Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi”, (Mustaqiim : Jakarta Selatan, 2003), 45.

⁶¹ Jamaluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, “Psikologi Islami : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi” (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000), 98.

Ketiga, Terapi dengan Zikir. Zikir atau mengingat Allah adalah sebaik-baiknya ibadah. Semua ibadah pada hakikatnya adalah satu usaha untuk mengingat Allah, baik dengan takbir, tahlil, tahmid maupun bentuk syukur. Zikir kepada Allah bisa membangkitkan rasa aman, tenang, dalam jiwa karena aktivitas ini merupakan sebetulnya terapi bagi kegelisahan yang biasa dirasakan orang saat menghadapi dirinya lemah dan tidak mampu menghadapi tekanan dan bahaya.⁶²

Keempat, Terapi Do'a. Pada hakikatnya setiap manusia memerlukan suatu sandaran yang dapat memberikan kekuatan bagi dirinya saat dia lemah, dan ketika berbagai masalah yang dihadapinya sudah sangat sulit dicari jalan keluarnya. Seseorang manusia itu membutuhkan tempat untuk mengadakan nasib dan keadaan dirinya, membutuhkan sesuatu yang dapat menenangkan kegundahan hati dan jiwanya. Bagi orang-orang yang beriman, dengan berdoa segala kesulitan dapat dihadapi dengan tenang karena dengan berdoa kepada Allah yang maha mendengar dan maha mengabulkan doa, maka harapannya akan bersemi kembali dan kesulitannya bisa diatasi.⁶³

Kelima, Terapi Baca Al Qur'an. Di dalam Al Quran sebagai dasar dan sumber ajaran islam banyak ditemui ayat-ayat yang berhubungan dengan ketenangan dan kebahagiaan jiwa sebagai hal yang prinsipil dalam kesehatan mental. Sesungguhnya ayat-ayat Al-Qur'an memiliki keutamaan yang sangat besar untuk menjernihkan hati dan membersihkan jiwa. Seperti Firman Allah :

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

⁶² Dr. Muhammad 'utsman Najati, "Psikologi Qur'ani Dari Jiwa Hingga Ilmu Laduni", (Bandung: Marja, 2010), 269-276.

⁶³ Juli Andriyani, "Terapi Religius Sebagai Strategi Peningkatan Motivasi Hidup Usia Lanjut", Jurnal Al-Bayan, 2013, Vol. 19, No.28, 35.

Artinya : “Dan Kami turunkan dari al Qur’an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang zalim hanya akan menambah kerugian.”⁶⁴

Bacaan Al-Quran tidak hanya menjadi obat mujarab untuk menghilangkan perasaan gundah yang muncul karena perasaan berdosa, namun bacaan Alquran juga mampu mengobati semua ketidakstabilan jiwa dan kegoncangan psikis maupun mental.⁶⁵

⁶⁴ Q.S. Al Isra’, Ayat 82.

⁶⁵ Juli Andriyani, “Terapi Religius Sebagai Strategi Peningkatan Motivasi Hidup Usia Lanjut”, Jurnal Al-Bayan, 2013, Vol. 19, No.28, 36.

BAB III

YAYASAN PANTI REHABILITASI MENTAL AL-HAFIZH SIDOARJO

A. Awal Berdirinya Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo

Lembaga-lembaga yang mengatur orang dengan gangguan jiwa sesuai dalam penjelasan atas Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa secara umum disebutkan bahwa Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 menjamin setiap orang dapat hidup sejahtera lahir dan batin serta memperoleh pelayanan kesehatan dengan penyelenggaraan pembangunan kesehatan. Tujuan pembangunan kesehatan ini diharapkan dapat terwujudnya derajat kesehatan yang setinggi-tingginya. Untuk mencapai tujuan tersebut, perlu dilakukan berbagai upaya kesehatan termasuk Upaya Kesehatan Jiwa dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif.

Yayasan Panti Rehabilitasi Al-Hafish sendiri berdiri sejak tahun 1999, yang terletak di Jalan Raya Suko No. 60, Sidoarjo, Jawa Timur. Yayasan ini memberikan pelayanan untuk rehabilitasi gangguan jiwa, khususnya bagi eks pasien Rumah Sakit Jiwa atau ODGJ. Panti ini milik pribadi yang merupakan warisan keluarga, pada tahun 2005 Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish telah diresmikan dengan akta Notaris. Kemudian mendapatkan izin berupa : (1) izin domisili dari desa (2) Akte notaris (3) Surat tanda Pendaftaran atau STP pada tahun 2005 (4) Akte Notaris: No. 11 Mei 2005. Izin tersebut merupakan perizinan secara Aspek Legal Formal. Yayasan memiliki 11 anggota kepengurusan yang terdiri dari ketua, sekretaris, bendahara, pengasuh yang meliputi dua perawat, dua psikolog, dua petugas keamanan, dan dua logistik, sesuai dengan yang telah dijelaskan oleh Bapak Shodikin yang berperan sebagai ketua Yayasan dan juga sekaligus menjadi tim kesehatan di RSJ Menur Surabaya melalui wawancara langsung. Beliau mengatakan:

“dirintis sejak tahun 1999 terus resmi berdiri dengan akta notaris itu tahun 2005, sudah 16 tahun. Anggotanya saya ketuanya, istri saya sebagai sekretarisnya, terus adiknya istri sebagai bendahara, kan yayasan keluarga ya, terus pengasuhnya ada dua perawat, dua psikolog, dua petugas keamanan dan dua petugas logistik, yang memenuhi kebutuhan makanan”¹

Yayasan ini memiliki dua lantai yang terdiri dari kantor administrasi, ruang pemeriksaan, ruang tengah, dan dua ruangan tempat tidur. Ruang tidur lantai bawah untuk pasien yang memiliki kondisi belum stabil, sedangkan bagian atas merupakan ruangan untuk pasien yang kondisinya sudah stabil, Kantor administrasi untuk mengurus pendaftaran dan pengurusan-pengurusan Yayasan, ruang pemeriksaan untuk pasien melakukan pemeriksaan secara rutin dan tempat penyimpanan obat-obatan.

Beliau percaya dengan diberdirikannya Yayasan ini dapat membantu menyembuhkan orang-orang dengan gangguan mental, dan dapat mengubah stigma jelek terhadap odgj, selain itu dengan membimbing orang-orang dengan gangguan mental juga kebaikan akan kembali ke orang-orang yang menolong mereka. Sesuai dengan yang telah dijelaskan oleh Bapak Sodikhin melalui wawancara langsung.

“dan *insyaallah* mba Tasa, doa-doa mereka itu *makbul*, ini sudah terbukti di keluarga saya. Pak Sodikhin ini anaknya empat, *alhamdulillah* yang pertama langsung bisa diterima di PNS karena minta doanya anak-anak sini, dibantu usaha juga. Pokoknya kita baik sama mereka”²

hal ini juga selaras dengan Hadits tentang Pertolongan Allah kepada seseorang juga tergantung pada pertolongan yang dilakukannya antar manusia. “Sesungguhnya Allah akan menolong seorang hamba-Nya selama hamba itu menolong orang lain.”³

Selain Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo, terdapat beberapa tempat yang menampung pasien dengan gangguan jiwa atau ODGJ (Orang-Orang dengan Gangguan Jiwa), salah satunya adalah Dinas Sosial Sidoarjo, Dinsos Sidoarjo merupakan

¹ Sodikhin, Wawancara, Sidoarjo, 03 November 2021.

² Sodikhin, Wawancara, 03 November 2021.

³ Hadits Muslim, Abu Daud Dan Tirmidzi.

suatu lembaga yang didirikan pemerintah yang berfokus pada bidang pemberdayaan sosial dan penanganan fakir miskin, Dinsos sendiri tidak hanya menampung orang-orang dengan gangguan jiwa tetapi disana juga terdapat rehabilitasi sosial anak, lanjut usia, disabilitas, dan tuna sosial. Selain dinas sosial terdapat pula suatu komunitas yang bisa disebut dengan “Kopisimel” atau Komunitas Peduli Sehat Mental, Kopismel merupakan salah satu layanan kesehatan yang dimiliki oleh pusat kesehatan masyarakat (Puskesmas) Krian, Sidoarjo. Kopisimel merupakan program layanan kesehatan mental atau poli jiwa. Pelayanan yang diberikan diantaranya dengan pemeriksaan kesehatan mental, konseling, psikoedukasi dan pengobatan. Puskesmas Krian juga melakukan rehabilitasi psikososial selain pengobatan, diantaranya melalui latihan keterampilan dan paduan suara.⁴

Pelayanan Kesehatan Jiwa bagi setiap orang dan jaminan hak Orang Dengan Masalah Kejiwaan (ODMK) dan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) adalah kewajiban pemerintah, namun belum terwujud secara optimal maka diharapkan dengan adanya Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish ini tidak hanya bertujuan untuk memulihkan orang-orang dengan gangguan mental tetapi juga berupaya dalam menumbuhkan rasa peduli dan sosial yang tinggi untuk masyarakat dan menghilangkan stigma jelek tentang ODGJ, karena gangguan jiwa atau gangguan mental merupakan suatu penyakit yang bisa disembuhkan.

B. Visi, Misi, dan Tujuan Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo memiliki Visi yang sangat sederhana yaitu memanusiakan manusia, sedangkan Misi dari yayasan ini adalah *pertama*, mewujudkan keberfungsian sosial yang artinya ketika pasien telah keluar dari Rumah Sakit Jiwa (RSJ) maka akan memiliki surat pulang dengan keterangan “sembuh

⁴ dinas Kesehatan, “KOPISIMEL, Aktivitas Kelompok Orang Dengan Gangguan Jiwa Pada Program Kesehatan Mental di Puskesmas Krian”, <http://dinkes.sidoarjokab.go.id>, 2017.

sosial”. Sembuh sosial memiliki arti kondisi seseorang yang terkena gangguan jiwa atau mental sudah layak dan dapat berinteraksi dengan lingkungan sosial atau masyarakat, tetapi sewaktu-waktu dapat mengalami kekambuhan, maka yayasan ini memiliki tujuan untuk melaksanakan keberfungsian sosial agar masyarakat juga bisa menerima ex gangguan jiwa atau mental. *Kedua*, mengembalikan bakat dan potensi yang dimiliki, pasien akan dilatih untuk mengasah keterampilan dalam rangka meningkatkan bakat dan potensi. *Ketiga*, pasien dapat meningkatkan keimanan agar lebih dekat dengan Tuhan YME.⁵

Tujuan dari didirikannya Yayasan Rehabilitasi Mental Al-Hafish ini adalah agar pasien dapat diterima di lingkungan sosial dan menghilangkan stigma buruk terhadap ODGJ, selain itu masyarakat juga dapat berinteraksi seperti pada umumnya kepada penderita gangguan jiwa atau mental. Dengan bimbingan yang diajarkan di Yayasan ini, seperti bimbingan keagamaan, keterampilan, dan kesehatan jasmani maupun rohani diharapkan pasien dapat kembali ke lingkungan asalnya dan dapat kembali diterima oleh keluarga pasien.⁶

Namun, tidak jarang pasien yang dipulangkan oleh yayasan dikembalikan lagi oleh keluarga pasien karena ketika kembali ke lingkungannya, pasien kembali menunjukkan tanda-tanda gangguan jiwa atau mentalnya. Maka, Yayasan akan menerima kembali pasien, karena pada dasarnya tujuan dari didirikannya Yayasan ini adalah untuk mengembalikan keadaan pasien agar kembali stabil dan dapat mengendalikan dirinya sendiri.⁷

⁵ Sodhikin, Wawancara, Sidoarjo, 08 November 2021.

⁶ Sodhikin, Wawancara, Sidoarjo, 08 November 2021.

⁷ Ida, Wawancara, Sidoarjo, 06 November 2021.

C. Struktur Kepengurusan Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

Dalam suatu lembaga pasti terdapat anggota kepengurusan yang memiliki peran penting dalam berjalannya suatu lembaga tersebut, seperti juga pada Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo yang memiliki struktur keanggotaan yang meliputi: Pembina, Ketua, Sekretaris, Bendahara, Pengasuh, Keamanan, Psikolog, dan Dokter. Berikut merupakan bagan struktur kepengurusan beserta nama-nama di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.

Struktur kepengurusan Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al Hafish Sidoarjo meliputi, yaitu, diketuai oleh Bapak Shodikin, dengan seorang pembina yaitu Bapak H. Sabari, lalu sekretaris oleh Ibu Ida, Bendahara oleh Ibu Anita, keamanan oleh Bapak Suyono, pengasuh oleh Ibu Ika, dan Bapak Made, dan didampingi oleh satu psikolog dan satu dokter yaitu Bapak Supri dan Dr. Iskandar.

Data diatas adalah pengurus inti Yayasan Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo, sedangkan anggota Yayasan secara keseluruhan terdapat 33 orang. Sembilan orang merupakan pengurus yang tertera diatas dan 24 lainnya merupakan pasien dari Yayasan.

D. Proses Terapi Penyembuhan Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

Terapi merupakan salah satu cara yang efektif untuk mengatasi gangguan mental selain pemberian obat secara rutin, terapi dapat melatih motorik pasien agar tetap stabil. Terdapat empat metode untuk upaya penyembuhan diantaranya, *pertama*, metode Promotif merupakan upaya untuk pembelajaran dan pengetahuan agar lebih meningkatkan pada kesehatannya. Dengan mengikuti bimbingan konseling, perawat dapat mengetahui kadar kesehatan mentalnya. *Kedua*, Preventif yaitu melakukan upaya pencegahan terjadinya penyakit maupun masalah kesehatan mental yang tidak diinginkan, Seperti mengikuti komunitas pencegahan, melakukan penyuluhan, dan lain

sebagainnya. Ketiga, Kuratif merupakan salah satu upaya yang mengarah pada pengobatan. *Keempat*, Rehabilitatif merupakan salah satu upaya yang mengarah pada hal-hal yang bersifat pemulihan.⁸

Proses terapi juga merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar manusia yang sebelumnya tidak dapat terpenuhi oleh dirinya sendiri, karena jika kebutuhan-kebutuhan dasar manusia jika tidak terpenuhi dapat menyebabkan kegelisahan dan tidak ada rasa nyaman dalam dirinya, maka dari itu tidak jarang seseorang mengalami stres dan depresi. Terapi disini memberi motivasi yang menekankan pada pertumbuhan diri (*self actualization*), motivasi akan mempengaruhi individu secara keseluruhan dan bukan secara bagian.⁹

Yayasan Panti Rehabilitasi Al-Hafish menerapkan salah satu dari empat metode yang sudah dijelaskan diatas, yaitu metode rehabilitatif, karena seperti namanya, Al-Hafizh merupakan tempat pemulihan atau tempat rehabilitasi. Prinsip utama dari yayasan ini adalah dengan menerapkan pendekatan holistik, dimana pendekatan tersebut dapat mewujudkan dan mengembalikan fitrah manusia dari jati dirinya. pendekatan holistik sendiri terbagi menjadi empat bagian, diantaranya:

Pertama, dengan metode Bio, metode bio merupakan suatu proses penyembuhan secara biologis atau jasmani. Metode ini dapat dilakukan dengan melakukan aktifitas seperti senam pagi, pemberian nutrisi dan obat-obatan secara rutin, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala oleh perawat.¹⁰ Peneliti mengikuti kegiatan senam pagi rutin bersama para pasien dan pengurus yayasan, pasien dengan semangat mengikuti senam dari awal sampai akhir yang dipimpin oleh kelompok ibu-ibu, senam ini berfungsi Agar

⁸ Sodikhin, Wawancara, Sidoarjo, 03 November 2021.

⁹ E. Koeswara, Motivasi (Teori dan Penelitian), (Bandung: Angkasa, 1989), 223- 224.

¹⁰ Sodikhin, Wawancara, Sidoarjo, 03 November 2021.

bisa merilekskan daya pikirannya, selain itu juga membuat tubuh menjadi sehat bugar. Senam yang dilakukan ini merupakan senam *Ling Tien Kung*.¹¹ Senam *Ling Tien Kung* sendiri merupakan terapi kesehatan yang bisa mengambil energi dari alam dan memicu hormon dalam tubuh.

Kedua, metode penyembuhan secara psikologis. Berbagai aktivitas telah terjadwal agar pasien selalu memiliki aktivitas dan mencegah pasien melamun, salah satunya dengan membuat kerajinan seperti keset lantai, membuat batik pada kaos, sandal, karangan bunga dan lain sebagainya, kegiatan ini juga dapat disebut dengan “*art therapy*”.¹² Seperti yang dikatakan oleh salah satu pasien melalui wawancara secara langsung.

“kalo pagi sholat, mandi, senam, ngaji, terus bikin keset, sama nonton TV”.¹³

Ketiga, metode sosiologi. Metode ini dilakukan agar pasien dapat berkumpul, beradaptasi dan bersosialisasi dengan masyarakat sekitar. Pendekatan ini dilakukan agar tidak ada diskriminasi antar sesama. Sosiologi sendiri merupakan pendekatan yang mencoba mengerti sifat dan maksud hidup bersama, cara terbentuk dan tumbuh serta berubahnya perserikatan perserikatan hidup itu serta pula kepercayaan, keyakinan yang memberi sifat tersendiri kepada cara hidup bersama itu dalam tiap persekutuan hidup manusia, karena para pasien tidak lepas dengan bersosialisasi ketika sudah pulih dan dapat dipulangkan.¹⁴ Selain itu juga mengikuti kegiatan kemasyarakatan, seperti: gotong royong, tahlilan, perayaan hari besar, dan sebagainya.¹⁵

¹¹ Made, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021.

¹² Sodikhin, Wawancara, Sidoarjo, 03 November 2021.

¹³ PA, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021.

¹⁴ M. Arif Khoiruddin, “*Pendekatan Sosiologi Dalam Studi Islam*”, Jurnal, 2014, Vol. 25, No. 2, 394.

¹⁵ Made, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021.

Keempat, metode secara spiritual. Kegiatan spiritual tidak pernah tertinggal di Yayasan Al-Hafish. Kegiatan spiritual merupakan kegiatan yang penting dan wajib dipelajari oleh setiap pasien, karena merupakan kegiatan yang berhubungan manusia dengan Tuhannya. Manfaat dari kegiatan spiritual adalah sebagai penguatan-penguatan dari spiritual yang bertujuan untuk menguatkan para rehabilitasi agar tidak mudah gampang stress dan mendekatkan diri pada sang illahi yang maha pemberi kesembuhan.¹⁶ Kegiatan ini meliputi Sholat berjamaah, ceramah oleh Tokoh agama yang dilakukan setiap hari Senin, Selasa, dan Rabu, dan belajar mengaji setiap sholat Maghrib. Ada sekitar 10 orang melakukan shalat Isya' di Yayasan Rehabilitas Mental Al-Hafish tersebut. Dalam gerakan shalat, dari salah satu mereka ada yang belum sempurna. Misalnya: pada waktu imam shalat melakukan gerakan sujud akan tetapi dari salah satu pasien masih dalam keadaan berdiri/*takbiratul ihram*.

Selain dengan keempat metode diatas, kita harus dapat berbaur dengan pasien, melakukan pendekatan terhadap pasien, karena dengan seringnya berinteraksi, maka pasien tidak akan merasa sendiri dan terlatih untuk bersikap secara normal. Untuk dapat diterima pasien, terdapat langkah-langkah awal yang disebut dengan BHSP (Bina hubungan saling percaya). BHSP dapat dilakukan dengan mengucapkan salam kepada pasien, memperkenalkan diri sebagaimana berkenalan dengan orang normal, dapat menjelaskan tujuan dan dapat memberikan pemahaman terhadap mereka dan memiliki empati yang tinggi terhadap pasien.¹⁷

Yayasan Panti Rehabilitas Mental Al-Hafish memiliki beberapa kegiatan rutin sebagai berikut: Senin-sabtu Melakukan terapi fisik berupa senam pada jam 07:00 pagi dan setiap hari Jum'at melakukan senam yang disebut "*ling tien kung*". kegiatan

¹⁶ Sodikhin, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021.

¹⁷ Sodikhin, Wawancara, Sidoarjo, 03 November 2021.

Pengajian yang dipandu oleh seorang ustadz, dilakukan pada hari senin, selasa, rabu sekitar Jam 09:00-09:30, Khusus hari rabu biasanya digunakan untuk membaca Al-Qur'an atau mengaji. Hari kamis bada' maghrib waktunya bersosialisasi untuk mengikuti tahlil di masyarakat, yang mengikuti hanya beberapa pasien tidak semuanya. Hari Jum'at kegiatannya membuat ketrampilan kreatifitas setelah senam berupa kerajinan seperti membuat karpet, batik celup, dan lain sebagainya. Pada hari Sabtu-Minggu, kegiatannya mendengarkan musik, karaoke bersama dengan ketua yayasan atau bisa disebut juga membuat ketrampilan, dan kegiatan spiritual.

Dari beberapa metode terapi diatas memiliki tujuan untuk berusaha memberikan kebutuhan-kebutuhan baik jasmani maupun rohani untuk pasien penderita gangguan jiwa atau mental serta memberikan kebutuhan aktualisasi diri pada pasien. Kebutuhan aktualisasi diri sebagai kebutuhan puncak. Dimana kebutuhan ada lima tingkatan yang tersusun secara piramida, dari dasar hingga puncak yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan keamanan, kebutuhan dimiliki dan cinta, kebutuhan harga diri dan kebutuhan aktualisasi diri.¹⁸

E. Studi Kasus gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

Mengenai penjelasan yang telah diuraikan diatas, maka peneliti mencoba memberikan pertanyaan kepada beberapa pasien Yayasan Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo, yaitu:

Pertama, merupakan satu-satunya wanita di Yayasan Panti Rehabilitasi Al-hafish Sidoarjo, yaitu IS, sejak tahun 2016 beliau sudah menjadi pasien di Yayasan ini. IS berasal dari Sidoarjo, keseharian beliau gemar membantu membersihkan Yayasan,

¹⁸ E. Koeswara, 225.

mencuci baju, dan menata sandal, beliau juga merupakan pasien yang paling rajin. Dari penjelasan salah satu pengurus yayasan, IS merupakan salah korban kejahatan seksual yang dilakukan oleh pamannya sendiri, sedari umur 10 tahun IS sudah ditinggalkan oleh orang tuanya, ibunya meninggal dunia dan ayahnya pergi dari rumah, akhirnya IS hidup di lingkungan saudaranya yang lain, ketika ibu IS meninggal, IS sangat terpuak dari kejadian itu IS sudah terlihat jika batinnya tertekan, dan ditambah lagi dengan kejahatan seksual yang dilakukan oleh pamannya sendiri. Karena IS tidak tahan mental dan jiwanya lalu ia mengalami gangguan kejiwaan tersebut dan dititipkan ke Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafizh Sidoarjo. IS rutin dijenguk oleh saudaranya setiap 10 hari sekali dengan membawakan baju-baju dan makanan untuk beliau.¹⁹

Dari pandangan peneliti, aktivitas beliau sehari-hari terlihat normal, ketika peneliti mencoba memberikan pertanyaan-pertanyaan dasar kepada IS, ia menjawab dengan antusias dan dapat dimengerti. IS dapat menjawab pertanyaan seputar kegiatan sehari-hari, tempat asalnya, hubungan antar sosialnya, dan beliau sedikit hiperaktif. Namun secara emosi dan akal IS belum dinyatakan stabil, sewaktu-waktu IS tiba-tiba merasa marah, sedih, dan terlihat depresi karena beban masa lalunya, maka dari itu IS belum bisa kembali ke lingkungan asalnya.²⁰

Kedua, Salah seorang pasien sebut saja BM, peneliti mencoba mengamati pasien karena beliau merupakan salah satu pasien yang bisa dibilang rajin, karena setiap hari membawa bolpoin di saku bajunya dan membawa buku tulis, pasien selalu sibuk mencatat sesuatu. ketika peneliti mencoba memberikan pertanyaan kepada pasien, beliau dapat menjelaskan dengan lancar setiap pengakuan yang diungkapkannya merupakan kejadian pada masa lalunya. BM mengaku bahwa dulunya ia adalah seorang mahasiswa

¹⁹ Ida, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021.

²⁰ Ida, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021.

dari salah satu Perguruan Tinggi Negeri di Indonesia, beliau merupakan aktivis yang aktif dalam organisasi kampus dan aktif dalam mengkritik pemerintah, beliau mengaku terlibat dalam masalah yang saat itu sedang panas-panasnya yaitu kasus Lumpur Lapindo, dan pengeboman di Jakarta, beliau yakin dan mengetahui terdapat dalang dari kasus tersebut.

Berikut hasil wawancara yang peneliti dapat dengan BM:

“dulu memorinya pernah kuliah, putus sekolah saya dapat surat ke Jakarta, jadi apa-apa itu saya kalo denger, maaf ya, keluarga malapar di polres yang karan-karan di mata masyarakat, dulu peristiwa peledakan bom, sekarang lumpur lapindo itu, banyak tau rahasianya dipikirkannya ya jujukan masyarakat sebagai minta ganti rugi kerusakan, kalo peledakan bom kan nyawanya meninggal itu, kalo sekarang ndak sama, jadi mata rantainya situasi kemahasiswaan yang mengarahkan masyarakat memanas-manasi berbuat curang kepada instansi pemerintah, jadi saya disenggol di didik disini.”²¹

Dari jawaban tersebut terlihat bahwa sebelum mengalami gangguan mental, BM merupakan sosok yang pintar dan aktif dalam kegiatan sosial, di yayasan pun BM selalu berpakaian rapi, rajin, dan selalu membawa bulpoin dan buku catatannya kemana-kemana. Ketika peneliti mencoba bertanya kepada pasien lain tentang BM, BM seringkali disapa dengan panggilan “*Pak Guru*” oleh pasien lain, hal ini dikarenakan BM yang rajin menulis dan belajar.

Ketiga, pasien yang berinisial HK, HK dulunya merupakan seorang mahasiswa di salah satu Institut di Surabaya, ia mengaku keberatan dengan tugas-tugas yang diberikan saat kuliah dulu, akhirnya HK memutuskan untuk putus kuliah. Disaat ia memutuskan tidak kuliah, HK mencoba mencari berbagai macam pekerjaan, dan selalu tidak berhasil dalam pekerjaannya, karena HK mengalami banyak beban pikiran, HK mengalami depresi dan emosi yang tidak stabil, maka dari itu ia perlu dirawat di Rumah Sakit Jiwa Menur, lalu ketika sudah mendapat surat bebas secara sosial, HK perlu direhabilitasi terlebih dahulu di Yayasan Al-Hafish. Saat ini HK memiliki kondisi yang

²¹ BM, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021.

cukup stabil, ia sering membantu pekerjaan-pekerjaan yang ada di yayasan, ketika peneliti mengajak berbicara, HK tidak terlihat seperti orang yang terkena gangguan mental, karena emosinya yang sudah mulai stabil.

“saya dulu juga kuliah mbak, di ITATS, tapi banyak tugas, aku ga mampu, pusing, akhirnya saya tidak ga lanjut kuliah, cari-cari kerja dimana-mana, jadi tukang parkir, ngelamar di pabrik-pabrik tapi ga diterima-diterima, saya juga umur 22 tahun mbak”²²

Diatas merupakan hasil Peneliti yang melakukan wawancara dengan HK, dari pernyataan tersebut terlihat HK sangat teratur dalam berbicara dan dapat berkomunikasi dengan baik terhadap lingkungan sosialnya.

Keempat, pasien dengan inisial BD, BD merupakan salah satu pasien di Yayasan Al-Hafish yang sudah cukup lama tinggal disana. Saat peneliti mencoba memberi pertanyaan pada BD, awalnya ia dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan mendasar yang diberikan oleh peneliti, namun setelah beberapa pertanyaan BD tidak dapat menjawab dengan baik, ia akan terus mengulangi beberapa perkataannya.

Hal ini dikarenakan pasien yang belum memiliki kondisi yang stabil, terkadang pasien dapat bersikap normal, namun jika diajak berbicara terlalu lama, pasien akan kehilangan konsentrasi dan tidak dapat berbicara dengan jelas. Pasien yang belum stabil kondisi dan emosinya akan diberikan dosis obat yang lebih banyak daripada pasien yang sudah stabil emosinya.

Rasa bermusuhan atau lingkungan yang penuh kritik, masalah perumahan (tidak puas dengan suasana rumah), tekanan terhadap penampilan (kehilangan kemandirian dalam kehidupan), perubahan pola aktivitas hidup, stress akibat kurang keterampilan untuk mempertahankan kehidupan, kesetiaan, tekanan pekerjaan, maka akan terjadi

²² HK, Wawancara, Sidoarjo, 06 November 2021.

kemunduran dalam psikosis. Lingkungan yang dimaksud bisa lingkungan keluarga dan masyarakat.²³

Dari beberapa wawancara yang diperoleh oleh peneliti terhadap pasien gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo, rata-rata pasien adalah seseorang yang mengalami gangguan mental melalui faktor eksternal. Tidak jarang juga pasien mengalami gangguan mental karena faktor ekonomi. Mayoritas gangguan mental yang dialami oleh pasien terjadi saat pasien telah dewasa, dimana pasien mulai menghadapi banyak permasalahan hidup. Jika seseorang tidak memiliki pertahanan yang kuat pada mental dan jiwanya makanya seseorang tersebut akan mudah mengalami berbagai gangguan kejiwaan.

Kebutuhan-kebutuhan dalam hidup harus dapat dicapai oleh setiap orang agar hidup dapat seimbang dan dapat terus melanjutkan hidup dengan normal. Permasalahan yang datang dalam kehidupan harus dapat dihadapi dengan benar, jika tidak maka akan menimbulkan gangguan pada dalam diri seseorang tersebut, seperti pada kasus diatas dimana seorang pasien tidak dapat menyelesaikan tugas-tugas yang menurutnya terlalu berat maka ia akan mengalami depresi, dan keputusasaan, selanjutnya pasien yang mengalami tekanan demi tekanan oleh keluarganya sendiri yang seharusnya memberi perlindungan dan kasih sayang sehingga pasien tersebut juga menjadi depresi dan merasa tidak ada tempat berlindung untuk dirinya, dan penyebab-penyebab gangguan mental lainnya yang disebabkan oleh tidak tercapainya penunjang dalam kesejahteraan kehidupan.

²³ Dilfera Daniati dan Resnia Madona Harahap, "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kasus Skizofrenia Pada Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Khusus Jiwa Soeprapto Provinsi Bengkulu", Jurnal Keperawatan Silampari, 2018, Vol.1 No.2, h.88.

BAB IV

ANALISIS FUNGSI AGAMA DALAM PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL DI YAYASAN PANTI REHABILITASI AL-HAFIZH SIDOARJO

A. Faktor-Faktor Gangguan Mental pada Studi Kasus di Yayasan Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

Terdapat bermacam-macam penyebab terjadinya gangguan mental, dan gangguan mental dapat terjadi pada setiap orang. Gangguan mental dapat dilihat dari berubahnya pola pikir, tingkah laku dan emosi yang tidak stabil tanpa disertai alasan yang jelas. Terdapat berbagai macam penyebab terjadinya gangguan mental, stres yang dibiarkan terus-menerus akan menyebabkan gangguan kejiwaan atau gangguan mental. Faktor terjadinya gangguan mental dan kejiwaan dapat dipengaruhi oleh *emotional turbulence families, stressful life events*, diskriminasi, dan kemiskinan. Lingkungan emosional yang tidak stabil dapat juga dianggap mempunyai risiko yang besar terhadap perkembangan gangguan mental dan kejiwaan.¹

Dari kasus-kasus yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya terdapat juga berbagai macam kasus lainnya, seperti yang paling banyak terjadi dalam kehidupan masyarakat yaitu faktor ekonomi yang seringkali menjadi masalah dalam kehidupan. Berbagai gangguan terjadi dikarenakan permasalahan ekonomi termasuk mental yang dapat terganggu apabila seseorang tidak dapat mengatasi kebutuhan finansial untuk dirinya dan keluarganya. Seseorang akan mengalami depresi dan frustrasi ketika sesuatu yang ia butuhkan untuk melanjutkan hidup yang sejahtera tidak dapat dipenuhi, jika

¹ Dilfera Daniati dan Resnia Madona Harahap, 88.

seseorang tersebut telah mencapai titik buntu dalam hidupnya maka akan terjadi gangguan-gangguan dalam mental dan jiwanya.

Jika terjadi perubahan-perubahan yang terlalu lama, seperti panik, takut dan sedih yang bersedih terlalu lama, akan timbul perubahan-perubahan kimia lainnya akan mengakibatkan saraf yang bersifat kejiwaan. Jika seseorang berada dalam keadaan normal, seimbang hormon kimianya, maka ia akan selalu berada dalam keadaan aman. Dari situlah sangat tergantung kuatnya keimanan yang tersimpan didalam Manusia di samping faktor susunan tubuh serta dalam kesadaran manusia itu.

Dari beberapa kasus-kasus yang terjadi pada pasien gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya gangguan mental tersebut, antara lain:

Faktor lingkungan, Dari hasil analisis didapatkan bahwa penyebab pasien memiliki gangguan skizofrenia adalah Karena tertekan oleh keadaan lingkungan. Hubungan pasien dengan teman, keluarga atau tetangga yang kurang baik seperti pasien kurang mendapatkan kasih sayang dari orang tua dan mendapat perlakuan yang kurang baik dari saudara dan tetangga.

Faktor Psikologi, yaitu pasien ketidakpahaman pasien terhadap masalah yang dialami, ketidakmampuan dalam pemecahan masalah, dan ketidakmampuan beradaptasi dalam hubungan interpersonal. Masalah psikologis adalah masalah internal yang seharusnya bisa dikendalikan oleh setiap orang. Pasien yang didiagnosa menderita gangguan mental sebagian besar tidak memiliki hati yang lapang atau pemikiran yang luas sehingga setiap masalah yang ada hanya menjadikan stress. Kemudian sifat pasien yang juga pendiam dapat menambah beban stress pasien karena beban yang dihadapi hanya disimpan sendiri dan semakin menekan pasien. Individu yang rentan tersebut

apabila dikenai stres psikososial seperti status ekonomi yang rendah, gagal dalam mencapai cita-cita dan konflik yang berlarut-larut, kematian keluarga yang dicintai dan lain sebagainya dapat berkembang menjadi gangguan jiwa atau mental.²

Sebab-sebab terjadinya gangguan mental tidak lepas dari rasa ketidakpuasan terhadap hidupnya dan lingkungannya, hal ini berkaitan dengan kebutuhan hierarki oleh Abraham Maslow, bahwa untuk memenuhi kesejahteraan hidup, manusia memiliki lima tingkatan kebutuhan yaitu, fisiologis, seperti udara, seks, air dan makanan. Tingkat kedua yaitu kebutuhan keamanan dan perlindungan, termasuk juga keamanan fisik dan psikologis. Tingkat ketiga berisi kebutuhan akan cinta dan memiliki, termasuk didalamnya hubungan pertemanan, hubungan sosial, dan hubungan cinta. Tingkat keempat yaitu kebutuhan akan penghargaan diri termasuk juga kepercayaan diri dan nilai diri. Tingkat terakhir merupakan kebutuhan untuk aktualisasi diri yaitu keadaan pencapaian potensi dan mempunyai kemampuan untuk menyelesaikan masalah dan beradaptasi dengan kehidupan.

Untuk mengatasi gangguan mental maka dibutuhkan motivasi. Motivasi didefinisikan sebagai proses yang menjelaskan mengenai kekuatan, arah, dan ketekunan seseorang dalam upaya untuk mencapai tujuan.³ Maslow menyatakan bahwa orang termotivasi karena kebutuhan yang tidak terpenuhi berdasarkan urutan kadar kepentingannya dari urutan yang paling rendah hingga ke urutan yang lebih tinggi. Pasien akan mendapatkan rasa optimismenya kembali ketika mendapatkan juga motivasi yang dari lingkungan sekitar dan dari dirinya sendiri, maka dari itu berbagai metode dilakukan

² Iin Nadlifa, "*Faktor-Faktor Penyebab Skizofrenia*", Skripsi, (UMS: Surakarta, 2016), h.5.

³ Tri Andjarwati, "*Motivasi dari Sudut Pandang Teori Hirarki Kebutuhan Maslow, Teori Dua Faktor Herzberg, Teori X Y Mc Gregor, dan Teori Motivasi Prestasi Mc Clelland*", Jurnal Ilmu Ekonomi & Manajemen, Vol. 1, No. 1, h.46.

untuk mendapatkan kembali motivasi hidup pasien gangguan mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo.

B. Tahapan Penyembuhan Pasien Gangguan Mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

Terdapat dua tahapan proses penyembuhan pasien gangguan jiwa atau mental, yaitu tahapan medis dan non-medis. Tahapan medis melalui pemberian obat secara rutin kepada pasien, sedangkan tahapan non-medis berupa psikoterapi spiritual religius. Obat-obatan memiliki fungsi sebagai upaya untuk penstabilan pasien dan sebagai penenang. Tahapan non-medis berupa psikoterapi spiritual religius memiliki peran yang penting bagi penyembuhan pasien karena dapat praktik spiritual yang diberikan kepada pasien sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-harinya.

Sebelum memasuki proses tahapan penyembuhan, pasien memerlukan pendekatan terlebih dahulu terhadap lingkungannya. Interaksi sangat diperlukan dalam proses penyembuhan pasien, pasien akan terlebih dahulu diperkenalkan dengan lingkungan sekitar, para perawat, pengurus dan sesamanya. Dengan begitu pasien lebih mudah mengingat, menangkap suatu masalah dan lebih mudah berinteraksi dengan orang asing.

Tahapan medis berupa obat-obatan yang berfungsi memperbaiki saraf dan sebagai penenang pada pasien. Dalam sehari pasien diberikan obat paling banyak dua hari sekali, pagi dan malam. Pagi pada pukul 10.00 WIB dan ketika malam pada pukul 18.30 WIB. Obat-obatan membantu pasien agar tetap tenang dan stabil. Selain itu terdapat pemeriksaan rutin yang dilakukan perawat terhadap pasien meliputi pemeriksaan darah, gula darah, dan sebagainya. Pasien yang memiliki penyakit fisik akan diberikan perawatan lebih seperti dengan diberi obat-obatan khusus penyakitnya dan penambahan

nutrisi serta pembatasan makanan yang dilarang agar kesehatannya tetap terjaga. Namun, terdapat pasien yang belum bisa mengeluhkan penyakit yang dideritanya, oleh sebab itu perawat harus lebih peka terhadap gejala-gejala yang dialami oleh pasien.

Tahapan yang paling penting adalah tahapan non-medis, di Yayasan Panti Rehabilitasi Al-Hafish menerapkan psikoterapi spiritual religius. Pasien diharapkan dapat lebih mendekatkan diri pada Tuhan YME. Dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwasannya pasien yang lebih tenang, stabil dan dapat berinteraksi dengan baik merupakan pasien yang religius, sedangkan pasien yang belum stabil, belum dapat berinteraksi dengan lancar merupakan pasien yang notabenehnya merupakan pasien baru di Yayasan, jadi pengetahuan tentang ketuhanan dan agamanya masih minim dibanding dengan pasien lama yang sudah dapat berinteraksi dengan baik.

Terdapat pengajian rutin yang dilaksanakan setiap hari Senin, Selasa, dan Rabu, pengajian dipimpin oleh Ustadz yang sudah tujuh tahun memberi materi pengajian di Yayasan.⁴ Dalam pengajian pasien mendengarkan dengan seksama, pengajian diawali dengan Salam, menanyakan kabar, bersholawat bersama dan menjelaskan suatu kandungan surah dalam Al Qur'an, terdapat pasien yang interaktif dan terdapat pula pasien yang pasif, sedangkan pasien pasif mayoritas adalah pasien baru.

Dari langkah-langkah terapi di atas bertujuan agar pasien dapat mengenali dirinya sendiri dan agar memiliki kesadaran diri yang kuat dan terkendali, karena dengan adanya kesadaran diri maka pasien dapat memenuhi kebutuhan batiniah yang diinginkannya, pasien memiliki kesadaran penuh untuk melakukan sesuatu yang dapat membuatnya sembuh serta dapat berinteraksi dengan lingkungan sosial, selain itu pasien juga dapat menggali potensi dan bakat pada dirinya.

⁴ Hasan, Wawancara, Sidoarjo, 10 November 2021.

Kesadaran memiliki arti secara terminologi adalah kemampuan seseorang untuk melakukan relasi dan limitasi. Relasi merupakan hubungan, dan limitasi adalah batasan, jadi jika seseorang dalam keadaan yang sadar akan melakukan relasi dan limitasi.⁵ Untuk mengetahui pasien memiliki relasi dan limitasi butuh praktik secara langsung, contohnya ketika peneliti mencoba mengamati aktivitas pasien, terdapat sisa makanan pada meja, lalu seorang pasien mengambil makanan itu dan memakannya padahal pasien tidak tahu pemilik makanan tersebut, maka dari kejadian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa pasien belum memiliki kesadaran penuh atas dirinya yaitu limitasi.

C. Kebutuhan Agama dalam Proses Terapi Penyembuhan Gangguan Mental di Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo

Setiap orang pasti memiliki masalah, dan setiap orang juga harus dapat mengatasi setiap masalah dan memiliki strategi untuk menyelesaikan masalahnya. Terdapat berbagai cara untuk mengatasi masalah, seperti dengan berkonsultasi, komunikasi, dan berdiskusi atau berdialog adalah hal utama yang esensial. Namun hal yang terpenting adalah dimana manusia selalu mengingat Tuhannya dan percaya pada-Nya. Terutama psikoterapi dan penyembuhan agama yang dapat dilakukan medis maupun alternatif. Ruqyah merupakan salah satu metode yang efektif yang dilakukan oleh umat Islam dengan cara membiasakan diri mengucapkan dzikir, istighfar, membaca ayat-ayat tertentu dalam Al-Quran, memperbanyak ibadah, dan belajar lebih banyak tentang spiritualitas sebagai entitas tertinggi untuk menghindari disorientasi krisis emosional.⁶

Manusia merupakan ciptaan Tuhan yang bersamaan dengan itu memiliki berbagai kebutuhan. Manusia dituntut untuk merealisasikan kebutuhan itu, dan itulah sebabnya

⁵ Shodikin, Wawancara, Sidoarjo, 8 November 2021.

⁶ Wiwik Setiyani, "Religious Behavior And Self-Defense Method: A Study Of Patient With Bipolar Disorder", Psikis : Jurnal Psikologi Islami Vol. 6 No. 2, 2020, 126.

manusia senantiasa beraktivitas, yang tentu ujungnya adalah demi terpenuhinya kebutuhan itu. Merujuk penjelasan Abraham Maslow, tokoh psikologi humanistik, bahwa ada lima kebutuhan manusia yang hirarkis sifatnya (hierarchy needs), yakni kebutuhan fisiologi, rasa aman, afiliasi, harga diri dan penggunaan potensi.⁷ Aktualisasi diri, pengembangan dan penggunaan potensi merupakan suatu tahapan hidup, yang menurut Maslow, didorong oleh adanya metamotivasi (metamotivation) yang antara lain wujudnya adalah *mystical* atau *peak experience*,⁸ yakni sejenis kekuatan gaib. Hal demikian ini menunjukkan bahwa di dalam diri manusia telah terdapat potensi beragama. Dikatakan oleh para filosof perennial bahwa “secara intrinsik dan alami, Tuhan telah menanamkan benih atau potensi (fitrah) beragama pada diri setiap manusia”,⁹ dan itulah sebabnya manusia secara alamiah biasa diapresiasi dengan sebutan homo religius (makhluk beragama).

Relevan dengan uraian di atas berarti beragama itu sesungguhnya merupakan fitrah-alamiah bagi setiap manusia, berakar kuat pada perasaan dan kesadaran primordialnya. Di samping fitrah atau potensi beragama, manusia punya fitrah sosial, sehingga dia distribusi sebagai makhluk sosial (homo socios). Fitrah sosial ini menuntut adanya agama secara natural. Mengingat manusia dalam penciptaannya dilengkapi beberapa potensi fisik dan psikis maka semua potensi itu menuntut realisasinya secara aktual. Tetapi kenyataannya manusia memiliki berbagai keterbatasan, hingga sejumlah keinginan dan kebutuhannya tidak terpenuhi, kecuali melalui kerja sama dengan pihak lain. Namun dalam kerja sama itu, manusia sering dihadapkan egoisme masing-masing

⁷ Jujun S. Suriasumantri, “*Filsafat Ilmu*”, (Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1993), 262.

⁸ Djamaludin Ancok dan Fuad Anshori Suroso, “*Psikologi Islami*”, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), 75.

⁹ Hidayat dan Nafis, “*Agama Masa Depan*”, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2013), 5.

pihak, hingga timbul benturan. Jika demikian maka manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan aturan hidup bersama, hingga tercipta kehidupan bersama yang baik.

Disampaikan pula penjelasan lain mengenai urgensi atau pentingnya agama bagi umat manusia. Penjelasan ini menyebutkan secara lebih rinci mengenai urgensi agama bagi manusia. Adapun pentingnya agama bagi manusia karena ada berbagai alasan berikut ini: *Pertama*, Agama merupakan sumber moral; *kedua*, agama merupakan petunjuk kebenaran; *Ketiga*, Agama adalah merupakan sumber informasi mengenai masalah metafisika (gaib); dan *Keempat*, Agama memberikan bimbingan rohani kepada manusia, baik saat suka maupun duka.¹⁰

Dialog agama juga dapat menjadi cara yang efektif untuk mengetahui cara kehidupan manusia. Dalam dialog agama mencakup koeksistensi dan pro-eksistensi disertai dengan penyesuaian, mencapai keserasian, bakat, keseimbangan, dan yang terpenting adalah perdamaian. Dialog keagamaan juga dapat membentuk komunitas kesadaran akan pentingnya perdamaian. Kedamaian berfungsi untuk membangun jiwa yang dewasa dan dapat mempertahankan diri dari masalah-masalah duniawi.¹¹ Karena pada dasarnya Agama merupakan kebutuhan pokok Manusia karena hanya agamalah yang mampu memberikan solusi atas persoalan yang dihadapi baik secara individu maupun kelompok termasuk didalamnya masalah kesehatan mental.

¹⁰ Tim Dosen Agama Islam Universitas Negeri Malang, “*Pendidikan Agama Islam untuk Mahasiswa*”, (Malang: UPMU, 1989), 3-9.

¹¹ Wiwik Setiyani, “*Religious Behavior And Self-Defense Method: A Study Of Patient With Bipolar Disorder*”, 121.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pada dasarnya manusia memiliki tingkatan kebutuhan yang harus dipenuhi agar mencapai tujuan hidup yang sejahtera. Menurut Abraham H. Maslow dalam teorinya yaitu teori kebutuhan hierarki, manusia memiliki lima tingkatan kebutuhan, yaitu: yang pertama merupakan kebutuhan manusia paling dasar, kebutuhan fisiologis (*physiological needs*), merupakan kebutuhan yang mencakup kebutuhan air dan makanan, oksigen, seks, dan semua elemen-elemen fisik yang mendukung keberlangsungan kehidupan manusia. Yang kedua, kebutuhan keamanan (*safety needs*), yang berhubungan dengan keamanan baik fisik maupun psikis manusia. Yang ketiga, kebutuhan sosial, (*social needs*), kebutuhan dimiliki atau menjadi bagian dari kelompok sosial dan cinta menjadi tujuan yang dominan. Orang sangat peka dengan kesendirian, pengasingan, ditolak lingkungan dan kehilangan sahabat atau kehilangan cinta. Kebutuhan dimiliki ini terus penting sepanjang hidup. Begitu pula rasa tidak memiliki Tuhan, hidup akan tidak tau arah dan sering merasa tersesat yang akhirnya akan menjadikan seseorang selalu merasa gelisah. Yang keempat, Kebutuhan Harga Diri (Self Esteem) Manakala kebutuhan dimiliki dan mencintai telah relatif terpuaskan, kekuatan motivasinya melemah, diganti motivasi harga diri. Ada dua jenis harga diri, yaitu Menghargai diri sendiri (*self respect*) dan Mendapat penghargaan dari orang lain (*respect from other*). Yang kelima, Sesudah semua kebutuhan dasar terpenuhi muncullah kebutuhan meta atau kebutuhan aktualisasi diri, kebutuhan menjadi sesuatu yang orang itu mampu mewujudkannya memakai (secara maksimal) seluruh bakat kemampuan- potensinya.

Jika seseorang tidak dapat memenuhi kebutuhan dalam dirinya baik jasmani dan rohani maka akan menyebabkan kegelisahan dalam hidup. Gelisah yang terus menerus dapat mengganggu pola pikir dan kesehatan jiwa atau mental seseorang, jika tidak dapat mengatasi diri sendiri maka tidak jarang seseorang akan mengalami gangguan kejiwaan atau gangguan mental. Secara sederhana, gangguan mental dapat diartikan sebagai tidak adanya atau kekurangannya dalam hal kesehatan mental. Orang yang memiliki kekurangan dalam kesehatan mentalnya maka dimasukkan sebagai orang yang mengalami gangguan mental. Pengertian ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh (Kaplan dan Sadock, 1994) yang menyatakan bahwa gangguan mental merupakan “*any significant deviation from an ideal state of positive mental health*” artinya penyimpangan dari keadaan ideal dari suatu kesehatan mental merupakan indikasi adanya gangguan mental. Terdapat pengertian lainnya yang mengartikan gangguan mental sebagai adanya penyimpangan dari norma-norma perilaku, yang mencakup pikiran, perasaan, dan tindakan. Orang yang mengalami depresi dan alkoholik, adalah orang yang mengalami gangguan mental karena terjadi penyimpangan perilaku, orang yang depresi merasa dirinya sangat tertekan, dan orang alkoholik tidak dapat menahan tindakannya dan secara persisten mengkonsumsi minuman beralkohol. Perilaku yang dilakukan secara persisten atau repetitif terutama perilaku yang tidak dikehendaki merupakan indikasi gangguan mental (Szas, 1987).

Dalam masalah ini, agama memiliki peran yang kuat dalam kesehatan jiwa dan mental seseorang, pentingnya agama bagi manusia karena ada berbagai alasan berikut ini: *Pertama*, Agama merupakan sumber moral; *kedua*, agama merupakan petunjuk kebenaran; *Ketiga*, Agama adalah merupakan sumber informasi mengenai masalah metafisika (gaib); dan *Keempat*, Agama memberikan bimbingan rohani kepada manusia, baik saat suka maupun duka.

Yayasan Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo merupakan salah satu yayasan yang menampung pasien ex Rumah Sakit Jiwa Menur dan orang dengan gangguan jiwa lainnya. Dalam yayasan ini pasien akan direhabilitasi yang tujuannya agar dapat diterima kembali di kehidupan sosial. Yayasan Panti Rehabilitasi Mental Al-Hafish Sidoarjo memiliki Visi yaitu memanusiakan manusia, sedangkan Misi dari yayasan ini adalah, *pertama*, mewujudkan keberfungsian sosial yang artinya ketika pasien telah keluar dari Rumah Sakit Jiwa (RSJ) maka akan memiliki surat pulang dengan keterangan “sembuh sosial”. Sembuh sosial memiliki arti kondisi seseorang yang terkena gangguan jiwa atau mental sudah layak dan dapat berinteraksi dengan lingkungan sosial atau masyarakat, tetapi sewaktu-waktu dapat mengalami kekambuhan, maka yayasan ini memiliki tujuan untuk melaksanakan keberfungsian sosial agar masyarakat juga bisa menerima ex gangguan jiwa atau mental. *Kedua*, mengembalikan bakat dan potensi yang dimiliki, pasien akan dilatih untuk mengasah keterampilan dalam rangka meningkatkan bakat dan potensi. *Ketiga*, pasien dapat meningkatkan keimanan agar lebih dekat dengan Tuhan YME.

Tujuan dari didirikannya Yayasan Rehabilitasi Mental Al-Hafish ini adalah agar pasien dapat diterima di lingkungan sosial dan menghilangkan stigma buruk terhadap ODGJ, selain itu masyarakat juga dapat berinteraksi seperti pada umumnya kepada penderita gangguan jiwa atau mental. Dengan bimbingan yang diajarkan di Yayasan ini, seperti bimbingan keagamaan, keterampilan, dan kesehatan jasmani maupun rohani diharapkan pasien dapat kembali ke lingkungan asalnya dan dapat kembali diterima oleh keluarga pasien. Jadi Agama merupakan dasar utama yang ditanamkan dalam diri pasien di yayasan ini agar jiwa dan mentalnya kembali sehat dan stabil, dengan tujuan agar dapat diterima kembali di masyarakat sekitar.

B. Saran

Agama merupakan hal utama bagi kehidupan manusia, karena agama mencakup seluruh norma-norma dan ajaran terhadap manusia beragama. Jika seseorang lemah dalam keimanan dan ketakwaannya dalam beragama, hidup akan menjadi tidak tenang dan mudah terguncang, dan tidak jarang manusia mengalami gangguan jiwa dan mental, maka dari itu diharapkan seseorang dapat menjaga kesehatan jiwa dan raganya dengan memperkuat iman dan ketakwaan terhadap agama dan Tuhannya.

Penyakit jiwa dan mental bukanlah suatu penyakit yang membahayakan, dan tidak perlu ditakuti. Seseorang dapat menjadi sehat kembali jiwa dan mentalnya jika diatasi dengan baik dan benar, namun kebanyakan masyarakat menganggap bahwa ODGJ merupakan seseorang yang mengerikan dan memiliki stigma yang negatif hal ini menjadikan seseorang yang mengidap masalah tersebut menjadi semakin tertekan. Maka dari itu diharapkan masyarakat membuang stigma negatif terhadap orang dengan gangguan jiwa atau mental dan juga seseorang tidak perlu malu untuk mengakui bahwa dirinya memiliki penyakit mental.

Pemerintah perlu lebih peduli terhadap yayasan-yayasan yang menampung ODGJ agar semakin banyak tempat penampungan yang layak bagi penderita gangguan jiwa atau mental, sehingga diharapkan dapat mengurangi angka penderita gangguan jiwa atau mental. Seperti diadakannya penyuluhan-penyuluhan tentang pentingnya menjaga kesehatan jiwa dan mental yang ditujukan mulai dari usia remaja hingga dewasa. Usia remaja merupakan usia yang rentan terhadap kesehatan mental dan jiwa, maka dari itu perlu ditekankan pembelajaran mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental dan jiwa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz Ahyadi, Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila, Bandung: Sinar Baru, 1991.
- Abu Ridha, “Berhenti Sejenak: Recik-recik Spiritualitas Islam”, Bandung: PT Syaamil Cipta Media, 2002.
- Abuddin Nata, Metodologi Study Islam, Jakarta: Rajawali Pers, 2010.
- Achmad Sunarto, dkk, “Terjemah Shahih Bukhari”, Semarang: CV Asy Syifa’, 2016.
- Alex Sabaur, “Psikoterapi Umum”, t.t.: Pustaka saka, 2003.
- Ana Fitriana, Skripsi, “Bimbingan Agama Islam dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Anak Yatim di Panti Asuhan Baitussalam Pedurungan Semarang”, UIN Walisongo, 2017.
- Anwariah Salsabila, Skripsi, “Pemeliharaan Kesehatan Mental dalam Al-Qur’an (Studi Tematik Ayat-Ayat Ketenangan Jiwa dengan Pendekatan Psikologi)”, UIN Sunan Ampel, 2020.
- Baharuddin, dkk, “Pendidikan Humanistik”, Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2007.
- Bambang Syamsul Arifin, “Psikologi Agama”, Bandung, 2008.
- Betty R. Scharf, “Sosiologi Agama”, Jakarta, Kencana, 2004.
- Brian Morris, “Antropologi Agama : Kritik Teori-Teori agama Kontemporer”, Yogyakarta, AK Group : 2003.

- Calvin S. Hall dan Gardner Lindzey, "Teori-teori Holistik (Organismik – Fenomenologis)", Yogyakarta: Kanisius, 1993.
- Cholid Narbuko dan H. Abu Achmadi, "Metodologi Penelitian" Jakarta, 2009.
- Departemen Pendidikan & Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka 1989.
- Dilfera Daniati dan Resnia Madona Harahap, "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kasus Skizofrenia Pada Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Khusus Jiwa Soeprapto Provinsi Bengkulu", Jurnal Keperawatan Silampari, 2018, Vol.1 No.2
- Dinas Kesehatan, "KOPISIMEL, Aktivitas Kelompok Orang Dengan Gangguan Jiwa Pada Program Kesehatan Mental di Puskesmas Krian", <http://dinkes.sidoarjokab.go.id>, 2017.
- Djamaludin Ancok dan Fuad Anshori Suroso, "Psikologi Islami", Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994.
- Dr. HM. Zainuddin, MA, "Terapi Jiwa Menurut Islam", Malang: GEMA, 2013.
- Dr. Muhammad 'utsman Najati, "Psikologi Qur'ani Dari Jiwa Hingga Ilmu Laduni", Bandung: Marja, 2010.
- E. Koeswara, Motivasi (Teori dan Penelitian), Bandung: Angkasa, 1989.
- Fauzul Iman, dkk, "al-Qalam: Jurnal Keagamaan dan Kemasyarakatan", Banten: STAIN Sultan Maulana Hasanuddin, 2006.
- Hadits Muslim, Abu Daud Dan Tirmidzi

- Hasyim Hasanah, “Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial)”, Jurnal at taqaddum, Vol. 8, No. 1, 2016.
- Heni Yuliyanti, Skripsi, “Kontribusi Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental”, UIN Raden Intan, 2019.
- Hidayat dan Nafis, “Agama Masa Depan”, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2013.
- Iin Nadlifa, “Faktor-Faktor Penyebab Skizofrenia”, Skripsi, UMS: Surakarta, 2016.
- Iin Tri Rahayu, “Psikoterapi Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer”, Malang, 2009.
- Jalaluddin, “Psikologi Agama”, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012.
- Jamaluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, “Psikologi Islami : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi” Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000.
- Jamaluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, “Psikologi Islami : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi” Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000.
- Juhana Nasrudin, “Relasi Agama, Magi, Sains Dengan Sistem Pengobatan Tradisional-Modern Pada Masyarakat Pedesaan”, Hanifiya: Jurnal Studi Agama-Agama, 2019.
- Jujun S. Suriasumantri, “Filsafat Ilmu”, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1993.
- Kartika Sari Dewi, “Kesehatan Mental”, Semarang: UPT Undip Press, 2012.
- Ki Fudyartanta, Psikologi Umum 1&2, Yogyakarta, 2011.
- Lailul Fatihin, Skripsi, “Doa dan Terapi Quantum Ikhlas: Penguatan Mental Pasien di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sekapuk Gresik”, UIN Sunan Ampel, 2019.
- Latipun, “Kesehatan Mental”, Malang: UMM Press, 2019.

- Lexy J. Moleong, “Metodologi Pendekatan Kualitatif”, Bandung: Remaja Rosda Karya, 2007.
- Luluk Indarinul Mufidah, “Pentingnya Psikoterapi Agama Dalam Kehidupan Di Era Modern”, Jurnal, 2015, Vol. 1, No. 2..
- M. Arif Khoiruddin, “Pendekatan Sosiologi Dalam Studi Islam”, Jurnal, 2014, Vol. 25, No. 2.
- M. Arifin, “Ilmu Pendidikan Islam; Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis Berdasarkan Pendekatan Interdisipliner”, Jakarta: Bumi Aksara, 1991.
- M. arifin, “Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama”, Jakarta: Golden Terayon Press, 1994.
- Muhaimin, “Problema Agama Dalam Kehidupan Manusia”, Jakarta: Kalam Mulia, 1989.
- Muhammad Ali Bagas, “Relevansi Teori Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow Terhadap Motivasi Kerja Anggota Organisasi Penyuluhan Agama Islam”, Jurnal Syifaul Qulub: Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 1, No. 2, 2020.
- Muhammad Mahmud, “Ilm al-Nafs al-Ma’asbir Fi Dbaw’i al-Islam”, Jiddah: Dar Al-Syuruq, 1984.
- Mulyadi, “Agama dan Pengaruhnya Dalam Kehidupan”, Jurnal Tarbiyah Al-Awlad, Vol. 6 No. 2, 2016.
- Musfir bi Said Az-Zahrani, “Konseling Terapi”, Jakarta: Gema insane Press, 2005.
- Pupu Saeful Rahmat, “Penelitian Kualitatif”, Jurnal Equilibrium, Vol. 5, No. 9, 2009.
- Ramayulis, Psikologi Agama, Jakarta: Kalam Mulia, 2004.

- Rois Mahfud, *Al-Islam Pendidikan Agama Islam*, Palangkaraya: Erlangga, 2011.
- Sndg Sejati, Skripsi, “Hirarki Kebutuhan Menurut Abraham H. Maslow dan Relevansinya Dengan Kebutuhan Anak Usia Dini Dalam Pendidikan Islam”, IAIN Bengkulu, 2018.
- Suci Rakhmawati, “Peran Agama Dalam Kesehatan (Sains)”, *Jurnal*, 2021, Vol. 1, No. 1.
- Sugiyono, “Memahami Penelitian Kualitatif” Bandung, 2009.
- Sururin, M, Ag, “Ilmu Jiwa Agama”, Jakarta: RajaGrafindo, 2004.
- Suryani, “Mengenal Gejala dan Penyebab Gangguan Jiwa”, Bandung: BEM Psikologi UNJANI, 2013.
- Syaiful Hamali, “Psikologi Agama: Terapi Agama Terhadap Problematika Psikis Manusia”, *Jurnal Al-Adyan*, 2014), Vol. IX, No. 02.
- Thouless, Robert. H, *Pengantar Psikologi Agama*, Jakarta: Rajawali, 1992.
- Tim Dosen Agama Islam Universitas Negeri Malang, “Pendidikan Agama Islam untuk Mahasiswa”, Malang: UPMU, 1989.
- Tri Andjarwati, “Motivasi dari Sudut Pandang Teori Hirarki Kebutuhan Maslow, Teori Dua Faktor Herzberg, Teori X Y Mc Gregor, dan Teori Motivasi Prestasi Mc Clelland”, *Jurnal Ilmu Ekonomi & Manajemen*, Vol. 1, No. 1.
- Udy Hariyanto, Skripsi, “Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Kesehatan Mental Jamaah Majelis Rasulullah Pancoran Jakarta Selatan”, UIN Syarif Hidayatullah, 2015.

Wawan Djunaedi Soffandi S.Ag, “Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi”, Mustaqim :
Jakarta Selatan, 2003.

Wiwik Setiyani, “Religious Behavior And Self-Defense Method: A Study Of Patient
With Bipolar Disorder”, Jurnal Psikologi Islami, Vol. 6 No. 2, Desember, 2020.

Yatim Pujiati, Skripsi, “Fungsi Agama Dalam Kesehatan Mental Menurut Zakiyah
Daradjat”, UIN Raden Intan Lampung, 2018.

Zakiah darajat, Kesehatan Mental Jakarta, 1995.

Zakiah Darajat, Peranan Agama dalam Kesehatan Mental, Jakarta: Gunung Agung,
1971.

Zikrun, “Teori Humanistik Abraham Maslow Dalam Perspektif Islam”, Skripsi, Banda
Aceh: UIN Ar-Raniry Darussalam, 2018.

Al-Qur’an 10:57.

Al-Qur’an, 17:82.

Al-Qur’an, 3:200.

Al-Qur’am, 10:57.

INFORMAN

BM, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021

HK, Wawancara, Sidoarjo, 06 November 2021

Ida, Wawancara, Sidoarjo, 06 November 2021

Made, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021

PA, Wawancara, Sidoarjo, 05 November 2021

Shodikin, Wawancara, Sidoarjo, 03 November 2021