BAB II

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM, GANGGUAN-GANGGUAN KEJIWAAN DAN PENANGANANNYA

A. Bimbingan dan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Istilah bimbingan maupun konseling yang biasanya diartikan sebagai penyuluhan ternyata tidak hanya dikenal dalam bidang pendidikan saja tetapi juga dipakai dalam bidang-bidang lain, dan saat ini penggunaannya semakin populer. Istilah tersebut misalnya digunakan di bidang pertanian, bidang hukum, bidang kesehatan dan lain-lain.

Dalam bidang-bidang tersebut istilah bimbingan disamakan atau disejajarkan artinya dengan istilah penyuluhan, yakni suatu usaha memberikan bantuan, baik bantuan berupa benda, nasihat, atau petunjuk informasi. Jadi apabila seseorang sudah memberikan bantuan berarti ia telah memberikan bimbingan atau penyuluhan.[25]

Dari segi terminologi istilah bimbingan terjemahan dari "*guidance*" dan istilah penyuluhan atau konseling terjemahan dari "*counseling*". Bimbingan merupakan suatu bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau

[25] Elfi Muawanah dkk, *Bimbingan Konseling Islam Disekolah Dasar*, (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2012), hal 52-53

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

mengatasi kesulitan-kesulitan didalamnya, agar individu atau kumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidup.[26]

Menurut Bimo Walgito bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang dibetikan kepada individu atau sekelompok individu – individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

Sedangkan Arthur Jhones berpendapat, bimbingan adalah suatu bantuan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dalam membuat pilihan-pilihan dan penyesuaian-penyesuaian serta dalam membuat pemecahan masalah. Tujuan bimbingan dalah membantu menumbuhkan kebebasan serta kemampuanya agar menjadi individu yang bertanggung jawab terhadap didinya sendiri.

Definisi menurut Dewa Ketut Sukardi menyebutkan bahwa bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungan. Gladding (2004) menuliskan bahwa (guidance) terkait dengan:

Membantu individu untuk memilih apa yang mereka anggap paling penting (what they value most). Adanya hubungan antara orang – orang yang tidak setara (unquals), seperti guru dan murid atau orang tua dan anak.

[26] Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta : Yayasan Penerbitan Fakultas UGM, 1986), ha1.7-10

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

Membantu orang yang kurang mempunyai pengalaman untuk menemukan arah dalam hidupnya (dalam Lesmana, 2006, p.2-3).

Secara garis besar, bimbingan (guidance) dapat dimaknai sebagai proses bantuan yang bertujuan membantu individu membuat keputusan penting dalam hidupnya. Bimbingan (guidance) lebih bersifat pencegahan (preventive) yaitu bantuan yang dilakukan untuk membantu individu dalam beradaptasi dan mecapai proses perkembangannya secara pribadi, intelektual, sosial, emosi dan karirnya.[27]

Konseling merupakan terjemahan dari kata *Counselling.* Ada yang sependapat dengan penerjemahan kata Conselling menjadi penyuluhan, namun ada juga yang kurang sependapat dengan alasan karena penyuluhan berasal dari kata "suluh", yang memiliki arti obor (penerangan) sehingga konseling diartikan penyuluhan, yang berarti memberikan penerangan kepada orang yang belum tahu tentang sesuatu yang belum ia ketahui agar menjadi tahu. Jika diartikan berdasarkan bahasa arab, suluh sama dengan (صلح) maka akan berarti meluruskan sesuatu yang salah. Barangkali makna ini lebih tepat untuk mengartikan konseling sebagai kegiatan untuk meluruskan perilaku yang salah atau kurang sesuai.[28]

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2002) konseling merupakan hubungan timbal balik antara dua individu dimana konselor berusaha membantu konseli untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam

[27] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling,* (Jakarta: PT. Indeks,2011), hal.15
[28] Elfi Muawanah dkk, *Bimbingan Konseling Islam Disekolah Dasar*, hal. 55

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

hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada waktu yang akan datang.[29]

Menurut Farid Mashudi menyebutkan bahwa pengertian konseling, secara etimologi, berasal dari bahasa latin, yaitu consilium (dengan atau bersama), yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Dalam bahasa Anglo Saxon, istilah konseling berasal dari sellan yang berarti menyerahkan atau menyampaikan.[30]

Achmad Juntika Nurihsan menjelaskan dalam bukunya bahwa konseling merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.[31]

Berarti dapat diambil pemahaman bahwa didalam bimbingan dan konseling, individu itu diarahkan kepada pemahaman terhadap potensi-potensi dirinya yang berguna, serta memahami kekurangan-kerkurangan dirinya. Dengan pemahaman itu, individu berusaha mengatasi masalah-masalahnya degan caranya sendiri, dimana dalam hal ini bimbingan merupakan aspek preventif dan konseling merupak aspek kuratif yang mana didalam bimbingan itu ada konseling sebagai alat dalam membantu pemecahan masalah klien.

---

[29] Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*,(Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2002), ha1.20

[30] Farid Mashudi, *Psikologi Konseling,* (Yongyakarta: Diva Press), hal. 16

[31] Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), hal.10

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

Paradigma bimbingan dan konseling jika dilihat dalam prespektif islam maka hal tersebut berbasis kepada ilmu dakwah dengan mengemban misi yang suci (*mission sacree*), yaitu proses dan upaya menyelamatkan fitrah manusia agar *salam, hasanah, thayyibah* dunia dan akhirat. Tujuan ini juga sekaligus membedakan bimbingan konseling islam dengan bimbingan dan konseling umumya yang tidak melekatkan sisi spiritualitas dan masalah keselamatan akhir manusia diakhirat.

Berdasarkan analisis sederhana ini, bimbingan dan konseling islam merupakan pengejawantahan dari dakwah islam dalam bentuk *irsyad islam* karena merupakan salah satu bentuk dakwah islam, secara melekat ia terkait dan harus bersumber kepada dakwah dan ilmu dakwah itu sendiri. Disiplin ilmu ini membentuk kopetensi utama dijurusan bimbingan dan konseling islam dengan ciri khas konseling religius. Dalam bingkai ilmu ini, dengan latarbelakang metodologi penalaran *istimbath, istiqra', dan istibas* didapat dasar-dasar teori BKI dari sumber pokok (Al qur'an dan Sunnah), teori-teori bantu dari bimbinan konseling umum yang telah berkembang dan berbagai hasi riset sejauh tidak bertentangan dengan sumber pokok.[32]

Al qur'an dan Sunnah rasul dapatlah diistilahkan sebagai landasan ideal konsep bimbingan dan konseling islami. Dari Al qur'an dan Sunnah Rasul itulah gagasan, tujuan dan konsep-konsep bimbingan dan konseling islami bersumber. Seperti yang disebutkan oleh Nabi Mumahamad saw :

[32] Isep Zainal Arifin, *Bimbingan Penyuluhan Islam*, hal. 7 dan 5

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

تَرَكْتُ فِيْكُمْ مَا لَنْ تَضِلُّوا بَعْدَهُ إِنِ اعْتَصَمْتُمْ بِهِ كِتَابَ اللهِ وَ سُنَّةَ رَسُولِهِ

(رواه ابن ما جه)

"Aku tinggalkan sesuatu bagi kalian semua yang jika kalian selalu berpegang teguh kepada-Nya niscaya selama-lamanya tidak akan pernah salah langkah tersesat jalan; sesuatu itu adalah kitabullah dan sunah rasulnya."

(HR. Ibnu Majah)

Dalam gerak dan langkahnya, bimbingan dan konseling islami berlandaskan pula pada berbagai teori yang telah tersusun menjadi ilmu. Sudah barang tentu teori dan ilmu itu, khususnya ilmu-ilmu atau teori-teori yang dikembangkan bukan kalangan islam, yang sejalan dengan ajaran islam sendiri, ilmu-ilmu yang membantu dalam gerak operasional bimbingan dan konsling islami itu adalah ilmu jiwa (psikologi), ilmu hukum islam (syari'ah), ilmu-ilmu kemasyarakatan (sosiologi, antropologi sosial, dan sebagainya.)

Sedangkan bimbingan dan konseling Islam itu sendiri yaitu proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Pengertian bimbingan konseling Islam menurut M. Arifin yaitu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya

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

sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup sekarang dan masa yang akan datang.[33]

Setelah menguraikan beberapa definisi bimbingan dan konseling menurut para ahli, maka penulis menggabungkan kedua kata tersebut yaitu antara bimbingan dan konseling ditinjau dari segi Islam atau yang disebut dengan bimbingan konseling Islam. Menurut Hamdani Bakran Adz Dzaky, menyatakan bahwasannya ada beberapa hal penting yang perlu diketahui sebelum mengetahui definisi dari bimbingan konseling Islam, diantaranya:

1) Allah meridhai Islam sebagai filsafat hidup

إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الإِسْلامُ

"Sesungguhnya agama yang diridhai Allah adalah Al-Islam". (Qs. Ali Imran, 3: 19) [34]

2) Al-Qur'an adalah sumber ajaran Islam yang utama

ذَلِكَ الْكِتَابُ لا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ

"Kitab ini tidak ada suatu keraguan didalamnya, ia sebagai petunjuk bagi orang-orang yang bertaqwa". (Qs. Al-Baqarah, 2: 2) [35]

3) Al-Qur'an adalah sumber bimbingan, nasihat dan obat untuk menanggulangi permasalahan-permasalahan

[33] Imam Sayuti Farid, *Pokok- Pokok Bahasa Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, (IAIN Sunan Ampel Surabaya : Fakultas Dakwah, 1992), hal. 10

[34] Departemen Agama, *Al*-Quran *Dan Terjemah* (Surabaya:CV Karya Utama), hal.52

[35] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.2

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

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

"Wahai manusia sesungguhnya telah datang kepadamu suatu pelajaran dari Tuhanmu dan obat terhadap masalah-masalah yang ada, petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman". (Qs. Yunus, 10: 57) [36]

4) Para Rasul, Nabi, Auliya-Nya atau para ahli waris mereka adalah konselor dan terapis Allah SWT

هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الأُمِّيِّينَ رَسُولا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلالٍ مُبِينٍ

"*Dialah Allah yang telah mengutus ditengah-tengah orang-orang yang kurang wawasan seorang Rasul dari kalangan mereka, ia akan membacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka dan mensucikan mereka serta mengajarkan kepada mereka Al-kibab dan Al-hikmah. Dan sesungguhnya mereka sebelumnya benar-benar dalam kesesatan yang nyata*". (Qs. Al-Jum'ah, 62: 2).[37]

5) Allah SWT yang Maha Konselor dan Maha Terapis

لَيْسَ عَلَيْكَ هُدَاهُمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ فَلأَنْفُسِكُمْ

"*Bukanlah hakmu membuat mereka mendapatkan petunjuk, akan tetapi Allahlah yang akan memberikan petunjuk kepada siapa saja yang Dia kehendaki".* (Qs. Al-Baqarah, 2: 272) [38]

---

[36] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.215
[37] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.553
[38] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.46

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

6) Adanya kewajiban mencari jalan menuju kepada perbaikan dan perubahan

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

"*Wahai orang-orang yang telah beriman, bertakwalah kepada Allah dan carilah jalan menuju kepada-Nya, dan berjihadlah di jalan-Nya, agar supaya kamu memperoleh kemenangan*". (Qs. Al-Maidah, 5: 35)[39]

7) Akibat meninggalkan ketentuan dan hukum-hukum Al-Qur'an

وَمَنْ لَمْ يَحْكُمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ

"*Dan siapa saja tidak memutuskan suatu hal dengan apa yang Allah telah turunkan, maka mereka itu adalah orang-orang yang ingkar*". (Qs. Al-Maidah, 5: 44) .[40]

Kemudian mendefinisikan bimbingan konseling Islam sebagai suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (konseli) dalam hal bagaimana seharusnya seorang konseli dapat mengembangkan potensi akal fikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW.

Sedangkan menurut Aunur Rahim Faqih dalam bukunya "Bimbingan dan Konseling Dalam Islam", mendefinisikan pengertian bimbingan

[39] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.113
[40] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.115

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

konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.[41]

Dari beberapa paparan diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa bimbingan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu terhadap masalahnya dalam rangka mencari pemecahan masalah dengan cara dan jalan yang sesuai dengan landasan hukum dan ajaran islam agar individu yang bermasalah dapat memperbaiki kondisinya baik secara duniawi maupun ukhrawi.

2. Tujuan BKI

Secara garis besar atau umum, tujuan bimbingan dan konseling Islami itu dirumuskan sebagai "membantu individu menwujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat". Bimbingan dan konseling sifatnya hanya merupakan bantuan, individu yang dimaksud disini adalah orang yang dibimbing atau diberi konseling, baik baik orang perorangan maupun kelompok. "Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya" berarti berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakikat sebagai manusia untuk menjadi manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah (makhluk religius), makhluk individu, makhluk sosial, dan sebagai makhluk berbudaya.

[41] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Dalam Islam*, hal.4

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

Orang yang menghadapai masalah, lebih-lebih jika berat, maka yang bersangkutan tidak merasa bahagia. Bimbingan dan konseling Islami berusaha membantu individu agar bisa hidup bahagia, bukan saja di dunia melainkan juga diakhirat. Karena itu tujuan kahir bimbingan dan konseling Islami adalah kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Bimbingan dan konseling Islami berusaha membantu mencegah jangan sampai individu menghadapi atau menemui masalah.

Adapun tujuan dari bimbingan dan konseling Islam yaitu :

a. Tujuan umum yaitu membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.
b. Tujuan khusus yaitu :
   1) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
   2) Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.
   3) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan terjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.[42]

Jadi, tujuan dari bimbingan konseling Islam adalah membantu individu dalam menghadapi masalah yang sedang terjadi, dengan membantu mengembangkan segi-segi positif yang mungkin dimiliki sehingga menjadi manusia seutuhnya dan dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

[42] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Dalam Islam*, hal. 36-37

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

3. Fungsi BKI

Dengan memperhatikan tujuan umum dan tujuan khusus bimbingan dan konseling dalam Islam, dapatlah dirumuskan fungsi dari bimbingan dan konseling dalam Islam yaitu :

a. Fungsi preventif

Yaitu membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.

b. Fungsi kuratif atau korektif

Yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.

c. Fungsi preservatif

Yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama (*in state of good*).

d. Fungsi developmental atau pengembangan

Yaitu membantu individu memelihara mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.[43]

[43] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Dalam Islam*, hal 37

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

4. Unsur – unsur BKI

a. Konselor

Konselor atau pembimbing adalah orang yang mempunyai kewenangan (kompetensi) untuk melakukan bimbingan dan konseling Islam. Adapun syarat -syarat untuk menjadi konselor atau pembimbing, yaitu :

1) Seorang pembimbing harus mempunyai pengetahuan yang cukup luas, baik dari segi teori maupun dari segi praktik.
2) Didalam segi psikologik, seorang pembimbing akan dapat mengambil tindakan yang bijaksana, jika pembimbing telah cukup dewasa dalam segi psikologiknya yaitu adanya kemantapan atau kestabilan di dalam psikologiknya, temtama dalam segi emosi.
3) Seorang pembimbing hams sehat dari segi jasmani maupun rohaninya.
4) Seorang pembimbing harus mempunyai sikap kecintaan terhadap pekerjaannya dan juga terhadap klien atau individu yang dihadapinya.
5) Seorang pembimbing harus mempunyai inisiatif yang cukup baik, sehingga dengan demikian dapat diharapkan adanya kemampuan dalam usaha bimbingan dan penyuluhan kearah keadaan yang lebih sempurna demi untuk kemampuan yang lebih baik.
6) Seorang pembimbing harus bersifat supel, ramah tamah, sopan santun di dalam segala perbuatannya.

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

7) Seorang pembimbing diharapkan mempunyai sifat - sifat yang dapat menjalankan prinsip - prinsip serta kode etik dalam bimbingan dan penyuluhan dengan sebaik- baiknya. [44]

Sedangkan persyaratan bagi seorang konselor bimbingan dan penyuluhan menurut Aunur Rahim Faqih dikelompokkan sebagai berikut:

1) Kemampuan profesional.
2) Sifat kepribadian yang baik.
3) Kemampuan kemasyarakatan (berukhuwah Islamiyah)
4) Ketaqwaan kepada Allah.[45]

b. Klien (counsele)

Konseli atau yang biasa disebut klien adalah individu yang mempunyai masalah yang memerlukan bantuan bimbingan dan konseling. Menurut Ws. Wingkel dalam bukunya " Bimbingan dan Konseling di Instansi Pendidikan" mengemukan pendapat syarat sebagai seorang klien adalah:

1) Motivasi yang mengandung keinsyafan akan adanya suatu masalah, kesediaan untuk membicarakan masalah itu dengan penyuluhan, dan ada keinginan untuk mencari penyelesaian dari masalh itu.
2) Keberanian untuk mengekspresikan diri, kemampuan untuk membahas informasi/ data yang diperlukan.

[44] Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, hal.36 -37
[45] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Dalam Islam*, hal. 46

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

3) Keinsyafan akan tanggung jawab yang dipikul sendiri akan keharusan berusaha sendiri.[46]

c. Masalah

Masalah adalah kesenjangan antara harapan, cita-cita dan kenyataan. Adapun masalah-masalah yang dihadapi dalam bimbingan konseling Islam diantaranya, pernikahan dan keluarga, pendidikan, sosial (kemasyarakatan), pekerjaan (jabatan), dan juga masalah keagamaan.[47]

d. Metode

Metode dan teknik bimbingan dan konseling Islami secara garis besar dapat disebutkan lazimnya bimbingan dan konseling memiliki metode dan teknik masing-masing.

Metode lazim diartikan sebagai cara untuk mendekati masalah sehingga diperoleh yang memuaskan, sementara teknik yang merupakan penerapan metode tersebut. Dalam prektek metode bimbingan dan konseling Islami akan diklasifikasikan berdasarkan segi komunikainya diantaranya: 1). Metode komunikasi langsung, 2). Metode komunikasi tidak langsung.[48]

Dari uraian diatas dapat penulis simpulkan metode adalah suatu stategi pendekatan atau arah pendekatan untuk memecahkan masalah yang dihadapi klien sesuai dengan ajaran islam agar klien dapat mencapai kebahagiaan didunia dan akhirat.

---

[46] W.S. Wingkel, *Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan* (Yogyakarta: Senata Darma Grafindo,1991), hal 309

[47] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Dalam Islam*, hal. 44-45

[48] Thohari Musnamar, *Dasar*-Dasar *Konseptual dan Konseling Islami* (Yogyakarta Press, 1997), hal 49

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

5. Asas – asas BKI

Asas -asas atau prinsip -prinsip bimbingan dan konseling Islam, yaitu:

a. Asas -asas kebahagiaan dunia dan akhirat yaitu membantu konseli mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa di dambakan oleh setiap muslim.
b. Asas fitrah. Bimbingan dan konseling Islam mempakan bantuan kepada konseli untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah lakunya dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut.
c. Asas Lillahi ta'ala. Bimbingan dan konseling Islam diselenggarakan semata -mata karena Allah.
d. Asas bimbingan seumur hidup. Bimbingan dan konseling Islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.
e. Asas kesatuan jasmaniah dan rohaniah. Bimbingan dan konseling Islam memperlakukan konseli sebagai makhluk jasmaniah dan rohaniah tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohani semata.
f. Asas keseimbangan rohaniah. Rohani manusia memiliki unsur daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu, serta juga bimbingan konseling Islam menyadari keadaan kodrati.

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

g. Asas kemaujudan individu. Bimbingan dan konseling Islam berlangsung pada citra manusia menumt Islam, memandang seseorang individu mempakan suatu maujud (eksistensial) sendiri.

h. Asas sosialitas manusia. Sosialitas diakui dengan memperhatikan hak individu, hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial.

i. Asas kekhalifahan manusia. Manusia menurut Islam diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar yaitu sebagai pengelola alam semesta. Sebagai khalifah manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem, sebab problem- problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidak seimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri.

j. Asas keselarasan dan keadilan. Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi, dengan kata lain Islam menghendaki manusia berlaku adil terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta dan juga hak Tuhan.

k. Asas pembinaan akhlaqul-karimah. Bimbingan dan konseling Islam membantu konseli memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang baik.

l. Asas kasih sayang. Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan berlandaskan kasih sayang sebab dengan kasih sayanglah bimbingan dan konseling Islam akan berhasil.

m. Asas saling menghargai dan menghormati. Dalam bimbingan konseling Islam kedudukan pembimbing dengan yang dibimbing pada dasarnya

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

sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsinya saja yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak pembimbing mempakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing - masing sebagai makhluk Allah.

n. Asas musyawarah, antara konselor dan konseli terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak saling mendiktekan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

o. Asas keahlian. Bimbingan dan konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan keahlian dibidangnya. [49]

6. Langkah-lagkah BKI

a. Identifikasi kasus

Dalam langkah identifikasi kasus ini, konselor bemsaha untuk menemukan individu yang mengalami suatu problema. Dalam identifikasi kasus ini mungkin konselor megadakan observasi sendiri atau mungkin informasi dari orang lain.

b. Diagnosa

Dalam ha1 ini konselor mengadakan suatu pikiran tentang apa kasus yang sedang dihadapi konseli, untuk selanjutnya mengadakan pengenalan terhadap segala aspek dan latar belakang kehidupannya.

[49] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Dalam Islam*, hal 21-35

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

c. Prognosa

Setelah data tentang konseli dalam segenap aspek dan latar belakang kehidupannya. Untuk selanjutnya konselor dapat menentukan apa sebenarnya kasus yang sedang dihadapi konseli serta dari mana kira-kira timbul faktor-faktor penyebabnya. Kemudian konselor menentukan tentang jenis bimbingan yang sebaiknya diberikan.

d. Terapi atau langkah bimbingan

Langkah ini merupakan langkah penyembuhan atau penyelesaian terhadap problema yang dihadapi konseli. Dalam pelaksanaan bimbingan ini dilakukan dengan menggunakan teknik bimbingan kelompok (group guidance) atau mungkin pula menggunakan teknik bimbingan secara pribadi atau secara sendiri-sendiri (individual guidance).

e. Langkah evaluasi atau follow up

Setelah pelaksanaan bimbingan sudah selesai, maka pembimbing mengadakan suatu evaluasi, apakah hasil bimbingannya sudah memenuhi harapan atau masih belum. Jika bimbingan dinyatakan berhasil dengan baik atau sesuai dengan harapan, problema dari konseli telah terpecahkan lalu diusahakan tindakan lebih lanjut (follow up) dari pembimbing atau konselor agar problema (penyakit) dari konseli tidak kambuh lagi dan konseli tidak mengalami atau menjumpai problema baru.[50]

[50] As'ad Djajali, *Teknik -Teknik Bimbingan dan Penyuluhan*, (Surabaya : PT. Bina Ilmu, 1986), ha1.7-10

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

B. Gangguan-Gangguan Kejiwaan

1. Pengertian Gangguan Kejiwaan

Gangguan Jiwa seringkali diartikan dengan berbagai macam pemaknaan, namun kebanyakan pemaknaan itu hanya bersifat subjektif yang tanpa didasari dengan perspektif ilmiah, kebanyakan pemaknaan itu sebagai hasil dari anggapan-anggapan yang salah seperti, bahwa gangguan merupakan stigma turunan, adalah penyakit yang tidak dapat disembukan, adalah kaum yang tidak terhormat, adalah perbuatan yang diluar kewajaran orang pada umumnya seperti membunuh, memperkosa, merampok bunur diri dan berbagai perilaku menyimpang lainnya.

Secara akademis, ganggaun jiwa memiliki banyak sekali istilah diantaranya adalah perilaku atau psikologi abnormal, perilaku maladaptif, ganggaun mental, ganggaun emosional, psikopatologi, disfungsi psikologi, sakit mental, gangguan perilaku, dan gila.[51]

Berdasarkan berbagai penelitian dapat dikatakan bahwa gangguan jiwa merupakan kumpulan kedaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik maupun mental. Keabnormalan itu tidaklah disebabkan oleh kerusakan pada anggota fisik meskipun terkadang gejalanya terlihat oleh fisik.

Menurut Drajat (1996) keabnormalan itu dapat dibagi atas dua golongan yaitu : gangguan jiwa (neurosa) dan sakit jiwa (psychose). Orang yang terkena neurosa masih bisa merasakan kesukaran-kesukarannya

[51] Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Klinis*, (Bandung: PT. Refika Aditama,2004), hal. 15

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

selain itu kepribadiannya masih dalam alam realitas pada umumnya. Seseorang yang memiliki sakit jiwa atau psikosa maka kepribadiannya akan terganggu sehingga penderita kurang mampu menyesuaikan diri dengan wajar dan tidak sanggup memahami problemnya.

Sakit jiwa ada dua macam yaitu, pertama, disebabkan adanya kerusakan pada tubuh seperti otak, sistem syaraf pusat atau pada kelenjar syraf-syaraf dan anggota tubuh lain yang tidak mampu menjalankan tugasnya, kedua, disebabkan oleh gangguan-gangguan jiwa yang berlarut-larut sehingga sampai puncaknya tanpa ada penyelesaian secara wajar[52], diantara penyakit jiwa yang terkenal ialah Skizofrenia yang banyak menyumbangkan angka penderita terbanyak setiap tahunnya.

2. Macam-macam Gangguan Kejiwaan

a. Gangguan Jiwa (Neurosa)

1) Neurasthenia

Salah satu gangguan jiwa yang sudah lama dikenal orang sebagai penyakit syaraf, yang dahulu disangka terjadi karena lemahnya syaraf. Karena itu penderitanya diharuskan beristirahat di tempat tidur, jauh dari hingar bingar cahaya dan suara di luar, disamping itu juga memberikan obat-obatan dan penenang.[53] Penyakit ini membuat penderitanya mudah merasa payah. Gejala-gejala yang di tumbulkan dari penyakit Neurasthenia antara lain ialah, merasa seluruh badan letih, malas tidak bersemangat, mudah marah,

[52] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, (Yogyakarta: Graha Ilmu,2007) hal 30 - 31
[53] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal 24

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

menggerutu, tidak dapat berfikir jernih saat menghadapi persoalan atau memecahkan masalah, mudah lupa, mudah gelisah, susah tidur, merasa dirinya akan mati sewaktu-waktu, daya tahan lemah mudah terkena penyakit, sensitif terhadap cahaya dan suara bahkan detik jam pun dapat menganggu tidurnya. Maka dapat di katakan bahwa penyakit Neurasthenia ini adalah ketidak tenangan jiwa, kegelisahan, tekanan dan pertentangan batin.

Dari hasil penelitian dan melihat latarbelakang penderitanya penyakit ini disebabkan karena penderitanya terlalu sering onani (mastrubasi) yang merupakan bentuk dari abnormal seksual, terlalu menekan perasaan, konflik batin dan sering mengalami kegagalan dalam mencapai keinginan atau kebutuhannya.[54]

2) Hysteria

Seperti penyakit gangguan jiwa lainnya Hysteria juga terjadi akibat ketidak mampuan seseoarang menghadapi kesukaran-kesukaran, tekanan perasaan, kegelisahan, kecemasan dan konflik atau pertentangan batin. Termasuk pada gejala-gejala fisik antara lain :

a) Lumpuh Hysteria

Adalah lumpuhnya salah satu anggota fisik akibat tekanan atau pertentangan batin yang yang tidak bisa diatasi. Gejala ini timbul secara tidak sadar untuk membela diri dan mengatasi kesukara-kesukaran yang dihadapi yang terjadi secara tiba-tiba

[54] Agus Santoso dkk, *Terapi Islam*, (Surabaya: IAIN SA Press, 2013).hal 206 -207

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

padahal penderita sebelumnya tidak merasakan dan mengalami apapun.

b) Cram Hysteria

Penyakit ini terjadi akibat tekanan perasaan yang sering terjadi pada penulis, pemain biola, juru ketik, pegawai-pegawai kantor yang terjadi karena kegelisahan dan kecemasan akibat kejenuhan atau bosan dalam menghadapi pekerjaan itu.

c) Kejang Hysteria

Yaitu badan seluruhnya kaku, tidak sadarkan diri, terkadang sangat keras, disertai teriakan-teriakan dan keluhan-keluhan tapi tidak mengeluarkan air mata. Tanda-tandanya ialah tatapan mata yang tajam dan tidak mau bericara apapun dan tidak mau menjawab pertanyaan apapun.

d) Mutism (hilang kesanggupan berbicara)

Hilangnya kemampuan berbicara ini akibat tekanan perasaan, kecemasan, putus asa, merasa hina, gagal dan lainnya karena sebegitu besarnya tekanan batin yang dialami hingga lidahnya merasa lumpuh sebagai bentuk penyelesaian dari ketegangan batin tersebut. Mutism ada dua macam, pertama tak sanggup berbicara keras, kedua, tidak dapat berbicara sama sekali.[55]

[55] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal 24-25

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

3) Psychasthenia

Adalah gangguan jiwa yang bersifat paksaan, yang berarti kurangnya kemampuan jiwa untuk tetap dalam keadaan integrasi yang normal. Psychasthenia memiliki beberapa bentuk antara lain :

a) Phobia

Adalah rasa takut yag tidak masuk akal, atau sesuatu yang tidak seimbang dengan ketakutannya yang dialami. Seperti berada ditempat tinggi, melihat darah, melihat serangga dll.

b) Obsesi

Adalah kondisi dimana penderita dikuasai suatu pikiran yang tidak dapat dihindarinya. Seperti merasa selalu diliputi kesusahan.

c) Kompulsi

Adalah gangguan jiwa dimana penderitanya terpaksa melakukan hal-hal yang masuk akal ataupun tidak. Apabiala hal-hal tersebut tidak dilakukan ia akan merasa gelisah dan cemas kecuali hal itu telah dilakukannya berulang-ulang.

4) Gagap Berbicara

Gagap berbicara adalah gangguan jiwa yang penderitanya berbicara secara terputus-putus, tertahan nafasnya atau berulang-ulang. Jika tekanan gagap terlalu besar penderita akan menekan kedua bibirnya dan bergerak-gerak dengan anggota tubuh lain seperti tangan dan kaki. Dimana kondisi ini kemungkinan disebabkan karena alat

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

percakapan yang tidak normal, gangguan pernafasan, tekanan perasaan, dan susah beradaptasi.[56]

5) Ngompol

Hal ini terjadi akibat gangguan jiwa atau ingin diperhatikan. Ketidak mampuan sianak mendapat perlakuan orang tuanya yang berubah karena adiknya baru lahir menyebabkan sianak merasa gelisah dan tertekan disamping ingin mendapatkan perhatian seperti dahulu. Hai ini terjadi secara tidak sadar saat sedang tidur, hal ini juga terjadi pada anak kecil ketika merasa tidak mendapat perhatian seperti yang didapat kakaknya.

6) Kepribadian Psychopathi

Psychopat dalah ketidak sanggupan menyesuaikan diri yang mendalam dan kronis. Penderitanya melimpahkan kesalahannya pada orang lain dimana seringkali persaan ketidakpuasannya tidak dapat di tahan dan diatasinya dengan wajar, namun di ungkapkannya dalam bentuk perlakuan-perlakuan sehingga orang lain menderita. Ciri-ciri psychopat adalah tidak bertanggung jawab, tidak jujur, anti sosial, tidak memiliki pertimbangan dan tidak mempunyai kasih sayang.[57]

7) Keabnormalan Seksual

Kondisi dimana ketidak wajaran dalam persoalan yang kaitannya dengan seksual baik pada pria maupun wanita akibat gangguan jiwa. Gejala yang sering dialami antara lain ialah :

---

[56] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal 29
[57] Agus Santoso dkk, *Terapi Islam*, hal 210

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

a) Onani (manstrubasi)

Mencari kepuasan seksual dengn anggota tubuhnya sendiri secara tidak wajar, yang biasanya dilakukan pada periode tertentu dalam hidupnya. Pada dasarnya adalah untuk memenuhi kebutuhan fisiknya secara cepat, secara tidak lazim.

b) Homoseksual / Lesbian

Memiliki keinginan untuk berhubungan seksual dengan sejenisnya saja, dimana gejala ini terkadang terjadi pada orang-orang yang hidup terpisah dengan lawan jenisnya.

c) Sadisme

Orang yang dalam hubungan seksualnya tidak dapat merasakan kepuasan kecuali ia dapat membuat pasangannya merasakan kesakitan pada fisik atau persasaannya. Bahkan mungkin ia akan memukul atau bakal membunuh orang yang cintainya, demi kepuasan seksualnya.[58]

b. Sakit Jiwa (*Psychose*)

1) Skizofrenia

Scizophrenia (skizofrenia) berasal dari bahasa Yunani schizein dan phren, phren adalah suatu diagnosis gangguan mental yang ditandai oleh kelainan dalam persepsi atau ekspresi dari realitas.[59] Skizofrenia berasal dari bahasa Yunani yang berarti jiwa yang retak (*skizos* artinya

[58] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal 30
[59] Sarlito W. Sarwono, *Pengantar psikologi Umum*, (Jakarta: Rajawali Pers,2010), hal. 258

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

retak, dan *frenas* artinya jiwa). Menurut psikiater dr.Tubagus Erwin Kusumah, SpKJ, jiwa manusia terdiri dari tiga unsur yaitu perasaan, kemauan, dan pikiran. Pada orang yang jiwanya tidak retak, ketiga unsur ini senada." Artinya kalau perasaan lagi senang, maka kemauan dan pikirannya mendukung. Kalau lagi sedih ketiga-tiganya menurun," papar dokter jiwa pada RSPAD Gatot Subroto ini.

Menurut pendapat lain skizofrenia berarti "kepribadian yang terbelah", yaitu hilangnya sebagian besar hubungan kesadaran yang logis antara tubuh dan jiwa (disintegrasi). Sehingga dalam beberapa keadaan perilakunya tidak sejalan dengan keadaan emosinya. Hal ini terjadi karena secara mental, kepribadian penderita gangguan ini memang terbelah satu dunia tetapi jiwanya berada pada dunia yang lain yang menyebabkan penderita cenderung dianggap "gila". Skizofrenia merupakan gangguan yang ditandai dengan disorganisasi kepribadian yang cukup parah, distorsi realita dan ketikmampuan berinteraksi dengan kehidupan sehari-hari. Seseorang yang mengalami skizofrenia tanpa biasanya pikirannya tidak teratur, dan mungkin mengalami delusi atau halusinasi pendengaran.

Skizofrenia mewakili suatu spektrum gangguan yang luas, sehingga sulit sekali untuk menarik kesimpulan secara umum tentang suatu jenis skizofrenia tertentu. Tetapi terdapat satu perbedaan yang berguna adalah kategorisasi skizofrenia akut, yang berhubungan dengan serangan gejala psikotik yang berat. "psikotik" berhubungan dengan

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

suatu keadaan pada seseorang yang sama sekali tidak berhubungan dengan realitas dan tidak mampu memisahkan antara kenyataan dan ketidaknyataan.[60]

a) Sebab- sebab skizofrenia

Penyebab gangguan skizofrenia belum diketahui dengan pasti. Ada beberapa teori penyebab yang terus berkembang penelitian selama ini. Teori samatogenik menyatakan bahwa keturuan dan genetik, disamping itu kesalahan metabolisme (*inborn error of metabolism*), dan kelainan susunan saraf pusat dapat menyebabkan gangguan neurotransmiter pada tempat tertentu di otak, misalnya pelebaran ventrikel lateral dan ventrikel III, gangguan pada perkembangan neuron awal dan perubahan metabolisme serebral berperan dalam terjadinya skizofrenia.

Sementara teori psikogenetik seperti dari Adolf Meyer menyatakan bahwa skizofrenia adalah suatu mal-adaptif, dan menurut Freud sebagai kelemahan ego. Teori sosiogenetik menyatakan bahwa penyebab skizofrenia adalah keadaan sosial ekonomi, pengaruh keagamaan, nilai-nilai moral, bulan kelahiran (berhubungan dengan musim di negara barat, infleksi prenatal), industrialisasi, perbedaan kultur, dan lain-lain.

Skizofrenia merupakan suatu gangguan yang menyebabkan jiwa manusia sakit. Tapi walaupun demikian, faktor neurologis juga

[60] Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiantri Islam*, (Malang : Malang Press,2008), hal. 208

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

turut berpengaruh terhadap timbulnya skizofrenia. Tardapat beberapa sebab timbulnya skizofrenia, diantaranya adalah:

a) Sebab *organis*, yaitu adanya perubahan-perubahan pada struktur sistem syaraf sentral.
b) Tipe kepribadian yang *schizothyme*, (pikiran yang kacau balau) atau jasmaniah yang *atthenis*, dan memiliki kecenderungan menjadi skizofrenia.
c) Gangguan kelenjar-kelenjar, adanya disfungsi pada endokrin seks, kelenjar adrenal, dan kelenjar *pituitary* (kelenjar dibawah otak). Atau akibat dari masa klimakterik atau menstruasi. Kadang-kadang karena kelenjar-kelenjar *thyroid* dan adrenal yang mengalami *athrofi*.
d) Adannya degenerasi pada energi mental. Hal ini didukung dengan lebih dari separuh dari jumlah penderita skizofrenia mempunyai keluarga yang psikotis atau sakit mental.

Tetapi pada beberapa kasus, faktor kepuasan terhadap kondisi tubuh juga mempengaruhi terjadinya skizofrenia. Pada orang yang mempunyai cacat pada tubuhnya (defekorganis) berpotensi menimbulkan perasaan-perasaan tidak mampu dan mincompleks, atau integrasi kepribadian yang miskin sekali. Perasaan-perasaan seperti ini cenderung barlangsung secara terus-menerus. Meskipun

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

masalah fisik yang ada dapat dikurangi dengan jalan operasi yang akhirnya menimbulkan pribadi yang abnormal.[61]

b) Karakteristik skizofrenia

a) Gangguan pikiran

Penderita skizofrenia mengalami gangguan dalam cara berfikir maupun isi pikirannya. Neologisme, disini penderita memiliki fase-fase kata yang baru dimana frasa kata tersebut hanya bisa dimengerti oleh dia sendiri. Dalam pembicaraanpun mencerminkan asosiasi longgar dimana ide-ide yang dibicarakan loncat-loncat dan tidak berhubungan. Selain itu penderita dipengaruhi bunyi kata ketimbang maknanya. Kebanyak penderita skizofrenia mengalami waham atau delusi (suatu perasaan atau keyakinan yang keliru yang tidak bisa diubah dengan penalaran maupun penyajian fakta) waham itu sendiri juga bermacam-macam:

1) *Delusion of control* yaitu waham tentang dirinya dikendalikan oleh suatu kekuatan tertentu dari luar.
2) *Delusion of influence* yaitu waham tentang dirinya sendiri dipengaruhi oleh suatu kekuatan tertentu dari luar.
3) *Delusion of passivity* yaitu waham tentang gerakan tubuh, pikiran maupun tindakan tak berdaya terhadap suatu kekuatan dari luar.

[61] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal. 209-210

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

4) *Delusion of perception* yaitu waham yang berhubungan dengan pengalaman indrawi yang tidak wajar, yang bermakna sangat khas dan biasanya bersifat mistik.

b) Gangguan presepsi

Penderita sering kali merasakan bahwa dunia tampaknya "berbeda" bagi mereka. Penderita merasa bagian tubuh mereka tampak terlalu besar ataupun terlalu kecil. Gangguan persepsi yang paling dramatis dinamakan halusinasi. Halusinasi auditari atau dengar (biasanya penderita mendengar suara yang menyuruh penderita perperilaku tertentu maupun mengomentari perilakunya) merupakan halusinasi yang sering terjadi. Halusinasi visual atau lihat (penderita melihat sesuatu yang asing) agak jarang ditemukan. Halusinasi sensorik lain (penderita merasa ada suatu yag keluar dari tubuhnya, merasa kulitnya ditusuk-tusuk) juga jarang ditemukan.

c) Gangguan afek

Pada umumnya penderita penderita tidak mengalami emosi apa-apa. Penderita tidak mampu merespon stimulus emosi dengan benar. Sebagai contoh penderita mungkin tidak menunjukkan emosi saat diberitahu kalau anaknya meninggal atau tertawa saat menerima berita tragis.

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

d) Gangguan perilaku

Penderita biasaanya menunjukkan aktivitas motorik dan ekspresi wajah yang aneh. Ada juga yang melakukan gerakan yang tak lazim tanpa berhenti atau mempertahankan dalam periode waktu yang lama atau cenderung mematung.

e) Gangguan kemampuan untuk bekerja

Pada umumnya penderita kehilangan motivasi kerja dan ketrampilan sosial. Selain itu penderita tak memperhatikan kesehatan (tak mau mandi. Dan tidak mampu berfungsi dalam kehidupan sehari-hari.[62]

c) Gejala-gejala

Tanda awal skizofrenia sering kali terlihat kanak-kanak. Indikator *premorbid* (pra-sakit) pada anak pre-skizofrenia antara lain ketidakmampuan anak mengekspresaikan emosi seperti wajah dingin, jarang tersenyum, acuh tak acuh. Penyimpangan komunikasi: anak sulit melakukan pembicaraan terarah. Gangguan atensi yaitu anak tidak mampu memfokuskan, mempertahankan, serta memindahkan atensi.pada anak perempuan tampak sangat pemalu, tertutup, menarik diri secara sosial, tidak bisa menikmati rasa senang dan ekspresi wajah sangat terbatas. Sedangkan pada anak laki-laki sering menantang tanpa alasan yang jelas, menganggu dan tak disiplin.

[62] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal. 213

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

Namun secara umum skizofrenia mempunyai beberapa gejala yang seringkali tampak pada penderita gangguan ini. Diantara gejala-gejala yang umumnya terjadi adalah:

a) Realitas yang berbeda. Sebagaimana orang yang normal, setiap orang memiliki prespektif sendiri-sendiri dalam menghadapi hidup. Begitu juga pada penderita skizofrenia ia juga mempunyai perspektif sendiri dalam menanggapi hidup. Tetapi pada penderita skizofrenia, perbedaan perspektif tersebut terlihat sangat mencolok dan cenderung terbalik daripada perspektif orang lain secara umum, yang tidak ada alasan yang logis terhadap perspektif-perspektif yang ada.
b) Halusinasi, halusinasi meliputi halusinasi auditori atau halusinasi suara, penderita mendengarkan suara-suara tanpa tahu dari mana datangnya. Biasanya, suara-suara yang didengarnya berasal dari luar kepalanya yang sering digambarkan dengan suara-suara berlanjut, peringatan akan bahaya-bahaya yang segera datang atau suara-suara yang memberitahuu penderita tentang sesuatu hal yang harus dilakukan. Halusinasi visual, yaitu penderita seringkali melihat suatu objek yang tidak dilihat orang lain. Halusinasi peraba, yaitu penderita merasakan sensasi-sensasi tanpa bentuk yang pasti.
c) Delusi, yaitu keyakinan yang salah pada penderita terhadap suatu hal tanpa adanya alasan dan bukti yang logis. Pada gejala ini,

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

penderita seringkali merasa bahwa orang lain akan menangkap dan menyakitinya atau sebaliknya, penderita seringkali merasa bahwa ia adalah seorang tokoh yang benar.

d) Asosiasi yang tidak logis. Penderita skizofrenia seringkali mengucapkan kata-kata yang tidak berhubungan sama sekali. Pikirannya kacau, sehingga kata-kata yang yang diucapkan terdengar *ngawur* dan tidak bisa dimengerti oleh orang normal.

e) Hilang perasaan-perasaan, pada gejala ini, penderita dapat dikatakan mati rasa. Respon penderita terhadap suasana di luar dirinya sangat buruk. Ia tidak merasa gembira pada suasana lingkungan gembira, dan ia tidak merasa sedih walaupun suasana lingkungannya berduka.

f) Mental yang buruk, biasanya pada awal timbulnya gangguan ini, kondisi mental penderita cenderung meurun, baik itu kecerdasan maupun mental penderita dalam menanggapi ransangan dari luar.

g) Secara fisik, penderita skizofrenia seringkali mengalami gangguan pada tingkah laku stereotipe, kadang-kadang ada gerak-gerak motorik yang lamban, tidak teratur dan kaku serta sering bertingkah aneh.[63]

2) Paranoia

Salah satu penyakit terkenal pula adalah penyakit *paranoia* “gila kebesaran” atau “gila menuduh orang”. Ciri-cirinya ialah delusi, yaitu

[63] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal. 215

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

suatu pikiran salah yang menguasai orang yang diserangnya. Delusi ini berbeda bentuk dan macamnya sesuai dengan suasana dan kepribadaian penderita.[64]

3) Manic-depresive

Manic atau exited (kebanggaan atau kegembiraan) terbentuk oleh elasi (kebanggaan), perasaandalam keadaan baik, optimis, percaya diri dan dorongn tinggi lainya yang kemudian berubah menjadi sedih/tertekan. Gejala-gejalanya ada dua macam, yaitu;

a) Mania, yang mempunyai tiga tingkat yaitu ringan (hypo), berat (acut) dan sangat berat
b) Melancholia (rasa tertekan)

Selalu terlihat muram, sedih, dan putus asa. Ia diserang bermacam penyakit yang tidak bisa sembuh atau merasa telah berbuat dosa yang tidak mungkin diampuni.[65] Manic dibagi menjadi dua macam yaitu :

a) Hypomania, yaitu tingkat elasi dan aktifitas yang moderat. Penderitanya mempunyai perasaan percaya diri yang luar biasa, dan keyakinan akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugasnya. Dalam beberapa kasus tekanan aktifitasnya menuntun kearah senang banyak bicara, berbicara yang keras dan cepat, dan berpakaina eksentrik (ganjil).

[64] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal 31
[65] Tristiadi Ardi Ardani dkk, *Psikologi Klinis*, hal 32

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

b) Hyperacut, yang penderitanya menunjukkan gejala-gejala mudah tersinggung, tak sabar, bersikap pongah (sombong, mendominasi orang lain), pembicaraannya membingungkan, bersikap kasar dan kejam, ide-ide pembicaraanya tidak koheren dengan pendengarannya, bersikap destruktif (perusak), menunjukkan permusuhan, bersifat disorientasi, bersifat delusi dan halusinasi.

Sementara istilah Depresi situjukan kepada individu yang memiliki karakateristik: selalu merasa sedih, bersikap dingin, kurang memiliki perhatian terhadap lingkungannya dan pesimistik.[66]

C. Penanganan Gangguan Kejiwaan Perspektif Islam

1. Kesehatan Jiwa dalam Islam

Pengertian kesehatan mental menurut paham ilmu kedokteran pada waktu sekarang adalah suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual, dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang lain.[67]

Dalam islam, selalu mengaitkan antara keimanan dengan kejiwaan. Ketika manusia merasa kehilangan apa yang ia miliki atau tidak mendapatkan apa yang ia kehendaki, Allah SWT yang maha pengasih memberikan sebuah pedoman hidup sepanjang masa bagi manusia. Al Qur'an adalah firman Allah SWT sebagai pedoman hidup menjelaskan

[66] Agus Santoso dkk, *Terapi Islam*, hal. 212
[67] Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiantri Islam*, hal. 24

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

mengenai keimanan yang merupakan dasar dari segala sesuatu.

"Dan apa saja nikmat yang ada pada kamu, maka dari Allah-lah (datangnya), dan bila kamu ditimpa oleh kemudharatan, maka hanya kepada-Nya-lah kamu meminta pertolongan" (QS. An Nahl : 53)

Sehat dalam pandangan Islam adalah sehat lahir dan batin. Sehat lahir adalah fugsi-fungsi biologis berjalan sebagaimana mestinya. Sedangakan sehat batin ialah bersihnya ruhani dari penyakit ruhani dan bersihnya nafsani dari berbagai macam penyakit jiwa.[68]Berikut indikasi kesehatan jiwa dalam islam tampak dalam hal-hal sebagai berikut:

a. Sisi spiritualitas: adanya keimanan kepada Allah, Beriman kepada kitab-kitab-Nya, para Rasul-Nya, Malaikat-malaikat-Nya, hari akhir, takdir dan ketetapan-Nya. konsisten dalam melaksanakan ibadah kepada-Nya, menerima takdir, dan ketetapan yang telah digariskan oleh-Nya, selalu merasakan kedekatan kepada Allah, memenuhi segala kebutuhan hidupnya dengan cara yang halal, dan selalu berdzikir kepada Allah. [69]
b. Sisi sosial: cinta kepada orang tua, anak dan pasangan hidup, suka membantu orang-orang yang membutuhkan, amanah, berani mengatakan kebenaran, menjauhi segala hal yang dapat menyakiti manusia (seperti berbohong, menipu, mencuri, berzina, membunuh, sumpah palsu, makan harta anak yatim, memfitnah, iri, dengki, menggunjing, gosip, khianat atau mendzalimi), jujur kepada orang lain, suka bekerja, dan mampu membawa tanggung jawab sosial.

---

[68] Isep Zainal Arifin, *Bimbingan penyuluhan Islam*, hal.61
[69] Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani, 2005) hal 463

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

c. Sisi biologis: terhindarnya tubuh dari segala bentuk penyakit dan juga cacat fisik dengan adanya pemahaman akan selalu menjaga kesehatan tubuh dengan tidak membebaninya dengan suatu tugas yang tidak sesuai dengan kemampuannya. Mengenal dirinya sendiri, kodratnya dan juga kemampuannya hingga ia bisa menyeimbangkan segala ambisinya sesuai dengan yang dimilikinya.
d. Sisi individu dengan lingkungannya: mengenal bahwa tempat tinggalnya merupakan bagian dari alam semesta dan mengetahui bahwa Allah telah memulikan kedudukannya dibandingkan dengan makhluk lainnya. Mencintai apa yang ada di alam semesta ini sebagai renungan atas keagungan dan kuasa Allah SWT.

Rasulullah SAW adalah menjadi contoh yang amat sangat lengkap, baik akhlaknya maupun kepribadiannya merupakan intepretasi dalam Al-Qur'an. Manusia sendiri perlu untuk menyeimbangkan kepribadiannya dengan kebutuhan fisik dan spiritual dengan tidak berlebihan sesuai ajaran atau syari'at yang telah ditetapkan, maka dengan mampu mewujudkan konsepsi kepribadian muslim seperti yang dilakukan Rasulullah maka ia telah mampu mewujudkan kesehatan jiwanya,[70] sebaliknya jika tidak mampu melaksanakan ketentuan syar'i sebagai kewajiban agama dengan kondisi jasmani dan jiwa yang sehat sekalipun maka dalam Islam ia dapat dikatakan "sakit".[71]

[70] Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, hal. 450-451
[71] Isep Zainal Arifin, *Bimbingan penyuluhan Islam*, hal. 21

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

2. Metode dan Teknik Penanganan Gangguan Kejiwaan dalam Islam

a. Metode Islam dalam Kesehatan Jiwa

Ada dua hal dalam kehidupan manusia yakni kejiwaan dan materi yang seringkali manusia melampaui batas untuk mencapai suatu hal yang bersifat meterial demi kepentingan duniawi hingga mengabaikan kebahagiaan dan masa depan di akhirat. Konsepsi islam ada adalah untuk menyeimbangakan dua hal tersebut dalam rangka mewujudkan kesehatan jiwa, adapun untuk menunjang hal tersebut ada tiga metode:

Metode pertama, yakni dengan memperkuat sisi spiritualitas pada diri individu yakni dengan cara menanamkan keimanan kepada Allah dan ketauhidan atas-Nya serta tidak mensekutukannya. Seseorang yang benar-benar beriman akan merasakan bahwa Allah selalu bersamanya dan dirinya dalam pengawasan-Nya. Menyakini bahwa Allah memberikan keridhaan kepadanya hingga ia bisa melimpahkan kecintaannya pada sesamanya.

Seiring dengan keimanan adalah ketakwaan. Ketakwaan adalah pembatas antara individu manusia dan azab Allah dengan cara menjauhi segala bentuk kemaksiatan dan selalu konsisten dalam menjalankan ajaran agama Allah dengan beraneka ragam ibadah yang hanya mengarah kepada-Nya. Mendekatkan diri kepada Allah akan menimbilkan rasa kebahagiaan tersendiri bagai seorang muslim, juga menimbulkan rasa aman pada diri serta keyakinan bahwa Allah akan selalu membantunya dalam setiap permasalahan yang dihadapi.

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

Metode kedua, yaitu dengan mengusai sisi kebutuhan fisik pada diri individu dengan mengendalikan semua motivasidan emosi yang berkaitan dengannya. Juga mengalahkan keinginan dan hawa nafsu yang berlebihan.

Memenuhinya dengan cara yang halal secara syar'i, seperti memenuhi kebutuhan seksual dengan menikah. Seperti yang Allah jelaskan dalam Al Qur'an, surah an Nuur ayat 33, "*Dan orang-orang yang tidak mampu kawin hendaklah menjaga kesucian (diri)nya, sehingga Allah memampukan mereka dengan karunia-Nya*."

Tidak berlebihan dalam memenuhi kebutuhan yang ada karena hal tersebut dapat membahayakan kesehatan jiwa. Akibat dari ketidak mampuan menerima kegagalan karena tidak dapat menguasai emosi dan motivasinya yang kemudian memunculkan konflik atau guncangan jiwa.[72]

Metode ketiga, dengan mempelajari cara-cara dan kebiasaan penting yang merealisasikan adanya kesehatan jiwa. Dengan jiwa yang sehat seorang individu akan mendapatkan kondisi seperti adanya rasa aman, mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain, percaya diri, tangung jawab, adanya kebebasan berpendapat dengan tidak melakukan taklid butan tanpa berfikir secara matang, qanaah atau merasa cukup dan ridha atas ketetapan Allah, sabar dan merasa kesehatan tubuh.[73]

[72] Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, hal. 455
[73] Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, hal. 462

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

b. Metode dan Teknik Psikoterapi Islam

Dilihat dari cara pengambilannya, metodologi psikoterapi islam didasarkan pada empat cara berikut ini:

1) Metode *Istimbath*, yaitu diturunkan langsung dari Al Qur'an
2) Metode *Iqtibas*, dari ijtihat para ulama
3) Metode *Istiqra'iy*, yaitu dari penalaran dan hasil penelitian empirik termasuk dari barat sejauh tidak bertentangan dengan semangat Al Qur'an dan Sunnah.
4) Memadukan metode komperhensif *jami' bayna nufus al-zakiyyah wa-al 'uqul al shafiyyah*.

Dari empat manhaj-manhaj tersebut didapatkan metode terapi psikoterapi Islam antara lain: 1). *Al Isytisyfa bul Qur'an* (terapi dengan Al Qur'an), 2). *Al du'a* (terapi dengan do'a), 3). Metode dzikir untuk terapi, 4). Shalat untuk terapi, 5). Mandi untuk terapi, 6). Puasa untuk terapi, 7). Metode hikmah, 8). Metode terikat tasawuf.[74]

Adapun metode dan teknik dalam psikoterapi dibagi dalam beberapa fase, yaitu:

Pertama, tahap *takhalli*, yakni bertujuan mengobati dan membersihkan diri dari segala kotoran, penyakit dan dosa yang menyebabkan berbagai kegelisahan. Teknik yang dapat digunakan dalam tahap ini adalah: 1).Teknik pengendalian diri, 2).Teknik pengembangan kontrol diri melalui puasa dan teknik paradok (kebalikan), 3).Teknik

[74] Isep Zainal Arifin, *Bimbingan penyuluhan Islam*, hal. 30

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

pembersihan diri melalui teknik dzikrullah, teknik puasa dan teknik membaca Al Qur'an, 3).Teknik penyangkalan diri.

Kedua, tahap *tahalli*, yaitu tahap pengembangan untuk menumbuhkan sifat-sifat yang baik, terpuji dan berbagai sifat yang harus diisikan pada klien yang telah di bersihkan pada tahap *takhalli*. Teknik yang dapat diterapkan adalah: 1).teknik internalisasi *Asmaul Husna*, 2).teknik teladan rasul, 3).teknik pengembangan *hablum minannas*.

Ketiga, tahap *tajalli*, yaitu tahap peningkatan hubungan dengan Allah sehingga ibadah bukan hanya bersifat ritual, tetapi dalam tahap ini harus berbobot spiritual. Lebih dari itu tahap ini adalah bagaimana memunculkan sifat-sifat ilahiyah dalam batas kemanusiaan.[75]

c. Metode dan Tenik Terapi Islam

Tidak jauh berbeda dengan metode psikoterapi islam, dalam terapi islam juga berakar pada kebenaran ilahiyyah serta ilmiah, karena dapat dipahami, diaplikasikan dan dialami oleh siapa saja yang ingin mengambil manfaatnya. Adapun metode yang dipakai dalam terapi islam antara lain:[76]

1) Keimanan Kepada Aqidah Tauhid

Hal pertama-tama yang diubah oleh islam terhadap bangsa arab adalah aqidah. Keimanan kepada aqidah tauhid ini sendiri merupakan langkah pertama dalam menimbulkan perubahan besar dalam kepribadian. Sebab ia, dalam diri manusia melahirkan tenaga spiritual

[75] Isep Zainal Arifin, *Bimbingan penyuluhan Islam*, hal.42
[76] Agus Santoso dkk, Terapi Islam, hal. 102

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

yang besar yang dapat mengubah pengertiannya tentang dirinya sendiri, orang lain, kehidupan dan seluruh alam semeta.

2) Ketakwaan

Keimanan menjadai hal paling utama dalam proses perbaikan diri bagi setiap umat muslim. Keimanan selalu dibarengi dengan ketakwaan kepada Allah SWT. Pengertian takwa terkandung pula pengendalian manusia pada dorongan dan emosinya dan penguasaan atas kecenderungan hawa nafsunya. Selain itu dalam pengertian takwa juga terkandung perintah kepada manusia agar dalam tindakan-tindakannya ia berlaku benar, adil, memegang amanat, bisa dipercaya, bergaul dengan baik dengan aorang lain.[77] Hal ini juga selaras dengan metode kesehatan jiwa dalam islam yang telah dijelaskan diatas.

3) Berbagai Ibadah

Dalam mendidik kepribadaian manusia dan mengubah tingkah laku lanusia, Al Qur'an memakai metode penerapan dan pemratekkan dalam diri mereka. Oleh karena itu Allah mewajibkan berbagai iabadah: shalat, puasa, zakat, haji. Pelaksanaan ibadah-ibadah itu dalam waktu-waktu tertentu, mengajarkan seorang mukmin untuk taat kepada Allah, melaksanakan perintah-perintah-Nya, dan selalu menghadap kepada-Nya dengan sepenuh hati. Penerapan ibadah ini juga dijadikan metode dalam psikoterapi islam

[77] Agus Santoso dkk, Terapi Islam, hal. 103

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

4) Kesabaran

Al Qur'an menyeru orang-orang yang beriman untuk berhiasakan dengan kesabaran. Manfaat dari kesabaran selain utnuk mendidik diri juga memperkuat kepribadian, meningkatkan kemampuan manusia dalam menanggung kesulitan, memperbarui tenaganya dalam menghadapi berbagai macam problem kehidupan dan cobaan serta berjuang demi tegaknya Islam.

Kesabaran mengajari manusia ketangguhan dalam bekerja dan berupaya untuk merealisasikan tujuan-tujuan praktis dan ilmiahnya. Sebab sebagain besar tujuan manusia dalam kehidupan di berbagai bidang dan aspek. Kesabaran dan ketangguhan erat kaitannya dengan kehendak yang kuat. Meskipun menghadapi berbagai permasalahan dan kesulitan tidak menghambat kemauannya tidak memudar dan melemah cita-citanya dan bahkan dapat merealisasikan tujuan-tujuan yang tinggi. Seperti yang Allah SWT firmankan dalam surah Al Anfal ayat 65, *"....Jika ada dua puluh orang yang sabar diantaramu, niscaya mereka akan dapat mengalahkan dua ratus orang musuh. Dan jika ada seratus orang yang sabar diantaramu, niscaya mereka akan dapat mengalahkan seribu dari pada orang kafir, disebabkan orang-orang kafir itu kaum yang tidak mengerti."*(QS. Al Anfal: 65)

5) Ingat Akan Allah

Kebiasaan seorang mukmin dalam mengingat Allah, baik dengan mengucapkan tasbih, takbir, istighfar, do'a, maupun dengan

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

membaca Al Qur'an, membuat jiwa bersih dan bening dan perasaannya tenang dan tentram. Kebaisaaan tersebut merupakan ritual yang dapat menyehatkan jiwa seperti halnya ritual ibadah seperti shalat, puasa dll

Seorang muslim yang membiasakan untuk mengingat Allah, maka ia akan merasa bahwa ia dekat dengan Allah dan berada dalam perlindungan-Nya. Maka akan timbul perasaan percayadiri, teguh, tenang, tentram, dan bahagia. Firman Allah: *Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu.....”*(QS. Al Baqarah, 2:152)

6) Taubat

Perasaan berdosa menyababkan manusia merasa negative dan gelisah. Akibatnya timbul berbagai penyakit jiwa. Al Qur'an memiliki metode unik dan berhasil menyembuhkan berbagai macam perasaan dosa, yaitu taubat. Taubat kepada Allah akan membuat diampuni segal dosa dan menguatkan diri dalam mengharap ridha Allah dengan bagitu akan dapat meredakan kegelisahannya, selain itu juga mendorong manusia untuk memperbaiki dirinya meluruskan perbuatannya hingga tidak mengulangi kesalahan yang sama[78]. Allah berfirman:*“Sesungguhnya Allah tidak akan mengampuni dosa syirik, dan Dia mengampuni segala dosa yang selain dari (syirik) itu, bagi siapa yang dikehendaki-Nya.....”*(QS. An Nisa', 4:48)

[78] Agus Santoso dkk, *Terapi Islam*, hal. 117

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

Dalam terapi islam memiliki teknik dalam mengapikasikan metodenya, ada tiga tahapan yang akan dilakukan oleh konselor agama, antara lain adalah : 1). Mengidentifikasi diri dalam rangka membangun kesadaran terapis atau konselor terhadap asumsi, nilai, bias-bias, keyakinan, sistem sosial, serta hal-hal lain yang membedakan antara dirinya sendiri dengan konseli. Proses ini sangat penting untuk mengekploitasi tingkah krusial problema yang dihadapi, 2). Melakukan re edukasi dengan cara meningkatkan pemahaman diri individu terhadap pandangan (*worldviews*) keagamaan meliputi nilai budaya pribadi konseli. Tahap ini merupakan proses terapiutik yang menentukan efektifit dan tidaknya terapi. 3). Melakukan refleksi yang mencerminkan intepretasi dan rekomendasi dari proses yang telah dilakukan. Tahap ini akan melihat pada dinamika perkembangan pribadi yang bersifat aktif dan konstruktif, sehingga individu dapat melakukan prilaku-prilaku yang tepat. Ketiga tahapan ini akan berjalan efektif manakala didukung dengan pola intervensi yang sensitive dan keterampilan sensitive terhadap budaya, baik pola pikir paupun prikaunya.[79]

3. Bentuk-bentuk Terapi Kejiwaan dalam Islam

a. Terapi Islam dengan Keimanan dan Rasa Aman.

Kajian sejarah agama-agama didunia khususnya kajian sejarah islam, telah banyak mengungkapkan keberhasilan iman kepada Allah dalam menyembuhkan penyakit kejiwaan memunculkan perasaan aman

[79] Agus Santoso dkk, *Terapi Islam*, hal. 195

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

dan menjaga diri dari gejala-gejala sebagai penyebab adanya penyakit kejiwaan, Allah SWT menggambarkan secara gamblang bagaimana keimanan itu memberikan rasa aman dan ketenangan dalam diri orang-orang yang beriman sebagaimana firmannya

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَلَمۡ يَلۡبِسُوٓاْ إِيمَٰنَهُم بِظُلۡمٍ أُوْلَٰٓئِكَ لَهُمُ ٱلۡأَمۡنُ وَهُم مُّهۡتَدُونَ

"Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka itulah yang mendapat keamanan dan mereka itu adalah orang-orang yang mendapat petunjuk" (Al an'aam: 82)[80]

Manusia ideal adalah yang memiliki hati putih terbebas dari segala fitnah ataupun segala sesuatu yang menyimpangkannya dari fitrah awalnya yaitu fitrah untuk selalu beribadah kepada Allah dan tidak menyekutukannya. Sesungguhnya hati yang selalu penuh dengan keimanan tidak akan mungkin memiliki rasa dengki ataupun penyakit kejiwaan lainnya. Rasululloh menjadikan surga bagi orang-orang yang beriman seperi halnya yang disabdakannya yang artinya :"*barang siapa yang ridho Allah menjadi Tuhannya, Islam menjadi agamanyadan Muhammad menjadi Nabi dan Rosulnya, maka surga lah untuknya" (H.R Muslim)"*[81]. Secara garis besar manusia diciptakan sebagaimana tugas dan tanggung jawabnya sebagai hamba dan kholifah dimuka bumi.

[80] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah* (Surabaya:CV Mahkota,1990), hal.200
[81] Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, hal. 470-474

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

Mengutip pernyataan Imam Al Ghazali, “penyakit merupakan salah satu bentuk pengalaman yang dapat membawa manusia mengetahui tentang Allah.” Sebagai mana Allah menyatakan, “penyakit adalah pembantu-Ku, dan datang pada orang yang Aku kehendaki.” Seseorang cenderung merasa lebih dekat dengan Allah dalam keadaan sakit.

Penelitian ilmiah, saat ini juga menunjukkan bagaimana kepercayaan kepada Allah merupakan faktor yang berperan dalam proses kesembuhan suatu penyakit. Kepercayaan kepada Allah tidak hanya mengurangi stress yang terjadi, namun juga dapat mempercepat proses kesembuhan. Penyakit pada orang tertentu dapat disembuhkan dengan keimanan kepada Allah, melalui pengobatan yang dikenal dengan istilah *faith-based healing.* Allah berfirman:

وَٱلَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحۡيِينِ وَإِذَا مَرِضۡتُ فَهُوَ يَشۡفِينِ

“*dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku. dan Yang akan mematikan aku, kemudian akan menghidupkan aku (kembali).”*(QS. Al Syu’ara:80-81)[82]

b. Terapi Islam dengan Ibadah.

Sesungguhnya menunaikan ibadah yang telah diwajibkan Allah, seperti sholat, zakat, puasa, haji mampu membersikan jiwa sebagaimana firman Allah az-zumar ayat 22:

[82] Aliah B.Purwakania Hasan, Pengantar Pikologi Kesehatan Islami, (Jakarta: Rajawali Press, 2008) hal. 124

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

أَفَمَن شَرَحَ ٱللَّهُ صَدْرَهُۥ لِلْإِسْلَٰمِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِۦ ۚ فَوَيْلٌ لِّلْقَٰسِيَةِ قُلُوبُهُم مِّن ذِكْرِ ٱللَّهِ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ فِى ضَلَٰلٍ مُّبِينٍ

"*Maka apakah orang-orang yang dibukakan Allah hatinya untuk (menerima) agama Islam lalu ia mendapat cahaya dari Tuhannya (sama dengan orang yang membatu hatinya)? Maka kecelakaan yang besarlah bagi mereka yang telah membatu hatinya untuk mengingat Allah. Mereka itu dalam kesesatan yang nyata" (az-zumar:22)*[83]

Menunaikan ibadahpun merupakan suatu cara untuk menghapuskan dosa dan memperkuat ikatan seorang mukmin kepada Allah yang ditampakkannya dengan selalu mematuhi semua perintahnya dan menjahui segala larangannya. Dengan kedekatannya dengan Allah lah, akan selalu muncul harapan agar dapat mengampuni segala kesalahannya dan juga semakin kuat cita-citanya dalam menggapai surga-Nya. Ibadah yang bisa dilakukan secara perseorangan dan mampu menjadi terapi diri masing-masing individu antara lain:

1) Terapi Islam Dengan Sholat

Sholat adalah satu nama yang menunjukkan adanya ikatan yang kuat antara hamba dengan Tuhannya. Dalam sholat hamba seolah berada dihadapan Tuhannya dan dengan penuh kekhusyuannya memohon banyak hal kapadanya. Pada saat sholat ia sepenuhnya memikirkan Tuhannya tanpa ada intruksi dari siapapun hingga pada saat itulah ia merasakan ketenangan dan akalnyapun seolah

[83] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.735

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

menemukan waktu rehatnya. Disebutkan dalam firman Allah sebagai berikut:

وَٱسۡتَعِينُواْ بِٱلصَّبۡرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى ٱلۡخَٰشِعِينَ ٱلَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُم مُّلَٰقُواْ رَبِّهِمۡ وَأَنَّهُمۡ إِلَيۡهِ رَٰجِعُونَ

"Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu´(yaitu) orang-orang yang meyakini, bahwa mereka akan menemui Tuhannya, dan bahwa mereka akan kembali kepada-Nya" (QS. Al-Baqarah : 45-46)[84]

Secara etimologi sholat mengandung arti berdo'a memohon kebaikan dan pujian. Sedangkan secara hakikat mengandung pengertian "berhadap hati (jiwa) kepada Allah dan mendatangkan takut kepada-Nya, serta menumbuhkan rasa keagungan, kebesaran dan kesempurnaan sang khaliq di dasar jiwa.[85] Sholat memiliki berbagai manfaat bagi manusia, baik secara spiritual maupun secara fisik. Dari aspek kesehatan, shalat bermanfaat baik untuk kesehatan mental maupun untuk kesehatan fisik. Seorang muslim harus berisap melakukan shalat sebagai simbol untuk melakukan penyucian diri.[86]

Dalam sebuah penelitian syaraf kegiatan shalat merupakan manajemen hidup yang baik. Dimulai dari berwudhu atau bersuci diri merupakan menjaga kondisi syaraf sensoric dan motorik serta mengeluarkan muatan listrik negatif dalam tubuh melalui jemari

[84] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah,* hal.45
[85] Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiantri Islam*, hal. 331
[86] Aliah B.Purwakania Hasan, *Pengantar Pikologi Kesehatan Islami*, hal. 127

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

tangan kita. Kemudian dalam gerakan shalat dapat melenturkan urat syaraf, mengembalikan posisi syaraf, membuka pintu oksigen ke otak, mengeluarkan litrik negatif dalam tubuh.

Ada dua komponen gerakan shalat yang utama disebutkan dalam Al Qur'an yaitu rukuk dan sujud. Dalam rukuk dan sujud menurut penelitian, seldarah merah, Hbnya akan turun atau mati pada kisaran rata-rata lima jam. Pantas jika Allah menyuruh kita untuk shalat minimal 24 jam dibagi 5 jam maka minimal lima kali shalat sehari. Maka pantas jika shalat sangat penting, Allah telah memberikan hal fundamental berupa shalat seagai ibadah sekaligus terapis dalam memenuhi kebutuhan fundamental setiap manusia. Menurut penelitian ada pembuluh darah yang dapat disisi kembali hanya dengan gerakan sujud. Pada kepala ada banyak pembulu darah dan urat syaraf halus yang harus dijaga kelenturannya bebas dari pengkapuran, yang bisa dialiri darah segar dengan ber sujud. Selain itu darah yang mengalir dari jantung akan memaksimalkan aliran oksigen ke otak, mata, telinga, leher, pundak dan hati. Selain itu saluran syaraf memori dapat dijaga kelenturannya dengan gerakan rukuk.[87]

2) Terapi Islam Dengan Puasa

Puasa merupakan salah satu latihan dan didikan bagi jiwa dan banyak mengantung terapi penyakit kejiwaan dan penyakit fisik. Allah berfirman akan kewajiban berpuasa:

[87] A.M Isran, BSC., MBA., PhD., *Pedoman Sehat Tanpa Obat dengan Shalat dan Pijat* (buku pegangan master, ahli syaraf, instruktur senam dan ahli pijat), 2004, hal. 44-46, 29, 65-67

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

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُتِبَ عَلَيۡكُمُ ٱلصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبۡلِكُمۡ لَعَلَّكُمۡ تَتَّقُونَ

"Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa" (Al Baqarah: 183)[88]

Disaat berpuasa inilah seseoran gmuslim selalu berusaha untuk berperilaku baik dengan mendengarkan kata hatinya tanapa harus ada seseoarang pun yang mengawasi gerak gerik perilakunya. Puasa memiliki faedah dan mafaat kedokteran dalam mengaobati penyakit tubuh. Puasa merupakan salah satu terapi yang efisien dalam melepaskan diri dari perasaan bersalah dan berdosa serta dari perasan depresi ataupun penyakit jiwa lainnya.

Puasa mampu menjaga ruh, hati, dan tubuh dari segala macam penyakit. Juga membawa manfaat yang tidak terhingga khususnya apabila dilakukan dengan seimbang dan diwaktu –waktu yang disayari'atkan serta sesuai dengan kebutuhan tubuh.

3) Terapi Islam Dengan Dzikir

Sesungguhnya dengan konsisten untuk beribadah kepada Allah, menggingatnya, besyukur kepadanya di setiap waktunya, memohon ampunan-Nya dan berdo'a kepada-Nya akan makin mendekatkan manusia kepada tuhannya pada saat itula manusia akan merasaka penajgaan dan pengawasanya hingga makin kuatlah harapan dalam

[88] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.44

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

mengapai ampunannya juga akan semakin kuat tertanan dalam keridhaan dan kelampangan hati, dan iapun selalu merasakan adanya ketaatan dan kelegaan[89]. Hal ini sesuai dengan firman Allah :

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ

"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram" (Ar Ra'd : 28).[90]

Dalam dzikir juga mengandung aspek-aspekterapiutik yaitu olahraga, aspek meditasi, aspek autosugesti, aspek katarsis dan aspek kebersamaan.[91] Setelah shalat kemudian melakukan dzikir dengan duduk tasyahud awal akan dapat memperbaiki syaraf dan aliran darah dari mata kaki hingga ujung kaki serta mampu menopang tubuh yang memiliki hubungan dengan syaraf di pangkal kaki, inilah mengapa setiap melaksanakan dzikir harus dalam keadaan suci dengan berwudhu sebelum melaksanakan ibadah.[92]

4) Terapi Islam Dengan Do'a

Do'a merupakan salah satu ibadah dan mengingat Allah, bahkan iapun merupakan otak dari semua badah yang ada. Rasulullah bersabda *"do'a itu ibadah"*. Dalam Al qur'an dijelaskan:

---

[89] Agus Santoso dkk, *Terapi Islam*, hal 179
[90] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal.373
[91] Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiantri Islam*, hal 334
[92] A.M Isran, BSC., MBA., PhD., *Pedoman Sehat Tanpa Obat dengan Shalat dan Pijat*, hal.70

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

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌۖ أُجِيبُ دَعۡوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِۖ فَلۡيَسۡتَجِيبُواْ لِي وَلۡيُؤۡمِنُواْ بِي لَعَلَّهُمۡ يَرۡشُدُونَ

"Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran"(QS.al Baqarah : 186). [93]

Sesungguhnya dalam do'a ada kelapangan hati dan penawar bagi segala keraguan, keresahan, dan bencana. Karena sesungguhnya orang yang berdo'a berharap agar Allah mengabulkan do'anya.[94]

Dalam teori Intervensi (mempengaruhi kondisi batin), do'a merupaka alat intervensi terhadap kondisi mental dan kejiwaan klien untuk membantu proses penyembuhan bersama-sama dengan terapi lainnya. Ada dua hal yang perlu diperhatikan : pertama, intervensi terhadap fisik klien, hal ini dilakukan dengan berbagai pendekatan fisik terhadap klien. Kedua, intervensi terhadap psikis atau kejiwaan pasien, hal ini dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan psikologis.

Mengutip pendapat Profesor al Amiri, mengajukan teori intervensi sebagai berikut:

a) Fisik dapat mempengaruhi fisik (obat terhadap tubuh)

[93] Departemen Agama, *Al-Quran Dan Terjemah*, hal. 45
[94] Agus Santoso dkk, *Terapi Islam*, hal. 180-181

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

b) Fisik dapat mempengaruhi non-fisik (obat psikotropika terhadap jiwa)

c) Non-fisik dapat mempengaruhi fisik (do'a terhadap tubuh)

d) Non-fisik dapat mempengaruhi non-fisik (do'a terhadap sihir)

Dari teori ini dapat dilihat bahwa doa sebagai sesuatu non-fisik yang dapat mempengaruhi dua hal sekaligus yakni fisik maupun non-fisik. Dengan kata lain doa dapat menjadikan alat intervensi tehadap kejiwaan klien yang juga sebagai aspek non-fisik. Keuntungannya juga dapat memberikan efek bagi kesembuhan fisik klien.[95]

5) Terapi Islam dengan Kesabaran

Allah berfirman :

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱصْبِرُوا۟ وَصَابِرُوا۟ وَرَابِطُوا۟ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

"Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung" (Al 'Imran : 200)

Sabar adalah sifat yang dimiliki pleh orang mukmin yang berkaitan erat dengan kuatnya keinginan. Seorang orang mukmin yang sabar dan memiliki keinginan yang kuat akan bersabar ketika ia menghadapi rintangan dan cobaan, dan hal itu tidak akan melemahkan keinginannya tersebut. Dengan keinginan yang kuat manusia bisa

[95] Isep Zainal Arifin, *Bimbingan penyuluhan Islam*, hal. 61,65-66

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

merealisasikan tugas besarnya dan mewujudkan tujuannya yang tertinggi disertai dengan taufik dan ridho Allah, percaya diri, dan tawakal pada-Nya setelah selesai melaksanakan semua tugasnya tersebut.[96]

6) Terapi Islam Dengan Istighfar dan Taubat

Tobat diwajibkan bagi siapapun yang mengerjakan dosa. Setiap muslim pastinya berdosa dan mengerjakan sebagian maksiat kecil maupun besar. Terkadangpun seorang muslim lalai dalam menunaikan ibadah yang diwajibkan atasnya. Namun, pintu taubat selalu terbuka hingga ia kembali kepada Allah dan bertaubat kepadanya serta tidak putus asa atas segala rahmat dan ampunannya.

Al-Quran telah menawarkan banyak terapi dalam menyikapi penyimpangan perilaku, diantaranya dengan metode berikut:

a. Menanamkan keimanan dengan aqidah ketauhitan dalam jiwa kaum muslimin dan menumbuhkan bibit-bibit ketakwaan dalam hati mereka.
b. Mewajibkan kepada mereka beraneka ragam bentuk ibadah
c. Memerintakan mereka untuk belajar sabar
d. Memerintahkan mereka membiasakan diri dalam menggingat Allah SWT.
e. Memerintahkan mereka untuk meminta ampunan dan bertaubat kepada Allah atas semua kesalahan dan dosa.

[96] Musfir bin Said Az-Zahrani, *konseling terapi*, hal 494

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

f. Menggunakan metode yang beragam dalam memperbaiki perilaku yang menyimpang seperti halnya dengan konsep yang bertahap, konsep layuan dan ancaman, konsep kisah dan banyak lainnya. Seperti halnya yang Rosululloh sabdakan: "*barang siapa yang berkata, 'aku memohon ampunan kepada Allah, tiada Tuhan selain Allah yang hidup kekal lagi terus menerus mengurus makhluknya, aku bertaubat kepadanya',maka dosanya akan diampuni walaupun ia telah lali darinya dan perang" (H.R Abu Dawud, Tirmidi,dan Hakim).*[97]

7) Terapi Islam dengan Tarikat

Terapi ini juga disebut sebagai terapi Sufustik. Terapi tarikat juga tidak lepas dengan tasawuf. Dalam psikoterapi, tarikat memiliki tiga hal mendasar yakni ontologis, epistemologis dan aksiologis. Salah satu sisi ontologisnya adalah mengenai hakikat wujud jiwa dan substansi ruhani, dimana wujud jiwa tidaklain adalah *nafs* itu sendiri yang memiliki wadah yang disebut *lathifa*. Kapasitas tarikat disini adalah pada sisi batin manusia, meskipun pendekatan-pendekatan spiritual dilakukan namun dalam kasus gangguan kejiwaan seperti ini tidaklah relevan dan hal itu hanya mengurangi gejala-gejalanya saja. Karena gangguan kejiwaan merupakan kerusakan yang terjadi pada ruhani dan nafsani.

[97] Diriwayatkan oleh Abu Dawud, Tirmidi dan Hakim, dikutip dari Musfir bin Said Az-Zahrani, *konseling terapi*, hal 497-498

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

Orang yang mengalami berbagai kegilaan, gangguan kejiwaan hingga penyakit jiwa, dalam terapi ini terlebih dahulu direpi dengan dzikir baik *jahar* (jelas) maupun *khafy* (samar). Ini adalah terapi sebagai penyembuhan penyakit jiwa atau nafsani tadi. Setelah itu ketika dalam tahapannya dilanjutkan dengan terapi ruhani, yaitu melalui berbagai bimbingan penasihatan dan pesan-pesan ajaran agama yang sarat dengan moral. Hal ini dilakukan ketika mereka pada kondisi sehat jiwanya, maka akan dapat mudah membekas dalam hati mereka.[98]

c. Terapan Psikoterapi Islami

1) Terapi massal

Terapi ini tampak dalam masyarakat muslim, khususnya di saat mereka bersama-sama menuntut ilmu di masjid-masjid ataupun di rumah-rumah. Mereka mempelajari dan memperdalam ilmu agama mereka. Hal lain yang dipelajarinya secara bersama-sama antara lain disiplin, melakukan segala sesuatunya dengan proposional, tidak menghambur-hamburkan dan melakukan sesuatu yang selaras dengan fitrh dasarnya.

Dalam psikoterapi, pengelompokan ini muncul dari butuhnya suatu kelompok masyarakat kecil, dimana klien dapat berlatih suatu prilaku yang hendaknya dilakukan dan juga hidup secara normal dalam masyarakat kecil tersebut. Dari masyarakat kecil ini individu

[98] Isep Zainal Arifin, *Bimbingan penyuluhan Islam*, hal. 131,145

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

akan memiliki bekal kemampuan untuk bisa kembali menyelaraskan dirinya dengan masyarakatnya. Dalam dunia islam, lebih dari itu, hal ini juga bertujuan untuk menyelaraskan adaptasi dalam konsep islam dan mengarahkannya sesuai standarisasi definisi prilaku normal dan abnormal dalam islam. Definisi kata selaras mencakup keselarasan individu dengan Allah dan sesama manusia. Konsep kelompok dalam ajaran Islam yang menekankan pada nilai cinta kasih, persaudaraan, toleransi.[99]

2) Evaluasi diri

Hal ini nampak dari ibadah yang dilakukansetiap individu. Ia berharap langsung kepada Allah dan memohon bantuan-Nya. Pada saat itulah ia mengakui kesalahan-kesalahannya dan meminta pengampunan kepada-Nya. Semua individu melakukan hal ini disetiap shalatnya, shalat malamnya, dalam dzikirnya, dalam do'anya, ketika membaca Al Qur'an, saat melakukan ibadah haji dan ibadah lainnya. Selain itu juga setiap individu bisa saling meminta maaf, saling memberikan nasihat dan saran.

3) Terapi air

Hal ini tampak pada saat wudhu dan mandi. Seorang muslim diwajibkan secara berkala. Lebih dari itu seorang muslimpun berkewajiban berwudhu disetiap waktunya. Seorang muslim selalu dekat dengan keduanya, karena air sangat berkaitan dengan motif

[99] Muhammad Izzuddin Taufiq, *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*,(Jakarta: Gema Insani, 2006), hal. 460-462

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

daripada praktik taharah, wudhu, menghilangkan najis dan kewajiaban mandi besar. Dua hal tersebut dalam kehidupan seorang muslim dengan jarak waktu yang berdekatan dan terorganisasi. Ditambah perintah secara umum untuk menjaga kebersihan baik anggota tubuh maupun seluruh tubuh.

4) Terapi dengan amal perbuatan

Hal ini tampak dari kesibukan seorang muslim dalam menjalani profesinya. Disaat seseorang mengetahui bahwa apa yang ia kerjakan adalah ibadah, hukumnya fardhu kifayah, mendapat pahala akhirat tanpa mengurangi materi dunia, dan saat memahami keutamaan pekerjaan dan profesinya maka ia kana dengan senang hati dan ikhlas menjalaninya. Mendapat kegembiraan dan ketenangan dengan pekerjaanya dan tidak memandang waktu akan terbuang sia-sia.

5) Terapi dengan permainan

Hal ini tampak pada aktifitas olahraga, berjalan-jalan mengamati lingkungan ataupun melakukan hobi yang diperbolehkan. Islam hanya memperbolehkan aktifitas dan hobi yang bermanfaat bagi akal dan tubuh, serta mengharamkan hal yang membahayakan keduanya. Islam sangat memahami fitrah manusia, bermain merupakan fitrah manusia baik untuk anak kecil maupun orang dewasa, maka bermain tidaklah dilarang dalam Islam namun tetap dalam batasan yang telah ditetapkan.

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

Kegiatan seperti olahraga membuat tubuh aktif, membuat otot dan persendian terlatih dan membantu melancarkan sistem pembuangan. Untuk mencapai keseimbangan energi yang di dapat dari makanan harus dikelurkan melaui aktifitas sehari-hari termasuk olahraga. Olah raga memperlancar sirkulasi darah, tubuh menjadi kuat dan tahan tubuh semakin kuat.[100]

6) Terapi sosial

Hal ini tampak pada interaksi yang ada sesama muslim. Mereka saling menolong, membantu, dan mengunjungi. Bila seorang dari mereka sakit mereka menjenguknya, ketika ada yang kesulitan maka akan membantu, ketika ada yang butuh nasihat maka akan memberikanya, ketika ada yang meninggal maka akan meninggalkan kebaikan bagi yang lainnya. Sesama muslim adalah sebuah satu kesatuan dalam satu tubuh, ketika sebagian dari mereka sakit maka yang lain akan merasakannya. Setiap individu akan memilih teman yang diinginkannya, ia melihat kesamaan pada dirinya dengan teman yang dipilihnya. Satu sama lain sebagai cermin, saling berbagai rahasia dan saran.

7) Terapi lingkungan

Hal ini tampak pada kemah dan tenda yang penuh dengan aktifitas kebaikan dan ketakwaan, serta jauh dari perbuatan dosa dan permusuhan, menikmati masa yang menyenangkan, mendapat nutrisi

[100] Aliah B.Purwakania Hasan, *Pengantar Pikologi Kesehatan Islami*, hal. 187

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

tubuh juga ruh (jiwa), mereka menjalani hari-hari dengan tenang dan penuh kebaikan, jauh dari problematika dan kesibukan yang menumpuk di kota, hati dan tubuh mereka telah mendapat relaksasi.[101]

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Kajian kepustakaan adalah sebuah studi tentang penelusuran beberapa judul baik skripsi maupun karya ilmiah yang ada di perpustakaan dengan tujuan bahwa skripsi yang dilakukan oleh peniliti benar-benar penelitian yang belum diangkat sebelumnya.

Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang relevan:

1. Skripsi Fahimatul Ainitah (1999) dengan judul Upaya Bimbingan Penyuluhan Agama dalam mengatasi Gangguan Jiwa (Neurosa) (Studi kasus Neurosa akibat perselisihan antar famili) di Desa Kedung Rukem Kec. Benjeng Kab. Gresik.

   Dalam penelitian ini mengkaji tentang Upaya Bimbingan Penyuluhan Agama pada penderita Gangguan Jiwa Neurosis. Persamaan dari skripsi ini ialah pada objek yang dituju yakni penderita gangguan jiwa. Perbedaan dari skripsi ini ialah pada ganggaun jiwa neurosis studi kasus tersebut dengan melihat upaya yang dapat dilakukan Bimbingan Penyuluhan Agama dalam mengatasinya, sedangankan dalam penelitian kali ini lebih kepada penanganan penderita gangguan jiwa melalui Bimbingan dan Konseling Islam yang dilakukan di sebuah pondok.

[101] Muhammad Izzuddin Taufiq, *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*, hal. 437

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

2. Skripsi Lilik Ulumiyah (2004) dengan judul Bimbingan Konseling dengan Psikoterapi Religius dalam Menangani Penderita Skizofrenia yang menjalani rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya.

   Dalam penelitian ini mengkaji tentang pola penanganan dengan menggunakan Pikoterapi religius yang mana lebih mengarah kepada implementasi secara langsung teori yang ada kepada pasien gangguan jiwa di RSJ Menur Surabaya dan objek penelitiannya hanya pada pengidap Skizofrenia. Persamaan dari skripsi ini yaitu mengenai Bimbingan dan Konseling pada Penderita Gangguan Jiwa dengan cara islami. Perbedaan skripsi ini ialah pada penanganan yang di lakukan di pondok dimana notabene bukan instansi medis dan tidak ada muatan medis di dalamnya begitu juga dengan pendekatannya yang berbeda yang melatar belakangi metode penanganannya.

3. Skripsi Nusratuddiniyah (2013) dengan judul terapi sufistik : studi tentang penyembuhan penderita gangguan jiwa di pondok pesantren & rehabilitasi mental Az Zainy Malang.

   Dalam penelitian ini mengaji tentang studi secara langsung proses penyembuhan penderita gangguan jiwa dengan terapi sufistik. Persamaan dari skripsi ini ialah pada objek yang di tuju yakni penderita gangguan jiwa kemudian pada pada proses penanganannya yang menggunakan terapi islami yang dilakukan di sebuah pondok pesantren. Perbedaan dari skripsi ini ialah pada tujuan dan maksud penelitian yang lebih kepada nilai aqidah filsafati yang ada pada terapi sufistik sebagai upanya penganan gangguan

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

jiwa yang dilakukan di pondok tersebut, sedangkan dalam penelitian kali ini sangat berbeda mengingat memfokuskan pada proses Bimbingan dan Konseling Islam kepada penderita gangguan jiwa yang tujuan dan maksud penelitian lebih kepada proses penanganan gangguanjiwa di sebuah pondok dilihat dari perspektif teoritis Konseling Islami.

4. Tesis Arifin Hidayat, S.Sos.I (2014) dengan judul Proses Konseling dan Psikoterapi pada Pondok Pesantren Al Qadir Sleman dalam menangani Santri Penderita Gangauan Mental.

   Dalam penelitian ini mengkaji tentang proses konseling pada penderita gangguan mental dengan fokus penanganan menggunakan psikoterapi. Persamaan dari tesis ini ialah pada kajian terhadap proses konseling yang dilakuakan di pondok pesantren serta objek yang dituju pada penderita gangguan psikis / psikotik. Perbedaan dari tesis ini ialah lebih kepada proses psikoterapinya serta objek yang hanya di khususkan pada gangguan mental, sedangkan dalam kripsi kali ini lebih kepada proses bimbingan konseling islam itu sendiri dengan pendekatan dan metode yang jelas berbeda serta objek penderita ganguan kejiwaan yang beragam.

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