

BAB IV
TERAPI KEISLAMAN
DALAM MENGATASI PRIBADI PATOLOGIS

A. Tujuan Terapi Keislaman dalam Mengatasi Pribadi Patologis

Motivasi beragama yang mendorong maupun menarik manusia untuk menganut suatu agama berdasarkan dinamika psikologi serta fungsi kejiwaan dalam perilaku beragama. Bahwa menerangkan motivasi beragama secara fungsional artinya dapat merubah dan menambah peranan serta kegunaan agama bagi kehidupan psikis manusia yaitu sebagai efek; akibat atau kelanjutan proses kimiawi dan faali tubuh, penyaluran suatu insting, pelarian untuk mengatasi konflik, jawaban pemenuhan kebutuhan yang tidak terpuaskan karena adanya frustrasi, dan berusaha untuk mengatasinya. Pada umumnya penyebab perilaku beragama yang merupakan campuran antara berbagai faktor, lingkungan, biologis, psikologi dan rohani. Unsur fungsional, unsur asli, fitrah atau karunia Tuhan.

Agama berwenang mencari hakekat yang terdalam mengenai fitrah, takdir, kematian, hidayah, taufiq, keimanan, malaikat, setan, dosa, jiwa, roh, wahyu, kehadiran Tuhan maupun rohaniah. Dalam agama islam dikatakan bahwa orang yang beragama islam harus berperilaku sesuai dengan ajaran agama secara keseluruhan.

Islam adalah pandangan dan aturan hidup yang lengkap dan sempurna. Ia adalah agama, sumber etika, sumber tersalurnya ilmu pengetahuan, penangkal perilaku yang tercela, daya rujukan perilaku yang terpuji dan sistem hukum yang kesemuanya terangkum dalam sebuah kesatuan yaitu Islam. Bahwa kita mengenal

Islam selama ini dalam bentuk nomina (kata benda), dan sebagai kata kerja yaitu aslama - yuslimu selalu kita terjemahkan dengan berserah diri, sehingga validitas Islam menjadi kabur.

Dalam penulisan Islam, kita senantiasa dengan memakai “ I ” kapital, sehingga Islam hanya kitya kenal sebagai predikat, atau ber-Islam artinya mempunyai predikat (berlabel) Islam, orang yang menerima kalimah shadat adalah orang yang berlabel Islam. Sedangkan ber- Islam artinya proses Islam hingga pada esensinya yang luas dan mendalam. Oleh sebab itu penuangan istilah Islam dalam Al Qur'an mencakup makna dua sekaligus (kapital dan non kapital), seperti ayat dibawah ini :

وَمَنْ يُسْلِمْ وَجْهَهُ إِلَى اللَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ
وَإِلَى اللَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ

Artinya : “Barangsiapa meng-Islamkan dirinya kepada kehendak Allah dan ia Muhsin, Sungguh ia sudah berpegang pada tali yang kokoh. Pada hukum Allah juga tempat kembali akibat segala perkara.” (Q.S. 31 : 22).¹

Apabila kata yuslim pada ayat itu diterjemahkan dengan menyerah, maka penyerahan itu harus bersifat predikat maupun esensi, sesuai dengan aset dan akses Islam.²

Inilah Islam yang universal yang diturunkan Tuhan kepada semua rasul yang pernah ada “Ya’qub, Ibrahim, dan Ishaq adalah nabi yang ber-Islam kepada Tuhan.

¹ Depag, *Al Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta, 1985, hlm. 656

² Sukanto, M. Dardiri Hasyim, *Nafsiologi Refleksi tentang Analisa Diri dan Tingkah Laku Mamusia*, Risalah Gusti, 1995, hlm. 13

Berangkat dari asumsi, bukanlah merupakan suatu yang apologi, guna mengatakan bahwa ber-Islam itu adalah aturan berdamai dengan hukum Allah dalam segala urusan. orang boleh saja tidak berislam, tetapi ia pasti dihadapkan pada hukum Islam oleh Tuhan. (Jika taat mendapatkan pahala, jika tidak akan mendapatkan sikska, yang merupakan sunnatullah).

Oleh karena itu Islam selalu memberikan alternatif yang memerlukan terpaan selektif dan antisipatif, agar habluminallah dan habluminannas terjaga keseimbangannya dan harmonis.

Dengan mencermati sistem nilai dalam aset Islam, pola perilaku dengan Tuhan dapat ditentukan secara empiris dalam lapangan kehidupan sehari-hari. Rasa cemas, frustrasi, dan lain sebagainya merupakan rasa yang digoreskan Tuhan dalam perasaan seseorang, akibat dari kesalahan seseorang terhadap perilaku sendiri.

Bahwa harus diketahui, dimana Tuhan menciptakan segala sesuatu dengan qadar (kekuasaan, ketetapan, ukuran, batasan dan kepastian). Misalnya sekarang banyak orang, yang belum sadar tentang qadar tuhan. Sebagai kholifah di bumi kita harus jujur dan konsekwen dalam menegakkan amanat Tuhan yang dibebankan pada kita dan harus ihklas.

Tampaknya selama ini keislaman seringkali hanya pada sistem agama, sifat pasrah diri dengan penghayatan agama secara pasif, yang memberikan dampak pada pola pikir perilaku dan sikap terhadap Islam. Prinsip ber-Islam selama ini cenderung diserahkan begitu saja pada agama, tanpa sikap kritis dan jelas dalam pemahaman, sehingga menjadi jenuh bagi para pemeluknya. Tapi berbicara tentang Islam dikonfermasikan dalam bentuk agama juga tidak begitu, dipersoalkan karena dilihat

dari segi psikologi ini merupakan sangat perlu untuk menghasilkan kekuatan daya spiritual dalam diri manusia untuk dijadikan sebagai pedoman bagi kehidupannya.

Dan apabila metode qadar itu merupakan kekuasaan Tuhan yang mengatur proses alam, maka kekuasaan Tuhan yang mengatur dunia nafsi insani adalah metode Sunnatullah. Yang keduanya adalah merupakan kekuasaan Tuhan. Metode qadar adalah sebab akibat yang timbul dari gejala alam karena kekuasaan Allah, juga akibat perbuatan manusia sendiri. Misalnya orang yang kecewa, atau cemas karena keinginannya tidak terpenuhi, dan seandainya orang tersebut dapat menyesuaikan diri, bahwa tidak terpenuhinya keinginannya karena ketidakmampuan, niscaya rasa kecewa dan cemas tidak akan mengsuiknya. Dengan mengantisipasi berbagai peristiwa dalam kehidupan dan dengan kepekaan beriman kita akan terlatih untuk setiap hari memperhatikan metode qadar, Sunnatullah sebagai kekuatan spiritual pada Tuhan.³

B. Bentuk-bentuk Terapi Keislaman dalam Mengatasi Pribadi Patologis

Untuk bisa mengubah kepribadian atau tingkah laku seseorang tidak harus diadakan perubahan dalam pikiran kecenderungan. Oleh karena itu psikoterapi pada dasarnya dimaksudkan untuk mengubah pikiran-pikiran para pasien jiwa. Tentang diri mereka sendiri, orang lain, kehidupan, persoalan yang mereka tidak mampu menghadapinya. Sehingga terjadi kegelisahan.

³ Sukanto, M. Dardiri Hasyim, Opcit, hlm. 29

Al Qur'an diturunkan untuk merubah pikiran manusia kecenderungannya, dan tingkah lakunya, memberi petunjuk kepada mereka, mengarahkan mereka pada apa yang lebih baik dan bagus bagi mereka. Al Qur'an telah mampu membentuk kepribadian manusia yang utuh, seimbang, damai dan tentram.

a. Penyembuhan Supportif :

1. Memperkuat pertahanan.
2. Memperluas benteng pertahanan.
3. Mengembalikan pengarah dan mengendalikan kepribadian

b. Penyembuhan Reduktif :

1. Menyesuaikan kembali.
2. Perubahan atau modifikasi tujuan hidup.
3. Meghidupkan potensi kreatif.

c. Penyembuhan Rekonstruktif :

1. Pemaaman terhadap konflik-konflik yang tidak disadari agar terjadi perubahan pada struktur karakter.
2. Perluasan pertumbuhan kepribadian dengan mengembangkan potensi penyesuaian baru.

Dengan menggunakan psikoterapi yang mencakup metode keseluruhan yang digunakan dalam rentangan spektrum perawatan psikologi. Dan pentingnya dasar filsafat dalam psikoterapi yang menunjukkan pada falsafah pandangan hidup agamanya. Maka agama sebagai dasar falsafah yang berfungsi sebagai terapi yang melibatkan manusia seutuhnya. Dalam agama islam bentuk-bentuk terapi dalam mengatasi pribadi patologis antara lain; akidah sebagai terapi, ibadah, dan akhlak.

Salah satu diantara dilema-dilema kasus tentang definisi pengukuran dalam psikologis adalah perbedaan orientasi religiusitas. Di satu sisi agama merupakan bentuk yang sangat implisit mengarah pada kemasyarakatan, sosial, penampakan manifestasi, institusional dan diferensial. Dipihak lain agama merupakan bentuk personal, yang diharapkan loyalitas, komitmen, fundamental atau standar dimensi spiritual dalam keseluruhan sisi kehidupan baik ditampakan maupun tidak ditampakan, disadari atau tidak disadari. Setiap perilaku ,amusia termasuk perilaku beragama merupakan buah hasil dari hubungan dinamis antara tiga faktor :

1. Kecenderungan bersifat spontan.
2. Keakuan manusia yang merupakan inti pusat kepribadian.
3. Situasi manusia atau lingkungan.

Faktor-faktor tersebut dikatakan sebagai unsur-unsur motivasi yang menjadi penyebab psikologi dari tindakan atau perbuatan manusia.

Beberapa ahli menyatakan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh keislaman. Mereka berpendapat keislaman dapat memiliki konsekuensi yang positif termasuk variabel kepribadian seperti kecemasan, depresi dan lain sebagainya.

Dalam Islam, hal di atas merupakan esensi berislam secara menyeluruh bagi pemeluknya, sebagai konsekuensi beriman yang diterangkan dalam surat Al-Baqarah ayat 208 yang berbunyi :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اَدْخُلُوْا فِي السِّلْمِ كَافَّةً وَلَا تَتَّبِعُوْا خُطُوٰتِ الشَّيْطٰنِ
 اِنَّهٗ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِيْنٌ

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, masuklah ke dalam Islam secara keseluruhannya, dan janganlah kamu turut langkah syaithan. Sesungguhnya syaithan itu musuh yang paling nyata bagimu”.(QS. Al Baqarah : 208).⁴

Gambaran ayat di atas dimaksudkan bahwa setiap muslim dalam berfikir, bertindak, diperintahkan untuk ber-Islam. Keislaman merupakan konsep yang tepat sebagai titik tolak ber-Islam secara keseluruhan. Dan juga diharapkan dapat mengatasi pribadi yang patologis.

Sebagai dasar pengaruh keislaman dalam terapi pribadi patologis, yaitu seperti firman Allah SWT. pada surat Yunus ayat 57 yang berbunyi :

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya : “Hai manusia sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman”. (QS. Yunus:57).⁵

Ayat-ayat di atas menunjukkan bahwa agama itu sendiri merupakan faktor terapi bagi pribadi yang patologis. Bahwa dalam agama Islam keterpisahan antara ilmu pengetahuan dan masalah agama tidaklah terjadi. Agama dan ilmu pengetahuan adalah dua hal yang berjalan seiring dan tidak terpisahkan. Oleh karena itu seorang muslim untuk membuat antara psikologi (yang bebas agama) sebagai ilmu pengetahuan dan agama sebagai teknik terapi adalah tidak mungkin. Adapun yang

⁴ Depag, Opcit, hlm. 50

⁵ Depag, Opcit, hlm. 315

diajarkan agama Islam dalam kaitannya terapi tentunya bisa diterangkan dari segi ilmu pengetahuan.

Juga beberapa pendapat tentang keterkaitannya agama dengan psikoterpai dalam usaha penanggulangannya sangat dibutuhkan. Seperti yang dikatakan oleh William James sebagai berikut : “tidak ragu lagi bahwa terapi yang terbentuk bagi keresahan jiwa adalah keimanan kepada Tuhan”. Keimanan kepada Tuhan adalah satu kekuatan yang tidak boleh tidak harus dipenuhi untuk membimbing seseorang dalam hidup ini. dan keinginan manusia akan tercapai. Manusia yang benar-benar religius akan terlindung untuk menghadapi segala malapetaka yang terjadi”.⁶

Juga Schleiermacher mengatakan bahwa agama hakikatnya bukan pikiran, bukan perbuatan, melainkan perasaan yaitu ketergantungan rasa pada Yang Tak terhingga.⁷

Maksud dari pendapat Beliau bahwa manusia itu seluruhnya menjadi obyek psikologi, tentu saja, sejauh manusia itu bersatu dengan TuhanNya, dengan maksud keseluruhan, bahwa bukan hanya akal-budi manusia, serta kehendaknya yang dianggap berperan dalam agama, tetapi juga perasan-perasannya serta dimensi-dimensi yang vital.

Lain juga dengan pendapat G.Jung berkata ; Bahwa selama tiga tahun pribadi-pribadi berbagai di dunia telah melakukan konseling dengannya dan dia pun telah banyak menyembuhkan para penderita gangguan jiwa semua pasien yang pernah diobatinya yang usianya diatas tiga puluh lima tahun memiliki problem besar yang

⁶ Ustman Najathi, *Al Qur'an dan Ilmu Jiwa*, Pustaka, Bandung, 1995, hlm. 287

⁷ Nico S. Dister, *Pengalaman dan Motivasi Beragama*, IKAPI, Kanisius, Yogyakarta, 1993, hlm. 24

bersumber pada kebutuhan agama Pasien baru sembuh setelah mereka kembali pada wawasan agama.⁸

Maka berbagai pendapat di atas menyimpulkan bahwa agama mempunyai pengaruh besar dalam terapi/psikoterapi terhadap pribadi yang patologis.

Maka dalam Islam juga mengambil peranan penting, dalam masalah terapi, dalam mengatasi pribadi patologis. Dalam Islam sendiri telah banyak kebenaran sebagai agama universal (dengan segala permasalahan manusia) dibahas dalam agama Islam tersebut. Misalnya mengenai muamalah, berbuat baik terhadap tetangga, mengenai sikap, memperhatikan dalam hal materi, memberikan sedekah, berkata baik terhadap tetangga baik yang dekat maupun yang jauh, seperti yang diriwayatkan oleh Bukhari Muslim sebagai berikut :

لَيْسَ الْمُؤْمِنُ الَّذِي يَشْبَعُ وَجَارَهُ جَائِعٌ

“Bukanlah orang yang beriman, yang dia kenyang, sedang kan tetangganya lapar” (HR. Muslim).⁹

Dan juga Hadist Nabi yang diriwayatkan oleh Bukhari Muslim, yang berbunyi

مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يُوْذِي جَارَهُ
وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَهُ وَ
مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيَقُلْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ

Artinya : Barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhirat jangan menyakiti tetangga. dan barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir hendaklah memuliakan tetamunya. Dan barang siapa

⁸ Ustman Najati, Opcit, hlm. 287 - 288

⁹ Zainuddin Hanidy, dkk., *Terjemahan Bukhori Muslim*, Wijaya, Jakarta, 1983, hlm. 293

yang beriman kepada Allah dan hari akhir hendaklah berkata baik atau diam (HR Muslim).¹⁰

Dengan pernyataan beberapa hadist diatas menunjukkan bahwa tetangga/bertetangga dalam ajaran Islam merupakan hal yang juga harus diperhatikan, karena manusia juga dalam bermasyarakat harus memperhatikan sifat sosialnya, sebagai cerminan dari keimanan seorang muslim. Dengan demikian agama Islam itu sifatnya fleksibel (dalam berbagai ajarannya) baik Al-qur'an dan hadist sebagai pedoman bagi kaum muslim menjalani kehidupan di dunia dan di akhirat.

Maka demikian juga dengan masalah psikologi (kaitannya dengan terapi pribadi patologis). Dalam Islam dilihat dari segi agama memberikan dampak yang berpengaruh terhadap terapi terutama (Religiusitas) dalam beragama, yang diformulasikan dalam beberapa bentuk dimensi antara lain ; Dimensi kepercayaan, dimensi ritual, dimensi pengetahuan, dimensi pengalaman, dimensi penghayatan.

1) Aqidah Sebagai Terapi

Dalam Islam Aqidah berarti keyakinan yang sesuai dengan ajaran Islam, yang termuat adalah arkanul iman, yang ada 6 komponen yaitu : Iman kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, Rasul-Nya, Kitab-Nya, hari akhir serta ketentuan baik dan buruk.

Dan dengan keimanan tertanam dalam hati, ia akan mempunyai kekuatan yang mampu mendorong seseorang untuk berbuat sesuatu yang sesuai dengan jalan

¹⁰ Ibid, hlm. 273

keislaman dalam bentuk ibadah, yang telah digariskan melalui wahyu-wahyu-Nya yang diturunkan kepada Rasulullah Muhammad SAW.

Allah SWT menurunkan Islam ini secara sempurna dan menyeluruh, sehingga tidak ada satupun yang menyangkut kehidupan manusia yang terlepas dari aturan Islam, baik berkaitan dengan hukum ataupun yang menyangkut masalah aqidah, ibadah, politik, ekonomi, peperangan, perdamaian dan lain sebagainya. Hal ini sesuai dengan Firman Allah pada surat Al-Maidah ayat 3, bahwa agama Islam adalah agama yang paling sempurna yang berbunyi :

الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا

artinya : “Pada hari ini telah Ku-sempurnakan untuk kamu agamamu dan telah ku-cukupkan kepadamu nikmat-ku dan telah kuridhai Islam menjadi agama bagimu.” (Q.S. Al-Maidah : 3) ¹¹

Maka aqidah adalah merupakan masalah yang fundamental dalam agama Islam, ia menjadi titik-tolak permulaan muslim dan sebaliknya tegaknya aktivitas keislaman dalam hidup dan kehidupan seseorang itulah yang dapat menerangkan bahwa orang itu memiliki aqidah atau menunjukkan kualitas iman yang ia miliki. Masalahnya iman itu bersegi teoritis dan ideal yang dapat diketahui dengan bukti lahiriah dalam hidup dan kehidupan sehari-hari. ¹²

Dengan keimanan maka dapat dijadikan sebagai terapi dalam mengatasi pribadi patologis, yang termuat dalam indikator iman yang berisikan perintah dan

¹¹ Depag, *Al Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta, 1985, hlm. 157

¹² Nasrudin Razak, *Dienul Islam*, Al Ma'arif, Bandung, 1986, hlm. 120

larangan, yang terlikiskan sifat nafsiyah dinamika yaitu gejolak nafsiyah yang berhubungan dengan energi, tegangan, kebutuhan dan valensi yang artinya harfiahnya adalah alat pengait. Dalam pengertian nafsiologis, valensi adalah pengertian untuk melukiskan sifat dari lingkungan nafsiologis yaitu derajat penarikan mata hati bagi pribadi. Valensi bisa bersifat positif atau negatif, segala perintah Tuhan atau hal-hal yang sejalan dengan kehendak Tuhan adalah valensi positif, sedangkan larangan Tuhan, beserta hal-hal yang dibenci Tuhan adalah valensi negatif.¹³

Bagi orang yang beriman, cenderung bertingkah laku yang bersifat valensi positif. Semua perintah Tuhan sebaiknya dipenuhi sedini mungkin. Misalnya salat, jika pelaksanaannya dilakukan pada awal waktu diri akan menjadi tenang, dan jika pelaksanaannya ditunda-tunda, perasaan akan menjadi gelisah, karena rasa tanggung jawab yang belum terpenuhi. Jadi valensi positif itu makin didekati makin mendatangkan ketenangan dan apabila di jauhi makin membawa ketenangan. Dan valensi negatif sebagai antonim dari valensi positif, mendekati valensi negatif berarti mendatangkan kegelisahan, sedangkan kalau menjauhinya akan membawa ketenangan. Contoh larangan zina (Q.S. 17 : 32), yang berbunyi :

وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا

Artinya : “dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji. dan suatu jalan yang buruk.” (Q.S. Al-Israa’ : 32)¹⁴

¹³ Sukanto, M. Dardiri Hasyim, *Nafsiologi Refleksi Terhadap Analisa Dini dan Tingkah Laku Manusia*

¹⁴ Depag, Opcit, hlm. 429

Indikasi iman yang lain yaitu dzikir kepada Allah, sebuah kegiatan nafsiah untuk selalu ingat pada hukum Tuhan dalam segala situasi dan kondisi kehidupan. Dzikir tidak terbatas pada peenungan belaka sambl mengucapkan Asmaul Husna, tetapi menjadikan sifat asmaul Husnah terhadap diri dan diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari, yang dinamakan dzikir kontemplatif. Dan dzikir yang kedua yaitu dzikir antisipatif yaitu mengantisipasi lingkungan sekitar untuk mengungkapkan ilmu Tuhan yang ada dibalik alam dan dzikir ketiga adalah dzikir aplikatif, untuk menerapkan hukum Tuhan dalam berbagai aktivitas kita.¹⁵

Dengan demikian dzikir bersifat dinamis dapat berfungsi sebagai nafsia terapi. Dan juga tobat sebagai rangkaian indikator iman yaitu salah satu kunci untuk memperoleh ampunan Tuhan dan sepenuhnya merupakan keyakinan, bukan penalaran. Orang yang menyatakan tobat adalah orang yang menghentikan suatu perbuatan, karena perbuatan itu dirasakan sebagai beban yang mendatangkan dosa atau cela dan bernoda. Dalam kadar kesadaran iman, tobat melambangkan pembersih diri dan merupakan refleksi rasa ketuhanan yang agung.

Dalam pernyataan tobat didahului dengan ucapan istighfar, tetapi perlu diketahui bahwa tobat bukanlah permainan retorika verbal. Tobat dengan segala komponen ajarannya membentuk dorongan yang kuat untuk memperbaiki diri, dan selanjutnya merupakan kendali utama bagi prilaku bermoral. Tobat merupakan tata aturan normatif yang menjanjikan kedamaian dan ketentraman dan suatu perubahan

¹⁵ Sukanto, M. Dardiri, Hasyim, Opcit, hlm. 178

penampilan yang timbul dari kesadaran beriman dengan kesediaan memenuhi syarat.¹⁶

Dengan taubat maka manusia kembali pada kesadaran agama. Dalam Islam untuk melakukan tobat harus disertai syarat : Ber-istighfar, menyesal (tidak mengulangi perbuatan buruk lagi), melakukan amal shaleh, ihklas. Seperti sesuai dengan firman Allah pada surat 25 : 71 yang berbunyi :

وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا

Artinya : “Barang siapa bertobat dan beramal saleh, sungguh ia telah bertobat kepada Allah dengan sebenar-benarnya tobat.”
(Q.S. Al-Furqan : 71)¹⁷

Maka dapat disimpulkan bahwa dimensi keyakinan (aqidah) sangat tepat sekali untuk terapi pribadi patalogis. Dan penulis memberikan contoh kasus : yang penyembuhannya dengan cara mengembalikan keyakinan diri terhadap Aqidah tersebut, yaitu pengalaman dari seorang psikiater, Dr. malik Badri, hal ini terjadi pada tahun 1965 ketika beliau berada di bagan neuropsikiatri di Universitas Rabat pakistan. Ada seorang wanita yang mengeluh cemas, merasa tidak mampu, mengalami depresi, serta mengalami reaksi fobia. Ia pernah dua kali dirawat di rumah

¹⁶ Sukanto, M. Dardiri, Hasyim, Opcit, hlm. 176

¹⁷ Depag, Opcit, hlm. 569

sakit. Ia tidak bisa disembuhkan oleh psikoterapi tradisional atau modern, baik individu maupun kelompok dan tidak juga dengan obat-obatan. Kemudian dalam sebuah pertemuan kelompok dengan pasien, beliau membacakan ayat-ayat Al-Qur'an pada surat 3 : 133 - 135 :

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ
الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَبِيرِ وَالضَّرَّاءِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ
وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا
لذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرَ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوْا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ

Artinya : “Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi dan disediakan untuk orang-orang yang bertaqwa. Yaitu orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun di waktu sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan kesalahan orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan. Dan juga orang-orang yang apabila mengerjakan perbuatan keji atau menganiaya diri sendiri, mereka ingat akan Allah, lalu memohon ampun terhadap dosa-dosanya dan siapa lagi yang dapat mengampuni dosa selain dari pada Allah ? Dan mereka tidak meneruskan perbuatan kejinya.” (Q.S. Ali-Imran : 133 - 135) ¹⁸

Begitu mendengar hal ini tak disangka-sangka pasien wanita menangis dengan penuh haur. Dan beliau kemudian ditugaskan oleh kepala psikoterapi Dr. H. Habib, untuk memberikan terapi kepada pasiennya. Kemudian beliau membacakan Al-Qur'an yang berhubungan dengan pemberian ma'af Allah terhadap semua dosa dan kemudian menerangkan semuanya kepadanya dengan cara yang sederhana, itu merupakan sebuah pengakuan dosa awal, dan menjadi dasar dari

¹⁸ Malik Badri, *Dilema Psikologi Muslim*, Pustaka Firdaus, IKAPI, Jakarta, 1993, hlm. 55

sebuah penyembuhan yang amat cepat dan dramatis melalui aplikasi teknik terapi tingkah laku.¹⁹

Contoh yang kedua terjadi pada seorang perwira tinggi, yang hidup pada zaman orla, yang hidup dalam kemewahan kesenangan dan tiada sesuatupun yang kurang yang tampak di alaminya. Segala persyaratan hidup lahiriyahnya cukup, pangkat dan kedudukan memberi kesempatan yang tiada terhingga. Cara hidup dari segi sosial sangat bagus, hubungan dengan teman-temannya, atasannya dan bawahannya di kantor, dengan isteri dan anaknya juga demikian, tiada suatu hal yang dicela. Perhatiannya terhadap agama perhatiannya sama sekali tidak ada, tidak satupun ajakan agama yang dikenalnya. Tapi menurut cacatan dia dan keluarganya beragama Islam. Dalam segi moral ia mempunyai prinsip yang barangkali agar merata bagi kalangan perwira tinggi, yaitu hubungan dengan wanita di luar perkawinan adalah suatu hal yang biasa telah menjadi hak dan keharusan pangkatnya. Dalam setiap melakukan tugas luar kota, maka ada yang mendampingi yaitu wanita cantik, yang melayani sebagai pengganti isteri yang telah disediakan oleh penginapan. Dengan demikian senangnya sehingga hal tersebut dianggap wajar. Dan isterinya juga merasa bahwa perbuatan suaminya itu merupakan hal yang biasa, asalkan tidak dikawin saja. Dan keadaan itu berlangsung lama (sekitar 15 tahun). Akan tetapi keadaan yang membahagiakan itu berubah, dengan mulainya suaminya menderita berbagai penyakit psikomatik (sakit jasmani yang diakibatkan oleh kegoncangan jiwa), penyakitnya makin lama makin parah. Sehingga ia berputus asa, kesenangan lama sudah tidak bisa dinikmati lagi, sifat terhadap keluarga mulai berubah, menjadi pemarah, mudah tersinggung, dan menyendiri, kegelisahan dan kekhawatiran mulai timbul terhadap kesehatannya yang makin lama makin parah, sehingga ia mendatangi berbagai macam pengobatan, dari dokter hingga dukun dan kemudian mendatangi seorang penulis.

Kemudian menceritakan riwayat hidupnya dan pengalaman yang dialaminya dari sejak kecil hingga dia mengalami sakit tersebut, diketahui dari pengalaman hidupnya ternyata sejak kecil si pasien belum pernah atau tidak pernah mendapat didikan agama dari orang tuanya, yang juga ibunya dulu suka main judi, sebagai pejabat dia memberikan fasilitas yang tiada terbatas oleh moral dan agama.

Selama konsultasi itu, segala konflik dan ketegangan batin yang dirasakannya diungkapkan kepadanya, "pertolongan saya hanya terbatas, yang akan menolong bapak dalam penderitaan ini adalah Tuhan Yang Maha Esa, dan mintalah kepada-Nya.

"Sudah saya sering meminta pertolongan Tuhan, tapi tak dikabulkan-Nya, jawabnya (pasien)." Bapak sudah putus asa, merasa permohonan bapak tidak dikabulkan-Nya, kata penulis. Kemudian jawab pasien, ya bagaimana cara memohon itu?" "dekatkanlah jiwa kepada-Nya dengan memohon ampun atas segala dosa dan tunaikan segala perintah-Nya, kemudian baru berdo'a dan memohon," jawab penulis".

¹⁹ Depag, Opcit, hlm. 98

Dengan sedih pasien menjawab, ” saya tidak mengerti apa-apa tentang perintah dan larangan Tuhan itu, apasajakah yang perlu segera saya lakukan?”

“Hentikan main wanita yang anggap bapak biasa dulu itu dan mulailah sembahyang” jawab penulis. “Baiklah saya akan melaksanakan jawabnya”, sejak itu dia (pasien) beserta istrinya belajar sembahyang dan menghafalkan do’a-do’a serta ayat pendek, dan sejak itulah mereka melakukan sembahyang dengan lima waktu dengan tekun, bahkan ditambah dengan sembahyang sunnah, serta mencoba puasa senin-kamis dan sembahyang hajat tiap malam.

Sedikit-sedikit, tampak perubahannya dan batinnya mulai tenang dan dia mengungkapkan rasa batinnya, sebagai berikut;”Tuhan rupanya telah mengabulkan do’a saya dan mengampuni saya” yang menyebabkan hatinya menjadi tenang dan penyakitnya sembuh tanpa obat, satu persatu hilang, dan kesehatannya mulai pulih kembali. Dengan demikian konsultasi dengan penulis dihentikan.²⁰

Dari contoh-contoh di atas tampak bahwa dimensi Aqidah dapat menyembuhkan atau sebagai terapi pribadi yang patologis. Yang mana Sipasien telah kembali fitrahnya sebagai kholifah yang mungkin, dengan menjalankan perintah agama dan menjauhi larangan agama, sebagai konsekuensi logis. Sehingga dengan demikian pribadinya menjadi utuh kembali.

2) Ibadah Sebagai Terapi.

Dimensi Syari’ah (praktek agama) menunjukkan seberapa tingkat kepatuhan Muslim akan menjalankan ritual agamanya, sebagaimana disuruh dan dianjurkan oleh agamanya. Dalam ber-Islam, dimensi peribadatan menyangkut shalat, puasa, zakat, haji, membaca Al-Qur’an, do’a, dzikir, ibadah kurban, dan lain sebagainya. Syari’at dilihat dari muamalah jinayah, yang didasarkan sumber pokok Al-Qur’an, sunnah, ijma’, Qiyas, dan sumber tambahan, al-istislah, al-urf, sangat berperan dalam

²⁰ Zakiyah Djarajat, *Ilmu Jiwa Agama*, Bulan Bintang, Jakarta, 1993, hlm. 147

psikologi, sosial dengan menurunkan angka kriminalitas. Jenis tindak pidana antara lain; zina, pencurian, perampokan, pembunuhan, dan lain sebagainya.²¹

Dalam metode terapi, syari'ah dapat diambil dari ibadah, seperti sholat, puasa, haji dan lain sebagainya. Di sini penulis mengambil contoh kasus terapi dengan melakukan pengamalan dimensi syari'ah (ibadah sholat) hubungannya dengan neurosis. Dan kasus tersebut antara lain;

Seorang wanita Sudan datang dengan keluhan suka mengumpulkan kertas dan menumpuknya, serta mempunyai kebiasaan sholat berlama-lama sehingga melelahkan dirinya. Sebuah neurosis melakukan obsesi yang mungkin terjadi pada setiap orang. Seperti diketahui, seorang muslim wajib melakukan sholat lima kali sehari dan setiap sholat kita hanya memerlukan ssekitar 5 sampai 10 menit; namun pasien yang menderita ini menghabiskan waktu berjam-jam setiap harinya. Setiap kali hampir selesai sholatnya, tiba-tiba ia menjadi ragu apakah ia telah melakukan sholat dengan benar, dan karena itu ia kemudian membatalkannya (sholat) dan mengulangi dari awal lagi. Dan sering kali ia mengulangi proses tersebut sehingga ia menjadi lelah.

Pasien tersebut mengaku tidak ada masalah dengan kebiasaannya yang mengumpulkan kertas-kertas bekas, namun ia amat ingin bisa melakukan sholat secara baik. Pertama kali melihatnya, ia memang sedang melakukan tingkah laku ritualnya dalam usahanya mencapai sholat yang benar.

Mungkin banyak manfaatnya jika kesempatan ini, Dr. M. Badri, sebagai psikoterapi mengkaitkan masalah tersebut dengan konsep Freud yang menganggap agama sebagai obsesi yang universal. Para pengikut konsep Freud gagal untuk melihat bahwa manusia pada dasarnya telah menciptakan berbagai upacara keagamaan bukan satu-satunya upacara dalam kehidupan, manusia. Lebih jauh lagi Frued dan kawan-kawan juga gagal melihat perbedaan nyata orang-orang yang menikmati upacara keagamaan seperti sholat, dengan orang yang kehilangan diri atau tak sadar diri karena berada dalam kegembiraan yang meluap dan transendental sifatnya. Atau dengan kasus obsesi seperti halnya pasien saya ini 'kata beliau' yang mungkin tidak menyukai aktivitas sholat semacam ini, namun tidak bisa mencegah dirinya untuk tidak mengulangi tingkah laku ritualnya itu. Oleh karena itu benar-benar sangat mengherankan dan sangat tidak ilmiah jika orang memasukkan berbagai kategori ini kedalam sebuah obsesi yang universal. Terhadap pasien yang mengalami obsesi dalam sholatnya, pasien itu mula-mula dipertiksa oleh seorang psikologi yang sudah berorientasi pada psikoanalisa, ternyata terapi yang dilakukan oleh seorang psikolog tidak membawa hasil, pasien diberi terapi E,C.T, obat-obatan, terapi tidur

²¹ Djamaluddin Ancok Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islam*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1994, hlm. 9 - 10

(electro-sleep therapy) yang semuanya itu tidak membawa hasil. Kemudian beliau mencoba terapi tingkah laku klasik, juga tidak membuahkan hasil, beliau akhirnya menyadari bahwa neurosis obsesi adalah gangguan yang sulit disembuhkan, dan bahwa terapi yang paling sukses adalah bertujuan mencegah pasien melakukan tingkah laku ritualnya mula-mula akan membuahkan kecemasan yang kuat selama terapi dilakukan. Misalnya terapi dengan “memenjarakan” pasien menderita obsesi, yang menunjukkan gejala lewat tindakan mencuci tangan berulang-ulang, dalam kamar yang tidak terdapat air sama sekali. Dan kemudian beliau berkata, “apakah saya melakukannya pasien saya, yang mencegah sholatnya, itu tidak bisa saya lakukan terhadapnya”, begitu pula keluarganya dan masyarakat Muslim pada umumnya.

Dengan demikian beliau memberikan penerangan tentang peraturan sholat dalam Islam, ia dapat memahami bahwa jika ia bersholat dibelakang seorang imam, ia tidak bertanggung jawab atas sholatnya itu. Disini ia hanya mengikuti gerakan-gerakan sholat yang terlebih dulu dilakukan oleh sang imam. Ia pun hanya mendengarkan ayat-ayat Al-Qur’an yang pada saat-saat tertentu dibaca keras oleh imam. Peraturan ini saya terangkan pada pasien saya “jawab Dr.M. Badri, kemudian ia saya minta untuk selalu sholat berjamaah. Dan untungnya saat itu menjelang Ramadhan, sehingga banyak wanita Sudan yang mendatangi mesjid untuk bersholat tarawih bersama-sama. Saya anjurkan ia bersholat di sebuah mesjid di Omdurman, yang selama sholat berlangsung imam melagukan ayat-ayat Al-Qur’an dengan cara yang indah sekali, saya katakan padanya, saya juga sholat disana. Kemudian setiap malam dia datang bersama ibunya untuk mengikuti seluruh ibadah sholat yang memakan waktu tidak lebih dari satu jam, dan setelah itu biasanya kami mengadakan tanya jawab singkat.

Hasilnya pada akhir bulan Ramadhan, obsesi ritual sholatnya benar-benar telah hilang, meskipun gejala mengumpulkan kertas bekas yang tidak pernah mendapat terapi, tetap ada.²²

Dengan kesimpulan bahwa sholat bisa untuk terapi terhadap pribadi patologi, sebagaimana tersebut di atas. Sholat merupakan rukun Islam yang kedua setelah shahadat yang kemudian rukun yang ketiga, empat, dan lima, adalah puasa, zakat, haji. Dalam bahasa sholat artinya do’a sedangkan menurut istilah adalah suatu sistem ibadah yang tersusun dari beberapa perkataan dan perbuatan yang dimulai dengan takbir dan diakhiri salam, berdasarkan syarat dan rukun sholat. Dan sesuai dengan contoh oleh Nabi Muhammad SAW, dalam melakukan sholat, yang diwahyukan oleh Allah SWT kepadanya. Bahwa hikmah sholat menurut Djamiluddin Ancok ada

²² Malik Badri, *Dilema Psikologi Muslim*, Pustaka Firdaus, Jakarta, 1993, hlm. 56 - 59

empat aspek yaitu : aspek olah raga, aspek meditasi, aspek auto sugesti, aspek kebersamaan. Yang dapat dijelaskan sebagai berikut :

- Aspek olah raga

Shalat adalah proses yang menuntut suatu aktivitas fisik. Kontraksi, tekanan dan massage pada bagian otot-otot tertentu dalam pelaksanaan sholat merupakan suatu proses relaksasi. Salah satu teknik yang banyak dipakai dalam proses gangguan jiwa adalah pelatihan relaksasi, bahwa gerakan otot-otot pada training relaksasi tersebut dapat mengurangi kecemasan, artinya shalat yang berisi aktifitas yang menghasilkan bio-energi itu mengantarkan pada sipelaku dalam situasi seimbang (equilibrium) antara jiwa dan raga.

Aspek meditasi, shalat adalah proses yang menuntut konsentrasi yang dalam. Setiap Muslim dituntut untuk melakukan hal tersebut, yang dalam bahasa arab disebut Khusuk. Kekhusukan di dalam shalat tersebut adalah proses meditasi. Kalau dikatakan bahwa sholat seperti meditasi mempunyai efek mu'jizat terhadap seluruh sistem tubuh kita seperti syaraf, peredaran darah, pernafasan, pencernaan, pengeluaran, otot-otot, kelenjar, reproduksi, dan lain sebagainya. Shalat seperti meditasi mengeluarkan kita dari kesibukan dunia bagaimanapun mencemaskannya untuk masuk kedalam suasana tenang walau sesaat pada waktu-waktu yang telah ditentukan secara teratur, untuk berdoa kepada Yang Maha Kuasa. Ini betul-betul bisa mengurangi rasa camas. Dalam sejarah perjuangan para sahabat nabi juga dilaporkan kasus yang menunjukkan bahwa shalat tidak hanya menyembuhkan sakit fisik. Cerita Syaidina Ali bin abi thalib yang tertusuk anak panah dalam salah satu peperangan, yang panahnya dicabut saat dia sedang melaksanakan shalat. Ali mengatakan bahwa

dia merasa di saat anak panah dicabut. Hasil penemuan ilmiah dibidang ilmiah di bidang ilmu fisiologi yang disebut dengan gate system theory dikatakan bahwa rangsangan rasa sakit dapat dihambat datangnya ke otak dengan proses parangsangan lain dalam kasus Saidina Ali adalah kekhusukannya dalam shalat. Konsentrasi dalam shalat itu akan merangsang sistem syaraf lain yang akan menutup terbawanya rangsangan sakit tersebut ke otak.²³

Aspek Auto Sugesti. Bacaan shalat merupakan ucapan-ucapan yang baik. Kata-kata yang penuh kebaikan sering memberi efek Auto Sugesti yang positif dan yang akan menimbulkan ketenangan. Platonov telah membuktikan dalam eksperimennya bahwa kata-kata sebagai suatu Conditioned Stimulus (Premis dari Pavlow) memang benar-benar menimbulkan perubahan sesuai dengan arti atau makna kata-kata tersebut pada diri sesuai dengan arti atau makna kata-kata tersebut pada diri manusia. Pada eksperimen Platonov maka kata-kata yang digunakan adalah “tidur-tidur” dan memang individu tersebut akhirnya tertidur.²⁴

Bacaan dalam shalat merupakan ucapan yang dipanjatkan kepada Allah. Disamping berisikan pujian, juga berisikan do'a dan permohonan kepada Allah SWT agar selamat dunia dan akhirat. Ditinjau dari segi hipnotis, yang menjadi landasan dari salah satu teknik terapi, kata-kata tersebut juga berisikan proses Auto Sugesti. Mengatakan kata-kata baik terhadap diri sendiri adalah mensugesti diri sendiri agar memiliki sifat baik tersebut.

²³ Djamaluddin Ancok, *Opcit*, hlm. 99

²⁴ Ari Wibisono, *Hubungan Shalat dengan Kecemasan*, Study, Jakarta, 1994, hlm. 47.

Aspek kebersamaan. Shalat yang dijalankan secara berjamaah akan menimbulkan rasa hangat dalam hubungan interpersonal antara sesama manusia senasib dan sederajat, shalat jamaah mengandung segi sosial, bisa menimbulkan efek group therapy dan bisa menghindari seseorang dari keterasingan, terisolir, dan terlupakan. Karena tanpa hubungan personal dengan orang lain, kita lambat laun bisa merasa cemas dan takut untuk menjadi “nothing” atau “nobody”. Maka dalam shalat akan menghindari rasa keterasingan dan akan merasa persaudaraan itu tumbuh. Bahwa dengan kesimpulan, syariat Islam mempunyai penghormatan terhadap manusia tidak hanya pada aspek hukum tapi mengajak masyarakat dan negara untuk memelihara kelangsungan hidup umat manusia, seutuhnya, baik jasmani, rohani dan akal. Dari aspek jasmani ia menyarankan umat manusia untuk senantiasa menjaga jasmani, syariat Islam mengajarkan agar “apabila badan sakit maka hendaklah diobati”. Karena badan itu mempunyai hak, karena Allah, menurunkan penyakit dan menurunkan obatnya.

Karena badan, jasmani merupakan aspek ibadah, oleh sebab itu penting untuk pemeliharaan jasmani, supaya sehat. Sedangkan yang berhubungan dengan akal, yaitu dengan kewajiban mencari ilmu. Sebagai ibadah, untuk merenungi ciptaan Allah dengan menjauhi Taklid, hawa nafsu dan mengharamkan sesuatu yang dapat menghilangkan akal, syariat Islam.

Mengenai hubungannya dengan rohani, pada aspek kemanusiaan yaitu syariat Islam untuk sebuah umat manusia. Syariat Islam tidak hanya memberikan nasehat keagamaan dan bimbingan akhlak, tapi undang-undang kriminal untuk menjaga dari

sifat kebinatangan. Maka realitas syar'it Islam terhadap kehidupan manusia sangat bermanfaat.

3. Akhlak Sebagai Terapi.

Dimensi akhlak ini sangat penting bagi terapi pribadi patologis. Akhlak merupakan hal yang penting, baik individu maupun masyarakat dan bangsa. Akhlak bukan sekedar sopan santun, tata krama yang bersifat lahiriyah dari seseorang kepada orang lain, melainkan lebih dari itu, yaitu harus didasari rasa iman. Kedudukan akhlak dalam agama Islam adalah identik dengan pelaksanaan agama Islam itu sendiri dalam segala bentuk kehidupan. Maka akhlak yang mulia dalam agama Islam adalah melaksanakan perintah dan menjauhi larangan Allah SWT, dan memberikan hak kepada yang berhak, baik berhubungan dengan Allah dan manusia, serta makhluk yang lainnya, dengan sebaik-baiknya dan semua itu berdasarkan iman dan taqorrub kepada Allah.

Orang sering mengidentikkan ihsan dengan akhlak - karena dalam ihsan itu terdapat unsur berbuat sebaik-baiknya, sebagaimana pernyataan jibril tentang ihsan, dalam hadits Bukhari Muslim :

أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ

Artinya : “Engkau beribadah kepada Allah seakan-akan engkau melihat-Nya, dan apabila engkau tidak dapat melihat-Nya, maka engkau harus percaya dia melihatmu”. (HR. Bukhari Muslim).²⁵

²⁵ Zainuddin Hanidy, dkk., *Terjemahan Bukhari Muslim*, 1985, hlm. 33

Bahwa inti dari hadits tersebut, menyuruh manusia dalam berbuat baik harus berdasarkan “Lillahi Ta’ala”, bukan karena siapa-siapa atas dasar pamrih dan lain sebagainya. Dalam hubungannya dengan terapi terhadap pribadi yang patologis, akhlak merupakan teknik yang bagus, dengan cara memberikan sugesti dengan terhadap perilaku yang baik contoh kasus; seorang yang hidup pada zaman Harun Al-Rasyid, dia bernama “Fudhail” pada mula hidupnya adalah seorang penjahat, suka mencuri dan merampok. Pada suatu hari ia akan merampok, dan kemudian ia sudah menemukan rumah sasaran yang akan dirampok, dan pada malam harinya ia naik di loteng rumah tersebut. Lalu ia mengintip kebawah, terlihat olehnya ada seorang wanita sedang membaca Al-Qur’an dengan suara indah, sampai didengarnya suara tersebut, kebetulan surat Al Hadid ayat 16 yang berbunyi :

الْمُيْمَنُ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ
وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلُ
فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ

Artinya : “Belumkah datang waktunya bagi orang-orang yang beriman supaya hati mereka mengingat Allah dan kepada kebenaran yang telah turun (kepada mereka), dan janganlah mereka seperti orang sebelum mereka telah diturunkan al-kitab kepadanya, kemudian berlalulah masa yang panjang atas mereka, lalu hati mereka menjadi keras dan kebanyakan mereka adalah orang yang fasik”. (Q.S. Al Hadid : 16).²⁶

²⁶ Depag, Opcit, hlm. 903

Ketika ia mengintip di atas loteng tiada orang yang tahu. Selesai ayat itu didengar kemudian ia turun dan pulang kerumahnya dan rencana jahatnya semula diurungkannya. Dan sesudah peristiwa tersebut ia masuk Islam dan menjadi ahli tasawuf pada pemerintahan Harun Al- Rasyid. Tidak banyak riwayat hidupnya, yang perlu diuraikan disini, cukup sekedar gambaran betapa berubahnya tingkah laku Fudhail, mungkin ia sekali mempunyai rasa dendam pada seseorang, yang kemudian memantul pada setiap orang, sehingga menjadi kesenangannya melihat orang sengsara akibat perbuatannya, mungkin ia lakukan karena mengalami konflik jiwa, dan ketegangan batin dalam hidupnya. Kemudian mendengar ayat-ayat Al-Qur'an tersebut ia mulai sadar (dari rasa ingin dan cemas) yang terjadi goncangan jiwa yang sangat hebat. Hingga ia memutuskan untuk kembali pada kesadarannya dan menjadikan ia masuk agama Islam dan mempelajari ajaran agama Islam dan membaca Al-Qur'an.

Dapat diambil kesimpulan bahwa Dimensi akhlak dapat menjadi terapi, sebagaimana contoh di atas, yang mana ayat Al-Qur'an yang berisikan (nasehat) dapat merubah bagi seseorang yang mendengarkan dan mau membacanya dan memberikan sugesti terhadap diri orang yang mengalami gangguan jiwa, menjadikan jiwanya menjadi tenang, dan tentram.²⁷

Dari beberapa uraian di atas tentang dimensi-dimensi pada agama (keberagamaan) sangat berperan untuk menjadikan pribadi patologis untuk memotivasi dalam melakukan dimensi-dimensi agama untuk mengatasi persoalan

²⁷ Zakiyah Djarajat, *Ilmu Jiwa Agama*, Bulan Bintang, Jakarta, 1993, hlm. 153 - 154

hidup, menetralsir keadaan jiwa yang mengalami konflik, sehingga menjadi normal kembali dan menjadikan mukmin.

Karena keislaman mencerminkan esensi agama Islam, dan setiap agama itu mempunyai esensi-esensi agama yang merupakan peraturan-peraturan dari Tuhan Yang Maha Esa berdimensi vertikal dan horisontal yang mampu memberikan dorongan terhadap jiwa manusia yang berakal agar berpedoman menurut peraturan-peraturan Tuhan dengan kehendaknya sendiri, tanpa dipengaruhi untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.²⁸

Maksudnya jika manusia beragama disertai taat mengamalkan segala ajarannya kemungkinan besar ia akan menjadi aman tentram, dan damai. Dampak positif dari bimbingan agama secara universal, berlaku untuk segala umur, segala jenis kelamin, tanpa batasan etnik keuniversalan kaidah-kaidah agama akan membentuk pribadi yang utuh.

Keutuhan pribadi atau kepribadian merupakan kerja fungsi-fungsi yang harmonis atau aspek kejiwaan yang meliputi kehidupan jasmani dan rohani. Keutuhan kepribadian dalam agama Islam, menjadikan orang beriman, memasuki Islam secara keseluruhan, seperti disebutkan dalam surat (Al - Baqarah ayat 208), yang mana kepribadian dalam memasuki Islam agar orang beriman memasuki Islam berarti satu-kesatuan mental cukup mengendalikan nafsu. Tujuan akhir keutuhan kepribadian itu ialah "Insan Kamil" Inilah sebabnya agama merupakan hal penting dalam membina pribadi yang patologis karena tujuan kegiatan beragama adalah mencapai derajat

²⁸ Sudarsono, *Kenakalan Remaja*, Rineka Cipta, Jakarta, 1991, hlm. 91

kehidupan yang lebih baik atau akhlak yang lebih baik. Walaupun kehidupan yang lebih baik telah tercapai maka didepannya masih ada derajat yang lebih baik lagi.

Dengan demikian agama merupakan alat atau metode yang dapat mempersatukan fragmen-fragmen kejiwaan untuk menjadi kepribadian yang utuh.

Tujuan kehidupan beragama seseorang adalah mengabdikan kepada Tuhan dengan sempurna. Manusia sebagai makhluk rohaniah berusaha agar hidupnya bermakna dan punya arti, dan pemberian makna hidup yang tertinggi adalah pengabdian dalam hubungan dengan penciptanya Yang Maha Kuasa.

Dalam penelitian juga ditemukan bahwa penyalahgunaan narkotik minat terhadap agama amat rendah, boleh dikatakan tidak adanya minat terhadap agama sama sekali, bila dibandingkan kelompok kontrol. Minat terhadap agama ini biasanya (bagi remaja). Disebutkan bahwa bila religiusitas di masa remaja tidak ada atau sangat rendah, maka remaja ini mempunyai resiko lebih tinggi untuk terlibat penyalahgunaan obat Narkotik dan Alkohol.²⁹

Penelitian yang dilakukan oleh Larson, et al (1989) juga menunjukkan adanya hubungan komitmen agama dengan penyakit kardivaskuler. Dalam study disebutkan bahwa kelompok yang menjalankan ibadah keagamaan secara rutin memiliki resiko lebih rendah untuk terkena kardivaskuler.³⁰

Dari berbagai penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan komitmen agama dan kesehatan, menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kelompok yang menjalankan ibadah keagamaan dengan kesehatan. Dalam

²⁹ Dadang Hawari, *Al Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Dana Bhakti Prima Yasa, Jakarta, 1996, hlm. 19

³⁰ Ibid, hlm. 17

kemampuan penyembuhan dan mengatasi, ternyata mereka yang memiliki religius lebih mampu dan penyembuhan proses penyakit lebih cepat. Bahwa manfaat komitmen agama tidak hanya dibidang penyakit fisik tetapi juga dibidang kesehatan jiwa.

Selama ini prikiatri di negara maju dalam memberikan terapi kepada pasien terpaksa hanya pada orientasi biologis semata, sementara itu dituntut suatu pelayanan yang pendekatannya lebih multi dimensi dan manusiawi, bahwa manusia secara utuh jarang sekali difahami oleh psikiatri, terutama dimensi agama, sehingga kalau ada kesalahan diagnose pasien, maka psikiatri tidak mampu memahaminya.

Hingga sekarang banyak sekali penyakit yang belum ada obatnya/dapat diobati baik secara konservatif maupun tindakan operasi. Karena itu mengakibatkan pasien mengalami ketakutan, kecemasan dan depresi, namun yang terpenting dengan senantiasa mengingat Allah dan berserah diri, sehingga menjadi tenang dan tentram, seperti Firman Allah SWT pada Surat Ar-Ra'd : 28 sebagai berikut :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “ Yaitu orang-orang yang beriman dan hatinya (mereka) akan menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, karena hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram (Q.S. Ar-Ra'd : 28).³¹

Maka betapa pentingnya pengaruh keislaman dalam mengatasi kasus-kasus seperti diatas, karena apabila pribadi yang patologis, dikembalikan kepada pribadi yang utuh sehingga dapat memahami ajaran agama Islam dengan baik sehingga

³¹ Depag, Opcit, hlm. 373

sehingga menjadikan (keyakinan) agama sebagai integral dari kepribadiannya, maka berbagai persoalan yang berhubungan dengan kepribadiannya akan mudah teratasi.