

BAB II

DAKWAH ISLAM, BIMBINGAN, PSIKOTERAPI ISLAM DAN NEUROSIS

2.1 Dakwah Islam

Dakwah adalah mengajak, membimbing dan memimpin orang yang belum mengerti atau sesat jalannya dari agama yang benar, untuk dialihkan ke jalan ketaatan kepada Allah, menyuruh mereka berbuat baik dan melarang mereka berbuat buruk agar mereka mendapatkan kebahagiaan di dunia dan akhirat (Syaiikh Abdullah Ba'alawi dalam Saputra, 2011: 2).

Menurut Amrullah Ahmad, pada hakikatnya dakwah Islam merupakan aktualisasi imani (teologis) yang dimanifestasikan dalam suatu sistem kegiatan manusia beriman dalam bidang kemasyarakatan yang dilaksanakan secara teratur, mempengaruhi cara merasa, berpikir, bersikap dan bertindak manusia pada dataran individual dan sosio-kultural dalam rangka mengusahakan terwujudnya ajaran Islam dalam semua segi kehidupan dengan menggunakan cara tertentu (Amin, 2008: 7).

Dari uraian di atas dapat dipersepsikan bahwa tujuan dakwah secara luas adalah menegakkan ajaran Islam kepada setiap insan sehingga ajaran tersebut mampu mendorong perbuatan yang sesuai dengan ajaran Islam (Ilaihi, 2010: 37). Dalam hal ini salah satu fokus kegiatan dakwah adalah *Irsyad Islam*, yang mempunyai beberapa unsur diantaranya adalah bimbingan dan psikoterapi Islam. Bimbingan merupakan proses dan upaya

menyelamatkan fitrah manusia agar *salam, hasanah, thayyibah* dunia dan akhirat. Psikoterapi Islam membantu sisi terapi spiritualitas atau psikis manusia dengan paradigma *psiko-teo-antroposentris*, yaitu jenis terapi yang berbasis pada agama yang bersandar pada kemutlakan Tuhan dan upaya maksimal manusia melalui beberapa metode yang telah dikembangkan (Arifin, 2009: 6-7).

Maka dari itu peranan dakwah dari masa ke masa sangat menunjang keberlangsungan hidup manusia, sehingga memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat.

2.2 Bimbingan

1. Pengertian Bimbingan

Kata bimbingan adalah terjemahan dari kata bahasa Inggris “*Guidance*” yang berasal dari kata kerja “*To guide*” yang artinya menunjukkan, memberi jalan atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang lebih bermanfaat bagi hidupnya di masa kini dan masa depan (Arifin, 1994: 1). Berbagai rumusan tentang bimbingan bermunculan sesuai dengan perkembangan pelayanan bimbingan itu sendiri, berbagai rumusan tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Bimbingan ialah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan yang

optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungannya (Surya, 1988: 12).

- b. Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan individu atau sekelompok individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan dalam hidupnya agar individu atau sekelompok orang itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya (Walgito, 1989: 4)
- c. Bimbingan merupakan suatu proses yang berkesinambungan, bukan kegiatan yang seketika atau kebetulan. Bimbingan merupakan serangkaian tahapan kegiatan yang sistematis dan berencana yang terarah kepada pencapaian tujuan (Yusuf dan Nurihsan, 2005: 6).

Dengan melihat beberapa pengertian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan adalah proses bantuan kepada individu atau kelompok yang bersifat psikis (kejiwaan) agar individu atau kelompok itu dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi, membuat pilihan yang bijaksana dalam menyesuaikan diri dan lingkungan serta dapat membentuk pribadi yang mandiri.

2. Dasar Bimbingan

Jika dilihat dari perkembangan sejarah agama-agama besar di dunia, bimbingan agama sebenarnya telah dilakukan oleh para Nabi dan Rosul, sahabat nabi, para ulama', pendeta, rahib dan para pendidik di lingkungan masyarakat dari zaman ke zaman. Oleh karena itu, masalah bimbingan di lingkungan masyarakat beragama secara nonformal telah dikenal sebagai suatu kegiatan bagi orang yang memegang kedudukan

pimpinan dalam bidang keagamaan, hanya saja dalam kegiatannya belum didasari teori-teori pengetahuan yang berhubungan dengan teknis serta administrasi pelaksanaannya, serta belum dilembagakan secara formal (Amin, 2010: 17).

Dalam masyarakat Islam telah dikenal prinsip-prinsip *guidance and counseling* yang bersumber dari firman Allah serta hadis Nabi. Di antara dasar-dasar bimbingan dalam Al-Qur'an dan hadis Nabi adalah sebagai berikut:

a. Al-Qur'an surat An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۚ وَجِدِلْ لَهُم بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ
إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۚ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ۚ

Artinya: Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah (perkataan yang tegas dan benar yang dapat membedakan antara yang hak dengan yang bathil) dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk (Departemen Agama RI, 2009: 281).

b. Al-Qur'an surat Asy-Syura ayat 52:

وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِّنْ أَمْرِنَا ۚ مَا كُنتَ تَدْرِي مَا أَلَكْتُبُ وَلَا الْإِيمَنُ
وَلَكِن جَعَلْنَاهُ نُورًا ۖ نَّهْدِي بِهِ ۖ مَن نَّشَاءُ مِّنْ عِبَادِنَا ۚ وَإِنَّكَ لَتَهْدَىٰ إِلَىٰ صِرَاطٍ
مُّسْتَقِيمٍ

Artinya: Dan Demikianlah Kami wahyukan kepadamu wahyu (Al Quran) dengan perintah Kami. Sebelumnya kamu tidaklah mengetahui Apakah Al kitab (Al Quran) dan tidak pula

mengetahui Apakah iman itu, tetapi Kami menjadikan Al Quran itu cahaya, yang Kami memberi petunjuk siapa yang Kami kehendaki di antara hamba-hamba Kami. dan Sesungguhnya kamu benar- benar membimbing manusia kepada jalan yang lurus (Departemen Agama RI, 2009: 489).

c. Hadits Nabi:

عن حذيفة رضى الله عنه عن النبي صلى الله عليه و سلم قال: والذي نفسى بيده لتأمرن بالمعروف ولتنهون عن منكر أوليوشكن الله أن يبعث عليكم عقابا منه ثم تدعونه فلا يستجاب لكم. (رواه الترمذى)

Artinya: Dari Hudzaifah ra, dari Nabi SAW, beliau bersabda: “Demi dzat yang jiwaku berada dalam genggamannya, seharusnya kalian menyuruh untuk berbuat baik dan mencegah dari perbuatan yang munkar. Jika tidak, sungguh Allah akan menurunkan siksa kepada kalian, kemudian kalian berdoa kepada-Nya, tetapi Ia tidak mengabulkan doamu.” (HR. Tirmidziy) (An-Nawawi, 1999: 219).

Dari 2 ayat dan 1 hadits tersebut menunjukkan adanya seruan agar ada satu golongan dari umat manusia untuk memberikan bimbingan kepada orang atau kelompok lain yakni berupa ajaran Islam agar berbakti kepada Allah dan berbuat ma'ruf artinya segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah. Berdasarkan dalil-dalil tersebut, mengandung pengertian bahwa memberikan bimbingan kepada orang lain adalah wajib hukumnya.

Dalam ayat dan hadits tersebut juga dijelaskan agar mencegah perbuatan mungkar yaitu berbuat yang melanggar atau tidak sesuai dengan norma-norma agama. Bimbingan Islam merupakan aspek dakwah Islamiyah, dimana Bimbingan Islam

merupakan bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada seseorang yang mempunyai persoalan-persoalan ruhaniah. Hal ini sebagaimana dijelaskan Hasymy bahwa dakwah Islamiyah adalah usaha untuk mengadakan pembinaan Islam dalam segala seginya, yaitu segi ibadah, segi aqidah dan segi mu'amalah (Hasymy, 1974: 295).

3. Tujuan Bimbingan

Bimbingan berarti memberikan bantuan kepada seseorang ataupun kepada sekelompok orang dalam menentukan berbagai pilihan secara bijaksana dan dalam menentukan penyesuaian diri terhadap tuntunan-tuntunan hidup. Oleh karena itu, tujuan bimbingan, antara lain adalah sebagai berikut:

a. Secara umum program bimbingan dilaksanakan dengan tujuan sebagai berikut:

- 1) Membantu individu dalam mencapai kebahagiaan hidup pribadi;
- 2) Membantu individu dalam mencapai kehidupan yang efektif dan produktif dalam masyarakat;
- 3) Membantu individu dalam mencapai hidup bersama dengan individu-individu yang lain;
- 4) Membantu individu dalam mencapai harmoni antara cita-cita dan kemampuan yang dimiliki (Amin, 2010: 38-39).

b. Secara khusus, tujuan bimbingan adalah sebagai berikut:

- 1) Memperkembangkan pengertian dan pemahaman diri dalam kemajuan dirinya;
- 2) Memperkembangkan pengetahuan tentang dunia kerja, kesempatan kerja, serta tanggung jawab dalam memilih suatu kesempatan kerja tertentu;
- 3) Memperkembangkan kemampuan untuk memilih, mempertemukan pengetahuan tentang dirinya dengan informasi tentang kesempatan yang ada secara bertanggung jawab;
- 4) Mewujudkan penghargaan terhadap kepentingan dan harga diri orang lain (Amin, 2010: 39).

4. Fungsi Bimbingan

Bimbingan merupakan segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohani dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran dan penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa. Fungsi bimbingan secara umum adalah sebagai fasilitator dan motivator klien dalam upaya mengatasi dan memecahkan problem kehidupan klien dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri.

Fungsi bimbingan tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Fungsi *Rehabilitatif*

Peran rehabilitatif pada bimbingan berfokus pada penyesuaian diri, menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi, mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional;

b. Fungsi *Preventif*

Upaya preventif adalah suatu upaya untuk mencapai individu-individu yang sebelum mereka mencapai masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian. Upaya preventif juga merupakan suatu upaya untuk melakukan intervensi mendahului kesadaran akan kebutuhan pemberian bantuan. Upaya ini meliputi: pengembangan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk mencoba mengantisipasi dan mengelakkan resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi (Hatcher dalam Abimanyu, 1996: 17-20).

Dalam literatur lain juga dijelaskan bahwa fungsi bimbingan adalah sebagai berikut:

- a. Menjadi pendorong (motivator) bagi yang terbimbing agar timbul semangat dalam menempuh kehidupan;
- b. Menjadi pemantap (stabilisator) dan penggerak (dinamisator) untuk mencapai tujuan yang dikehendaki;
- c. Menjadi pengarah (direktif) bagi pelaksanaan program bimbingan agar sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan klien serta melihat bakat dan minat yang berhubungan dengan cita-cita yang ingin dicapainya (Arifin dan Kartikawati, 1995: 7).

5. Metode Bimbingan

Dalam rangka memberikan bimbingan diperlukan metode yang sesuai, agar dapat mengembalikan motivasi dan dapat memecahkan masalah. Sejalan dengan hal tersebut, pembimbing memerlukan beberapa metode sebagai berikut:

a. Metode *Interview* (wawancara)

Sebagai salah satu cara untuk memperoleh fakta, metode wawancara masih banyak dimanfaatkan, karena interview bergantung pada tujuan fakta apa yang dikehendaki serta untuk siapa fakta tersebut akan digunakan;

b. *Group Guidance* (bimbingan kelompok)

Dalam bimbingan bersama (*group guidance*), ada kontak antara ahli bimbingan dengan sekelompok klien yang agak besar, mereka mendengarkan ceramah, ikut aktif berdiskusi, serta menggunakan kesempatan untuk tanya jawab. Tujuan utama bimbingan kelompok ini adalah penyebaran informasi mengenai penyesuaian diri dengan berbagai kehidupan klien;

c. *Client Centered Method* (metode yang dipusatkan pada keadaan klien)

Metode ini sering disebut *nondirective* (tidak mengarahkan). Metode ini cocok dipergunakan oleh *pastoral counselor* (penyuluh agama), karena *counselor* akan lebih memahami permasalahan klien yang

bersumber pada perasaan dosa, serta banyak menimbulkan perasaan cemas, konflik kejiwaan dan gangguan jiwa lainnya;

d. *Directive Counseling*

Directive counseling merupakan bentuk psikoterapi yang sederhana, karena konselor, atas dasar metode ini, secara langsung memberikan jawaban-jawaban terhadap problem yang oleh klien didasari menjadi sumber kecemasannya. Dengan mengetahui keadaan masing-masing klien tersebut, konselor dapat memberikan bantuan pemecahan problem yang dihadapi. Apabila problemnya menyangkut penyakit jiwa yang serius, konselor melakukan *referral* (pelimpahan) atau mengirimkan ke psikiater (dokter jiwa);

e. *Educative Method* (metode pencerahan)

Metode ini hampir sama dengan metode client-centered. Inti dari metode ini adalah pemberian *insight* dan klarifikasi (pencerahan) terhadap unsur- unsur kejiwaan yang menjadi sumber konflik seseorang. Jadi, di sini sikap konselor ialah memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada klien untuk mengekspresikan (melahirkan) segala gangguan kejiwaan yang disadari menjadi permasalahan baginya.

f. *Psychoanalysis Method*

Metode Psikoanalisis (*Psychoanalysis Method*) juga dikenal di dalam konseling yang mula-mula diciptakan oleh Sigmund Freud. Metode ini berpangkal pada pandangan bahwa semua manusia itu jika

pikiran dan perasaannya tertekan oleh kesadaran dan perasaan atau motif-motif tertekan tersebut, tetap masih aktif mempengaruhi segala tingkah lakunya meskipun mengendap di dalam alam ketidaksadaran (*Das Es*) yang disebutnya “*Vendrongen Complexen*” (Amin, 2010: 69-74).

6. Teknik Bimbingan

Pada umumnya teknik-teknik yang dipergunakan dalam bimbingan mengambil dua pendekatan, yaitu *pendekatan secara kelompok* dan *pendekatan secara individual*. Pendekatan secara kelompok disebut juga bimbingan kelompok (*group guidance*), dan pendekatan secara individual disebut *individual counseling* atau *penyuluhan individual*. Beberapa teknik khusus dalam counseling, yaitu:

- a. *Directive counseling*, yaitu teknik counseling dimana yang paling berperan adalah counselor, counselor berusaha mengarahkan counselee sesuai dengan masalahnya;
- b. *Non-directive counseling*, teknik ini kebalikan dari teknik di atas, yaitu semuanya berpusat pada counselee. Counselor hanya menampung pembicaraan, yang berperan adalah *counselee*. Counselee bebas berbicara, sedangkan counselor menampung dan mengarahkan;
- c. *Elective counseling*, yaitu campuran dari kedua teknik di atas (Surya, 1975:110).

7. Bimbingan Bagian dari Dakwah

Istilah Bimbingan Islam dalam bingkai ilmu dakwah adalah *Irsyad Islam*. Derivasi dari istilah-istilah ini dapat juga digunakan istilah-istilah *ta'lim*, *tawjih*, *maw'izhah*, *nashihah*, dan *isytisyfa'* (terapi dalam konteks psikoterapi).

Irsyad Islam berarti proses pemberian bantuan terhadap diri sendiri (*irsyad nafsiyyah*), individu (*irsyad fardiyyah*) atau kelompok kecil (*irsyad fi'ah qalilah*) agar dapat keluar dari kesulitan untuk mewujudkan kehidupan pribadi, individu dan kelompok yang *salam*, *hasanah*, *thayibah* dan memperoleh ridha Allah dan dunia akhirat.

Disiplin ilmu *Irsyad Islam* adalah sistem Penjelasan Objektif Proporsional (POP) perilaku yang dibantu (*klien*, *mursyad bih*) dan yang membantu (*konselor*, *mursyid*) berupa *irsyad nafsiyyah*, *irsyad fardiyyah* dan *irsyad fi'ah qalilah* berupa *ta'lim*, *tawjih*, *maw'izhah*, *nashihah*, dan *isytisyfa'*. Kemudian melibatkan unsur konselor, klien, metode, pesan dan media dalam situasi tertentu guna mewujudkan *tawhidullah* dalam bentuk kehidupan pribadi, individu dan kelompok yang *salam*, *hasanah*, *thayyibah* dalam bingkai ridha Allah dunia dan akhirat (Arifin, 2009: 8).

Metode penalaran yang dipergunakan dalam disiplin ilmu bimbingan Islam ditempuh melalui empat jalan sebagai berikut:

a. *Al-Thuruq al-Istinbath*

Metode penalaran dengan menurunkan teori-teori bimbingan dari sumber pokok Al-Qur'an dan As-Sunnah secara langsung. Dari sisi

ini, belum banyak berkembang acuan pokok yang menjadi dasar teori bimbingan bersumber dari dua sumber pokok tersebut;

b. *Al-Thuruq al-Iqtibas*

Metodologi penalaran dengan meminjam teori-teori tentang perilaku manusia dari Barat sejauh tidak bertentangan dengan sumber pokok, yaitu Al-Qur'an dan As-Sunnah. Dengan metodologi penalaran seperti inilah teori-teori tentang bimbingan yang bersumber dari Barat dapat dijadikan sebagai ilmu bantu (bukan sebagai pokok) sejauh tidak bertentangan dengan sumber pokok.

c. *Al-Thuruq al-Istiqlal*

Metodologi penalaran dengan meminjam berbagai hasil riset dan penelitian tentang bimbingan, pengalaman-pengalaman empiris sejauh memiliki keajegan ilmiah dan tidak bertentangan dengan sumber pokok;

d. *Al-jam'u Bayna U'qul al-Shafiyyah wa al-Nufus al-Zakiyyah*

Metodologi ini disebut juga dengan metode irfani (Arifin, 2009: 9)

Bimbingan merupakan segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohani dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran dan penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup masa sekarang dan masa depannya (Arifin, 1979: 25).

Istilah bimbingan dalam hal ini tidak sama dengan bimbingan dalam pendidikan di sekolah. Bimbingan disini ditujukan kepada klien agar tercapai kemandirian dan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungannya.

2.3 Psikoterapi Islam

1. Pengertian Psikoterapi Islam

Secara etimologis, kata “psikoterapi” berasal dari dua kata, yaitu *psyce* yang berarti kejiwaan atau mental, dan *therapy* yang berarti penyembuhan atau *usada*. Jadi psikoterapi adalah usaha jiwa atau *usada* mental (Subandi, 2002: 1-2). Dalam bahasa Arab *psyche* dapat disamakan dengan “*nafs*” dengan bentuk jama’nya “*anfus*” atau “*nufus*”. *Nafs* memiliki beberapa arti, diantaranya: jiwa, ruh, darah, jasad, orang, dan diri. Dalam bahasa Arab kata *therapy* sama dengan *الاستشفاء* yang berasal dari *يشفى – يشفى – شفاء* yang artinya menyembuhkan (Adz- dzaky, 2004: 225).

Secara terminologis, psikoterapi memiliki pengertian yang bervariasi dari berbagai literatur, diantaranya adalah:

- a. Psikoterapi (*psychotherapy*) ialah pengobatan penyakit dengan cara kebatinan atau penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan- kesulitan penyesuaian diri setiap hari atau

penyembuhan lewat keyakinan agama, dan diskusi personal dengan para guru atau teman (Adz-Dzaky, 2004: 225);

- b. Lewis R. Wolberg. Mo (1997) dalam bukunya *The Technique Of Psychotherapy* mengatakan bahwa:

“Psikoterapi adalah perawatan dengan menggunakan alat- alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien, yang bertujuan: (1) menghilangkan, mengubah atau menemukan gejala-gejala yang ada,(2) memperantai (perbaikan) pola tingkah laku yang rusak, dan (3)meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif.” (Adz- dzaky, 2004: 226);

- c. Psikoterapi adalah proses pembetulan yang sebelumnya tidak benar, dimana pasien memperoleh pikiran-pikiran yang keliru atau delusif tentang dirinya sendiri, orang lain, kehidupan dan berbagai problem yang dihadapinya dan menyebabkan gelisah, dan belajar bentuk-bentuk tingkah laku defensif untuk menghindari berhadapan dengan problem-problemnya yang meredakan kegelisahan (Najati, 1997: 302);

Dari beberapa pengertian psikoterapi, dapat diambil kesimpulan bahwa psikoterapi merupakan proses bantuan dalam penyembuhan penyakit mental dan fisik. Di bawah ini diterangkan macam-macam psikoterapi dan konsep-konsep utamanya, yaitu:

- a. Terapi Psikoanalitik, perkembangan kepribadian yang normal berlandaskan resolusi dan integrasi fase-fase perkembangan psikoseksual yang berhasil. Perkembangan kepribadian yang gagal merupakan akibat dari resolusi sejumlah fase perkembangan

psikoseksual yang tidak memadai. *Id, ego dan super ego* membentuk dasar bagi struktur kepribadian. Kecemasan adalah akibat perepresian konflik-konflik dasar. Mekanisme-mekanisme pertahanan ego dikembangkan untuk mengendalikan kecemasan. Proses-proses tak sadar berkaitan erat dengan tingkah laku yang muncul sekarang.

- b. Terapi Eksistensial-Humanistik, pada dasarnya adalah suatu pendekatan terhadap konseling dan terapi alih-alih suatu model teoretis tetap. Terapi eksistensial humanistik menekankan kondisi-kondisi inti manusia. Perkembangan manusia yang normal berlandaskan keunikan masing-masing individu. Kesadaran ini berkembang sejak lahir. Psikopatologi adalah akibat dari kegagalan dalam mengaktualkan potensi. Pembedaan-pembedaan dibuat antara rasa bersalah eksistensial dan rasa bersalah neurotik serta antara kecemasan eksistensial dan kecemasan neurotik. Berfokus pada saat sekarang dan pada menjadi apa seorang itu.
- c. Terapi Client-Centered, klien memiliki kemampuan untuk menjadi sadar atas masalah-masalahnya serta cara-cara mengatasinya. Kepercayaan diletakkan pada kesanggupan klien untuk mengarahkan dirinya sendiri. Kesehatan mental adalah keselarasan antara diri ideal dan diri riil. *Maladjustment* adalah akibat dari kesenjangan antara diri ideal dan diri riil. Berfokus pada masa sekarang serta pada mengalami dan mengekspresikan perasaan-perasaan.

- d. Terapi Gestalt, berfokus pada apa dan bagaimana mengalami disini dan sekarang untuk membantu klien agar menerima polaritas-polaritas dirinya. Konsep-konsep utama mencakup tanggung jawab pribadi, urusan yang tak selesai, penghindaran, mengalami dan menyadari saat sekarang. Ini adalah terapi eksperiensial yang menekankan perasaan-perasaan dan pengaruh-pengaruh urusan yang tak selesai terhadap perkembangan kepribadian sekarang.
- e. Analisis Transaksional, berfokus pada permainan-permainan untuk menghindari keakraban dalam transaksi-transaksi. Kepribadian terdiri dari ego orang tua, ego orang dewasa dan ego anak. Klien diajari untuk menyadari ego yang mana yang berperan dalam transaksi-transaksi yang dijalankan. Permainan, penipuan, putusan-putusan dini, skenario kehidupan dan internalisasi perintah-perintah adalah konsep-konsep utama.
- f. Terapi Tingkah Laku, berfokus pada tingkah laku yang tampak, ketepatan dalam menyusun tujuan-tujuan treatment, pengembangan rencana-rencana treatment yang spesifik dan evaluasi objektif atas hasil-hasil terapi. Terapi berlandaskan prinsip-prinsip teori belajar. Tingkah laku yang normal dipelajari melalui perkuatan dan peniruan. Tingkah laku abnormal adalah akibat dari belajar yang keliru. Ia menekankan tingkah laku sekarang dan hanya memberi sedikit perhatian kepada sejarah masa lampau dan sumber-sumber gangguan.

- g. Terapi Rasional-Emotif, neurosis adalah pemikiran dan tingkah laku irasional. Gangguan-gangguan emosional berakar pada masa kanak-kanak, tetapi dikekalkan melalui reindoktrinasi sekarang. Sistem keyakinan adalah penyebab masalah-masalah emosional. Oleh karenanya, klien ditantang untuk menguji kesalihan keyakinan-keyakinan tertentu. Metode ilmiah diterapkan pada kehidupan sehari-hari.
- h. Terapi Realitas, pendekatan ini menolak model medis dan konsep tentang penyakit mental. Berfokus pada sesuatu yang bisa dilakukan sekarang dan menolak masa lampau sebagai variabel utama. Pertimbangan nilai dan tanggung jawab moral ditekankan. Kesehatan mental sama dengan penerimaan atas tanggung jawab (Corey, 2007: 316-318).

Secara garis besar, psikoterapi Islam diartikan sebagai berikut:

- a. Psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit mental, spiritual, moral maupun fisik melalui bimbingan Al Qur'an dan As Sunnah Nabi SAW atau secara empirik adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah SWT, malaikat- malaikat-Nya, Nabi dan Rasul-Nya atau ahli waris para Nabi-Nya (Adz-Dzaky, 2004: 227- 228);
- b. Psikoterapi Islam adalah proses perawatan dan penyembuhan terhadap gangguan penyakit kejiwaan dan keruhanian melalui

intervensi psikis dengan metode dan teknik yang didasarkan kepada Al-Qur'an dan Sunnah (Arifin, 2009: 23);

- c. Psikoterapi Islam adalah proses penyembuhan, pencegahan, pemeliharaan, pemeliharaan serta pengembangan jiwa yang sehat melalui bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW. Psikoterapi Islam dimaksudkan sebagai jalan penyehatan hidup jasmani ruhani yang sehat dalam perspektif yang lengkap dan komprehensif, yakni kesehatan yang meliputi jiwa dan raga, jasmani dan ruhani, luar dan dalam, bumi dan langit, serta dunia hingga akhirat (Najib, 2005: 127-135).

2. Dasar Psikoterapi Islam

Dalam melakukan tindakan atau perbuatan hendaknya didasarkan pada ketentuan-ketentuan yang berlaku, karena hal itu akan dijadikan suatu pijakan untuk melangkah mencapai tujuan yang diharapkan, yakni agar orang tersebut berjalan dengan baik dan terarah. Begitu juga dalam melaksanakan psikoterapi Islam didasarkan pada petunjuk Al-Qur'an dan Al-Hadits.

Beberapa dasar psikoterapi Islam adalah sebagai berikut:

- a. Al-Qur'an Surat Yunus: 57

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

Artinya: Hai manusia! Sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman (Departemen Agama RI, 2009: 215).

Ayat di atas menunjukkan bahwa agama Islam berisikan aspek terapi bagi gangguan jiwa. Namun dalam pelaksanaan proses terapi harus dilihat dari ajaran-ajaran Islam itu sendiri. Al-Qur'an merupakan obat yang sangat ampuh bagi penyakit kejiwaan yang terdapat dalam dada (hati) manusia, petunjuk yang sangat jelas menuju kebenaran dan kebajikan serta rahmat yang amat besar lagi melimpah bagi orang-orang mukmin. Psikoterapi Islam sebagai proses pengobatan dan penyembuhan penyakit mental, spiritual, moral dan fisik harus sesuai dengan al-Qur'an dan as-Sunnah (Adz-Dzaky, 2004: 228)

b. Al-Qur'an Surat Al Isra': 82

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

Artinya: Dan Kami turunkan dari Al Quran (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang zalim (Al-Qur'an itu) hanya akan menambah kerugian (Departemen Agama RI, 2009: 290).

Dalam ayat di atas dijelaskan bahwa Al-Qur'an sebagai *syifa*, yang artinya penyembuh dan pengobat penyakit dalam diri manusia. Dalam fungsi penyembuhan, psikoterapi Islam akan membantu seseorang melakukan pengobatan dan perawatan terhadap gangguan atau penyakit, khususnya terhadap gangguan mental, spiritual dan kejiwaan (Adz- dzaky, 2004: 277).

c. Hadits Nabi:

وقد جعل النبي صلى الله عليه وسلم الجهل داء, وجعل دواءه سؤال العلماء

Artinya: Bahwasanya Nabi SAW, menyatakan bahwa kebodohan itu penyakit, dan pengadaan obatnya adalah bertanya kepada ulama' (Adz-Dzaky, 2004: 230).

Dalam hadits tersebut dijelaskan bahwa obat dari kebodohan adalah bertanya kepada ulama'. Maksud dari ulama' di sini adalah orang yang ahli dan menguasai ilmu yang hak (*ad-dien*), baik pemahamannya, pengamalannya maupun pengalamannya. Dengan itulah mereka senantiasa merasa kecil, lemah dan takut kepada Allah SWT. Ulama' merupakan penerus para Nabi, sebagaimana fungsi dan tujuan kedatangan para Nabi yaitu sebagai pendidik, penyuci dan penyembuh terhadap berbagai penyakit yang terdapat pada manusia agar mereka menjadi hamba Allah yang benar-benar memiliki kesehatan dan kemuliaan di hadapan-Nya maupun di hadapan makhluk-Nya (Adz-Dzaky, 2004: 251).

3. Tujuan dan Fungsi Psikoterapi Islam

Secara spesifik, tujuan dari psikoterapi Islam adalah untuk menyempurnakan, melengkapi dan memberi kerangka acuan bagi konsep psikoterapi yang sudah ada (Saleh dan Imam, 2005: 251).

Sedangkan tujuan psikoterapi Islam secara luas adalah:

- a. Memberikan pertolongan kepada setiap individu agar sehat jasmani dan rohani, mental, spiritual dan moral, jiwa dan raga;
- b. Menggali dan mengembangkan potensi esensial sumber daya insani;
- c. Mengantarkan individu kepada perubahan konstitusi dalam kepribadian dan etos kerja;

- d. Meningkatkan kualitas keimanan, keislaman, keikhlasan dan ketauhidan dalam kehidupan sehari-hari;
- e. Mengantarkan individu mengenali, mencintai diri dan citra diri serta Zat yang Maha Suci yaitu Allah SWT (Adz-Dzaky, 2004: 278-279).

Dengan demikian, tujuan psikoterapi Islam secara global dapat dirumuskan pada terbentuknya *insan kamil*, yaitu manusia yang dapat menjalankan hubungan horizontal (antar sesama manusia dan alam) dengan baik dan dapat menjalin hubungan vertikal yang baik dengan Allah SWT, sehingga kondisi tenteram dan bahagia tetap terpelihara dengan baik di dunia dan akhirat (Rejeki, 2010: 34).

Adapun fungsi-fungsi universal psikoterapi Islam adalah sebagai berikut:

a. Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman ini memberikan pemahaman dan pengertian tentang manusia dan problematikanya dalam hidup serta bagaimana mencari solusi terbaik atas problematika tersebut, khususnya gangguan mental, kejiwaan, spiritual dan moral. Fungsi ini juga memberikan suatu pemahaman bahwa ajaran Islam merupakan sumber yang paling lengkap, benar dan suci untuk menyelesaikan berbagai masalah yang dikaitkan dengan dirinya sendiri, pribadi manusia dengan lingkungan sosialnya;

b. Fungsi Pengendalian

Fungsi pengendalian ini memberikan potensi yang dapat mengarahkan aktivitas setiap hamba Allah agar tetap terjaga dalam pengendalian dan pengawasan Allah, sehingga tidak akan keluar dari kebenaran, kebaikan dan kemanfaatan;

c. Fungsi Prediksi

Dengan fungsi ini, seseorang akan memiliki potensi dasar untuk melakukan analisis ke depan tentang segala peristiwa, kejadian dan perkembangan. Dengan mengetahui sebuah prediksi, seseorang dapat mempersiapkan diri untuk melakukan tindakan antisipasi. Pada akhirnya, semua upaya tersebut diharapkan bisa mendapatkan hikmah dan kebaikan bagi kehidupan manusia;

d. Fungsi Pengembangan

Seseorang telah melakukan proses pengembangan eksistensi kemanusiaannya jika ia telah mempelajari dan mengaplikasikan ilmu keislaman, khususnya mengenai manusia dan seluk beluknya yang berkaitan dengan masalah ketuhanan menuju keinsanan yang teoritis, aplikatif, maupun empiris;

e. Fungsi Pendidikan

Psikoterapi Islam memberikan bimbingan dalam proses pendidikan untuk melepaskan diri dari bekas-bekas dosa dan kedurhakaan serta pengaruh-pengaruh negatif lainnya menuju kepribadian yang taat dan patuh kepada Tuhannya, serta berbuat baik kepada sesama manusia.

Untuk melepaskan diri dari pengaruh-pengaruh negatif tersebut diperlukan adanya perjuangan dan kesungguhan yang tinggi dengan metode, teknik, dan strategi yang akurat, seperti *mujahadah* (kesungguhan diri), *riyadloh* (mengolah diri), *muraqabah* (pengamatan diri), *wara'* (bersikap hati-hati) dan sebagainya (Arifin, 2009: 265-270).

Sedangkan fungsi-fungsi psikoterapi Islam secara spesifik adalah sebagai berikut:

a. Fungsi Pencegahan

Dengan mempelajari, memahami dan mengaplikasikan ilmu psikoterapi Islam, seseorang akan dapat terhindar dari keadaan atau hal-hal yang membahayakan dirinya, baik secara fisik, mental, moral maupun spiritual;

b. Fungsi Penyembuhan

Psikoterapi Islam akan membantu seseorang melakukan pengobatan, penyembuhan dan perawatan terhadap gangguan mental, spiritual dan kejiwaan, seperti halnya zikir yang dapat menenteramkan hati dan jiwa;

c. Fungsi Pensucian

Psikoterapi Islam melakukan upaya pensucian diri dari bekas-bekas dosa dan kedurhakaan dengan beberapa ritual khusus, yaitu: 1) pensucian jasmani dari najis (*istinja'*), hadas kecil (wudlu), hadas

besar (mandi), 2) pensucian jiwa dengan melakukan zikir, shalat taubah, tasbih dan sebagainya (Arifin, 2009: 270-271).

4. Metode dan Teknik Psikoterapi Islam

Bentuk komponen psikoterapi Islam terdiri dari tiga komponen Islami, yaitu:

- a. Terapi dengan alat dan obat;
- b. Terapi dengan konseling dan bimbingan keagamaan;
- c. Terapi dengan *ruqyah* (zikir dan doa) (Taufiq, 2006: 380).

Dilihat dari cara pengambilannya, metode psikoterapi Islam didasarkan kepada 4 cara sebagai berikut:

- a. *Metode Istimbath*, yaitu metode yang diturunkan langsung dari Al-Qur'an;
- b. *Metode Iqtibas*, yaitu metode yang berdasarkan hasil ijtihad para ulama';
- c. *Metode Istiqra'i*, yaitu metode yang didasarkan pada penalaran dan hasil penelitian empirik, termasuk dari Barat sejauh tidak bertentangan dengan kaidah-kaidah Al-Qur'an dan As-Sunnah;
- d. Memadukan metode komprehensif *jami' bayna an-nufus az zakiyyah wa al-'uqul ash-shafiyyah*, yaitu perpaduan antara pertimbangan jiwa yang bersih dan akal yang suci dan sehat (Arifin, 2009: 30).

Dari 4 hal di atas, maka didapat metode terapi psikoterapi Islam sebagai berikut:

a. *Al-Isytisyfa bil Qur'an*

Al-Qur'an adalah firman Allah yang diturunkan kepada umat Islam sebagai petunjuk hidup serta terapi jiwa dan raga. Secara *hissi*, lafal-lafal Al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakit jasmani, dan secara *maknawi*, makna-makna Al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakit ruhani atau jiwa. Metode penyembuhan ini disebut terapi dengan Al-Qur'an (Mujib, 2001 : 220).

b. Do'a untuk Terapi

Do'a adalah obat untuk menghilangkan penyakit dan menghilangkan malapetaka. Dzikir, ayat-ayat Al-Qur'an Al-Karim dan do'a-do'a yang dimaksudkan sebagai obat atau dipergunakan sebagai *ruqyah* pada dasarnya sangat berguna dan dapat menyembuhkan penyakit. Akan tetapi tingkat kedekatan dan terkabulnya do'a itu memerlukan keikhlasan dan amal saleh (Mahmud, 1998: 10).

c. Metode Dzikir untuk Terapi

Dzikir adalah ritual dalam Islam dengan menyebut nama-nama Allah (*Asma'ul Khusna*) atau mengucapkan kalimat yang mengandung nama Allah berkali-kali agar kita tidak melupakan Allah atas kebaikan-Nya yang telah diberikan kepada kita, baik dengan pujian maupun pengharapan. Allah berfirman dalam surat Ar-Ra'du ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah,

hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram
(Departemen Agama RI, 2009: 202).

d. Shalat untuk Terapi

Terminologi shalat mengisyaratkan bahwa di dalamnya terkandung adanya hubungan antara manusia dengan Tuhannya. Dalam shalat, manusia berdiri dengan khusuk dan tunduk kepada Allah SWT. Berdirinya manusia dihadapan Allah dengan khusyuk dan tunduk akan membekalinya dengan suatu tenaga rohani yang timbul dalam diri, perasaan yang tenang, jiwa yang damai dan kalbu yang tentram (Najati, 1997: 307-308). Empat aspek terapeutik yang terdapat pada aktifitas shalat, yakni:

1) Aspek olah raga

Shalat menuntut adanya aktifitas fisik, dimana proses ini biasa dipergunakan terapi untuk mengurangi ketegangan dan kecemasan;

2) Aspek meditasi

Yang dimaksud dalam aspek ini adalah konsentrasi (khusyuk) yang dituntut dalam melakukan shalat, sehingga pikiran hanya tertuju pada Tuhan. Dengan demikian maka pikiran akan menjadi cerah dan ringan dari beban kecemasan.

3) Aspek auto-sugesti

Bacaan shalat yang ditujukan kepada Allah, disamping berisi pujian juga mengandung do'a agar selamat di dunia dan akhirat. Bila ditinjau dari teori hipnotis yang merupakan salah satu

metode terapi kejiwaan, maka pengucapan kata-kata itu merupakan suatu proses auto-sugesti, mengatakan hal-hal yang baik pada diri sendiri adalah mensugesti dirinya agar memiliki sifat yang baik. Demikian juga akan memunculkan harapan yang positif dan optimis;

4) Aspek kebersamaan yang terdapat dalam shalat berjamaah

Dalam shalat berjamaah juga mempunyai dampak terapeutik yang signifikan, yaitu membantu dan berinteraksi dengan orang lain sebagai upaya menciptakan hubungan sosial yang sehat dan hubungan persahabatan antar sesama (Ancok dan Nashori, 1995: 98-100).

e. Mandi Terapi

Air sejuk dapat mengembalikan memori seseorang dengan mengaktifkan semua jaringan sel-sel saraf yang terputus atau lemah. Air sejuk juga mempunyai daya rangsangan yang dapat mengembalikan kesadaran, seperti orang yang gila, koma dan lain-lain. Oleh karena itu terapi mandi sangat efektif dalam penyembuhan mental abnormal ([Http://www.berkaterapi.com/2012/01/rawatan-hidroterapi-air.html](http://www.berkaterapi.com/2012/01/rawatan-hidroterapi-air.html) diakses 11 Mei 2013).

f. Puasa untuk Terapi

Puasa dalam kaitannya dengan psikoterapi hati di sini ialah puasa syar'i (menahan lapar & dahaga) dengan tetap menahan hawa nafsu dan menghindari perbuatan-perbuatan munkar. Puasa adalah media

untuk melatih diri dalam membenahi dan mengontrol hawa nafsu, sehingga hati menjadi baik dan teratur. Jadi, hanya orang-orang yang benar-benar berniat puasa dengan sesungguhnya yang akan menuai nilai-nilai psikoterapi dari puasa (Rejeki, 2010: 79).

g. Metode *Hikmah*

Metode hikmah merupakan permohonan pertolongan kepada Allah melalui penghayatan ibadah ritual seperti shalat, doa, dzikir, puasa, zakat, infaq, shodaqoh, haji, umroh dan mengkaji Al Qur'an. *Bil hikmah* ini biasanya diperuntukkan bagi korban bencana yang mengalami masalah pelik bersifat spiritual. (Sus Budiharto, S.Psi., M.Si., dalam seminar "*Post Disaster Psychological Interventions* (Intervensi Psikologis Pasca Bencana)". Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya (FPSB) UII).

h. Metode *tarikah* dan Tasawuf

Tarikah dapat menjadi metode psikoterapi Islam karena mengandung tiga hal mendasar, yaitu sisi ontologis, epistemologis dan aksiologis. Salah satu sisi ontologis adalah uraian mengenai hakekat wujud jiwa dan substansi ruhani, dimana wujud jiwa tidak lain adalah *nafs* itu sendiri yang memiliki wadah yang disebut *lathifah*. *Lathifah* adalah wilayah pertemuan antara ruh dan jasad. Sementara sisi batin manusia yang terdalam yang terdapat dalam berbagai lapisan *lathifah* tempat bersarangnya *nafs* seperti *ammarah*, *lawammah*, *sawiyah* dan lain-lain yang rusak tidak tersentuh. Ini terjadi karena pendekatan-

pendekatan spiritual yang ada saat ini memang tidak memiliki kapasitas untuk menata batin manusia yang terdalam itu. Maka *tarikatl*ah yang memiliki kapabilitas dalam bidang ini. Inilah alasan signifikan kenapa perawatan sisi spiritual berpedoman kepada *tarikatl* (Arifin, 2009: 145).

5. Psikoterapi Islam Bagian dari Dakwah

Psikoterapi Islam merupakan subdisiplin ilmu dakwah dalam bentuk *irsyad Islam*. Psikoterapi Islam erat kaitannya dengan perawatan ruhani Islam. Ilmu ini membantu sisi terapi spiritualitas atau psikis manusia dengan paradigma *psiko-tea-antroposentris*, yaitu jenis psikoterapi yang berbasis agama (*psikoterapi religius*) yang bersandar pada kemutlakan Tuhan dan upaya maksimal manusia melalui tujuh metode psikoterapi yang telah dikembangkan, yaitu terapi dengan Al-Qur'an, doa, dzikir, shalat, mandi/ wudhu (*hidroterapi*), hikmah dan tasawuf & tarekat (Arifin, 2009: 3-4).

Pandangan Islam terhadap penyakit kejiwaan dan pikiran adalah suatu perspektif yang menggambarkan komprehensivitas penyakit kejiwaan. Pada dasarnya perspektif Islam adalah perspektif yang menyeluruh dan proporsional. Psikoterapi dalam dunia Islam mengingkari apa yang dinamakan korban ramalan dan mantra. Identifikasi dalam konsep murni Islam terkait kajian psikologi mengacu pada asumsi bahwa penyakit kejiwaan bersumber dari interaksi antara fitrah manusia dan lingkungannya. Namun yang dimaksud fitnah disini

ialah fitrah dengan pengertian yang lebih luas dan bukan sekedar faktor genetis. Fitrah adalah penciptaan yang Allah ciptakan dalam anak manusia yang dilahirkan pada tubuh dan ruhnya (Taufiq, 2006: 369&374).

2.4 Neurosis dan Ruang Lingkupnya

1. Pengertian dan Faktor Penyebab Neurosis

Neurosis adalah sekelompok reaksi psikis dengan adanya ciri khas yaitu kecemasan, secara ketidaksadaran yang ditampilkan ke luar dalam berbagai bentuk tingkah laku dengan jalan menggunakan mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*). Pengkondisian yang buruk dari lingkungan sosial yang sangat tidak menguntungkan, muncul kemudian banyak ketegangan dan kecemasan serta simptom-simptom mental yang patologis atau gangguan mental dalam kategori neurosis ini (Kartono, 1986: 142).

Neurosis merupakan gangguan kejiwaan yang berkaitan dengan perasaan, sehingga yang terganggu hanya perasaannya. Oleh karena itu orang yang terganggu kejiwaannya masih merasakan kesukaran yang dihadapinya, sehingga kepribadiannya tidak memperlihatkan kelainan yang berarti masih dalam alam kenyataan (Daradjat, 1983: 33).

Neurosis adalah kelainan mental yang secara umum ditandai oleh adanya keluhan dan gejala afektif, pemikiran dan dorongan perbuatan yang mengganggu rasa sejahtera dan kelancaran hidup. Kondisi ini terjadi tanpa pengurangan yang tajam dalam kemampuan

menilai realitas dan wawasan dalam keadaan diri seseorang, serta tanpa ditandai penyimpangan yang mencolok dalam kehidupan social (Lubis, 1993: 99).

Sebab-sebab timbulnya neurosis adalah:

- a. Tekanan-tekanan sosial yang berat dan tekanan kultural yang sangat kuat, yang menyebabkan ketakutan, kecemasan dan ketegangan-ketegangan dalam batin sendiri yang kronis dan berat, sehingga orang yang bersangkutan mengalami mental breakdown/ kepatahan mental;
- b. Individu mengalami banyak frustrasi, konflik-konflik emosional dan konflik internal yang serius, yang sudah dimulai sejak masa kanak-kanak;
- c. Individu pada umumnya menjadi tidak rasional, sebab sering memakai *defence mechanism* yang negative dan lemahlah pertahanan fisik dan mental (badan, syaraf dan jiwanya);
- d. Pribadi sangat labil, tidak imbang dan kemauannya sangat lemah (Kartono, 1989: 95).

Pada umumnya gangguannya berbentuk gejala sebagai berikut: sipenderita tidak mampu mengadakan adaptasi terhadap lingkungan, tingkah lakunya jadi abnormal dan aneh-aneh, tidak mengerti dirinya sendiri dan membenci pula diri sendiri (Kartono, 1981: 84). Meskipun bentuk dari neurosis itu beraneka ragam dan setiap penderita neurosis sangat unik dalam memperlihatkan simptom-simtom tertentu, tetapi

beberapa ciri umum dapat ditemukan dalam semua bentuk neurosis. Ciri-ciri umum itu adalah: (1) adanya kecemasan, (2) tidak dapat berfungsi dengan kapasitas, (3) pola tingkah laku yang kaku dan diulang-ulang, (4) egosentrik, (5) hipersensitif (sangat peka), (6) tidak matang, (7) keluhan-keluhan somatik, (8) tidak bahagia, dan (9) banyak tingkah laku yang bermotivasi tidak sadar (Semiun, 2006: 316).

2. Gejala-Gejala Neurosis

Pada kasus neurosis tidak terdapat diorganisasi kepribadian yang serius dalam kaitannya dengan realitas eksternal atau dunia luar. Biasanya penderita mempunyai sejarah hidup penuh kesulitan, tekanan-tekanan batin dan peristiwa traumatis luar biasa, atau pernah mengalami kerugian psikis yang sangat besar, karena tidak pernah mendapatkan lingkungan sosial yang menguntungkan, serta tidak pernah mendapatkan kasih sayang sejak usia muda. Proses pengkondisian yang buruk terhadap mentalnya itu menumbuhkan macam-macam simtom mental yang patologis atau menimbulkan macam-macam gangguan mental (Kartono, 2000: 95).

Di bawah ini akan dibahas gejala-gejala neurosis (Kartono, 2000: 96-126), sebagai berikut:

a. Histeria

Histeria adalah gangguan/ disorder psikoneurotik yang khas ditandai oleh emosionalitas ekstrim, mencakup macam-macam gangguan fungsi psikis, sensoris, motoris, vasamor (syaraf yang membesarkan

atau mengecilkan pembuluh-pembuluh darah) dan pencernaan sebagai produk dari represi terhadap macam-macam konflik dalam kehidupan kesadaran.

b. Dissosiasi kepribadian

Dissosiasi kepribadian dapat diartikan sebagai terputusnya hubungan antara pikiran, perasaan, tindakan dan rasa seseorang dengan kesadaran atau situasi yang sedang berlangsung. terdiri dari:

1) Fugue

Merupakan pelarian amnesik, yaitu usaha melarikan diri disertai kondisi amnesia (kehilangan ingatan) dan adanya kondisi dissosiasi dengan lingkungan. Penderita cenderung melarikan diri secara fisik dan psikologis ke dalam angan-angan dan khayalan dan lari dari lingkungannya. Ada usaha-usaha untuk melupakan kenang-kenangan yang tidak menyenangkan dengan jalan menekan kenang-kenangan tadi ke dalam ketidaksadaran, karena semua pikiran dan perasaan-kenangan tersebut dianggap sebagai pelanggaran terhadap martabat egonya.

2) Somnambulisme

Somnambulisme disebut juga dengan sleepwalking atau tidur berjalan. Melakukan perbuatan-perbuatan kompleks ketika sedang tidur, seperti dalam keadaan trance (seperti dalam mimpi yang spiritis). Selagi tidur individu melakukan kembali beberapa pengalaman seperti yang dilakukan sewaktu ia terjaga.

3) *Multiple Personality*

Multiple personality atau kepribadian ganda adalah kondisi patologis dengan kepribadian yang terbelah dalam dua atau lebih kepribadian. Masing-masing memanifestasikan diri dalam satu integrasi yang relatif komplisit dari jatidirinya dan sifatnya relatif bebas tidak terkait dengan kepribadian lainnya.

c. Psikastenia

Ada kecenderungan yang sangat kuat untuk berfikir-merasa-berbuat sesuatu pada penderita ini, akan tetapi pada saat yang sama semuanya dirasakan sebagai hal yang harus ditolak, irrasional dan tidak perlu dipikirkan, dirasakan dan dilakukan. Terdapat juga kelemahan mental, sehingga energi psikisnya menjadi sangat berkurang.

d. *Tics*

Tics adalah macam-macam gerak facial atau gerak muka/ wajah seperti dipaksakan, berupa gerak-gerak pengejangan yang habitual dari satu kelompok kecil ke otot-otot tertentu. Misalnya mengedipkan mata secara khas, mengerut-ngerut dahi, menggerak-gerakkan kepala, mengerut-ngerutkan pipi dan lain-lain.

e. Hipokondria

Hipokondria adalah suatu perhatian penuh kerisauan hati yang dibesar-besarkan atau dilebih-lebihkan pada kesehatan pribadi.

Penderita mengalami kecemasan kronis yang berlebih-lebihan dan selalu merasa takut yang patologis terhadap kesehatan sendiri.

f. *Neurasthenia*

Neurasthenia adalah psikoneurosa ditandai oleh adanya kondisi syaraf-syaraf yang sangat lemah, tanpa memiliki energi hidup, dan selalu merasa lemah. Kecemasan dibarengi perasaan nyeri dan sakit di bagian tubuhnya, sehingga individu menjadi malas berbuat sesuatu. *Neurasthenia* dianggap sebagai gangguan/ penyakit fungsional.

g. *Anxiety Neurosis*

Anxiety neurosis ialah ketakutan yang tidak bisa diidentifikasi dengan satu sebab khusus dan dalam banyak peristiwa merambat serta mempengaruhi wilayah-wilayah dalam kehidupan seseorang.

h. *Psikosomatisme*

Psikosomatisme adalah bentuk penyakit jasmani yang ditimbulkan oleh kombinasi dari faktor organis dan psikologis.

i. *Peptic Ulcer*

Peptic ulcer disebut juga *maagzweer*, berupa peradangan yang disebabkan oleh banyaknya asam lambung dalam usus 12 jari (*duodenum*) sehingga terjadi pengasaman dan penggerogotan terhadap usus-usus. Terjadinya *Peptic ulcer* adalah sebagai berikut: bekerjanya perut yang normal itu selalu dibantu oleh sekresi-sekresi lendir yang bisa menetralkan atau melawan bekerjanya asam

lambung. Jika bekerjanya lendir itu terganggu disebabkan oleh gangguan-gangguan emosi dan konflik-konflik batin, maka asam lambung menjadi terlalu banyak dan konsentrasinya jadi terlalu kuat, sehingga merusak serta menimbulkan luka-luka pada usus dan lambung.