

BAB II

TERAPI PSIKORELIGIUS DAN NARKOBA

A. Terapi Psikoreligius

1. Definisi Terapi Psikoreligius

Terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, pengobatan penyakit dan perawatan penyakit. Dalam bidang medis, kata terapi sinonim dengan kata pengobatan.¹

Menurut kamus lengkap psikologi, terapi adalah suatu perlakuan dan pengobatan yang ditujukan kepada penyembuhan suatu kondisi patologis (pengetahuan tentang penyakit atau gangguan).²

Terapi juga dapat diartikan sebagai suatu jenis pengobatan penyakit dengan kekuatan batin atau rohani, bukan pengobatan dengan obat-obatan.³

Sedangkan psikoreligius berasal dari dua kata, yaitu *psiko* dan *religijs*. Psiko berasal dari kata *Psyche* (Inggris) dan *Psuche* (Yunani) artinya: nafas, kehidupan, hidup, jiwa, roh, sukma dan semangat.⁴

Jiwa Yaitu sesuatu yang menyangkut batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan/tenaga, bukan hanya pembangunan fisikyng di perhatikan, melainkan juga pembangunan psikis.⁵ Disini mental dihubungkan dengan akal, fikiran, dan ingatan, maka akal haruslah dijaga dan dipelihara olah karena itu dibutuhkan mental yang sehat agar tambah sehat. Sesungguhnya ketenangan hidup, ketenteraman jiwa dan kebahagiaan hidup tidak hanya tergantung pada faktor luar saja, seperti ekonomi, jabatan, status sosial dimasyarakat, kekayaan dan lain-lain, melainkan lebih bergantung pada sikap dan cara menghadapi faktor-faktor

¹ Suharso dan Ana Retnoningsih, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Semarang: Widya Karya, 2013), h. 506

² J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Trans. Kartini Kartono (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2001), h. 507

³ Yan Pramadya Puspa, *Kamus Umum Populer*, (Semarang: CV Aneka Ilmu, 2003), h. 340

⁴ Kartini Kartono, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: Mundur Maju, 1989), h. 3

⁵ Amin Syukur, *Pengantar Psikologi Islam*, , (Semarang: Duta Grafika 1991), h, 110

tersebut. Jadi yang menentukan ketenangan dan kebahagiaan hidup adalah kesehatan mental/jiwa, kesehatan mental dan kemampuan menyesuaikan diri.⁶

Mental yang sehat (secara psikologi) menurut Maslow dan Mitlemen adalah sebagai berikut:

- a. *Adequate feeling of security*: rasa aman yang memadai yaitu berhubungan dengan merasa aman dalam hubungannya dengan pekerjaan, sosial dan keluarganya.
- b. *Adequate self-evaluation*: kemampuan memulai dari diri sendiri.
- c. *Adequate spontaneity and emotionality*, memiliki spontanitas dan perasaan yang memadai dengan orang lain.
- d. *Efficient contact with reality*, mempunyai kontak yang efisien dengan realitas. *Adequate bodily desires and ability to gratify them*, keinginan-keinginan jasmani yang memadai dan kemampuan untuk memuaskannya.
- e. *Adequate self-know ledge*, mempunyai pengetahuan yang wajar.
- f. *Integrition and concistency of personality*, kebribadian yang utuh dan konsisten
- g. *Adequate life good*, memiliki tujuan hidup yang wajar
- h. *Ability to satisfy the requirements of the group*, kemampuan memuaskan tuntutan kelompok
- i. *Adequate emancipation from the group or culture*, mempunyai emansipasi yang memadai dari kelompok atau budaya.⁷

Sedangkan *religi* merupakan kata sifat dari kata benda *religi*, yang berarti berhubungan dengan agama atau keagamaan.⁸ Kata *religie* sendiri berasal dari bahasa belanda.⁹ Pendapat lain mengatakan, *religi* berasal dari kata "*relegere*" yang berarti mengumpulkan dan membaca.

⁶ Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Psikologi Islam*, (Jakarta: Hajimas Agung, 1998), h. 16

⁷ Umar AR. *Materi Kuliah Kesehatan Mental*, h. 29-30

⁸ Surawan Partimus, *Kamus dan Kata Serapan*, (Jakarta: Pustaka Utama, 2001), h. 513

⁹ Ali Anwar, dkk, *Ilmu Perbandingan Agama dan Filsafat*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005),

Jadi *religi*, mengandung pengertian mengumpulkan cara-cara mengabdikan kepada Tuhan, dan ini terkumpul dalam kitab suci yang harus dibaca. Ada juga yang mengatakan, *religi* berasal dari kata "*religare*" yang berarti mengikat. Ini karena ajaran-ajaran agama (*religi*) memang mempunyai sifat mengikat bagi manusia (pemeluknya), dalam agama terdapat pula ikatan antara diri (hamba) dengan Tuhannya.¹⁰

Religi yang artinya agama, berasal dari akar kata Sanskerta *gam* yang artinya pergi, kemudian setelah mendapat awalan *a* dan akhiran *a* (*a-gam-a*) artinya menjadi jalan. Jadi, agama adalah suatu jalan yang harus diikuti, supaya orang dapat sampai ke suatu tujuan yang mulia dan suci. Pengertian yang lebih populer adalah agama berasal dari *a* yang artinya tidak, dan *gama* yang berarti kacau, jadi agama ialah (yang membuat sesuatu) tidak kacau.¹¹

Secara terminologi, agama adalah mempercayai tentang adanya kekuatan kodrat yang Maha mengatasi, menguasai, menciptakan dan mengawasi alam semesta.¹²

Agama juga merupakan salah satu aspek terpenting bagi kehidupan manusia, karena agama bagi manusia adalah merupakan undang-undang dasar dan pedoman hidup (*way of life*) dalam hidup dan kehidupannya.¹³

Menurut Dadang Kahmadi, agama adalah keyakinan adanya Tuhan Yang Maha Pencipta, Maha Mengadakan, Pemberi bentuk dan pemelihara segala sesuatu, serta hanya kepada-Nya dikembalikan segala urusan.¹⁴

Dengan mengetahui definisi dari psiko dan relegius, maka dapat ditarik kesimpulan, psikoreligius adalah segala aktivitas yang berhubungan dengan ajaran agama berdasarkan peraturan atau perundang-undangan yang

¹⁰ Muhaimin, *Problematika Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1989), h. 6

¹¹ Humaidi Tatapangarsa, *Pendidikan Agama Islam Untuk Mahasiswa*, (Surabaya: IKIP Malang, 1991), h. 3

¹² Machbub Nurhasyim, *Sejarah Agama*, (Semarang: Fakultas USH IAIN Walisongo Semarang, 1984), h. 3

¹³ *Ibid.*, h. 1

¹⁴ Dadang Kamadi, *Sosiologi Agama*, (Jakarta: Remaja Rosdakarya, 2000), h. 13

terkandung di dalamnya, dimana aktivitas keagamaan yang dilakukan itu mempunyai pengaruh terhadap kondisi mental seseorang.

Berdasarkan pengertian terapi dan psikoreligius di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terapi psikoreligius (keagamaan) secara Islami, yaitu suatu perlakuan dan pengobatan yang ditujukan kepada penyembuhan suatu penyakit mental, kepada setiap individu, dengan kekuatan batin atau ruhani, yang berupa ritual keagamaan bukan pengobatan dengan obat-obatan, dengan tujuan untuk memperkuat iman seseorang agar ia dapat mengembangkan potensi diri dan fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal, dengan cara mensosialkan nilai-nilai yang terkandung di dalam al-Quran dan as-Sunnah ke dalam diri. Sehingga ia dapat hidup selaras, seimbang dan sesuai dengan ajaran agama.

2. Pelaksanaan Terapi Psikoreligius

Pelaksanaan terapi psikoreligius berbentuk berbagai ritual keagamaan, yang dalam agama Islam seperti melaksanakan shalat, puasa berdo'a, berdzikir, membaca shalawat, mengaji (membaca dan mempelajari isi kandungan al-Quran), siraman ruhani dan membaca buku-buku keagamaan yang berkaitan dengan agama.¹⁵

Dari berbagai ritual keagamaan di atas, yang ingin diuraikan oleh penulis adalah shalat, doa, dzikir dan mandi taubat.

a. Shalat

Menurut bahasa, shalat berarti doa. Sedangkan menurut syara', shalat berarti menghadapkan jiwa dan raga kepada Allah dengan khusuk, sebagai wujud ketaqwaan seorang hamba kepada Tuhannya dan mengagungkan kebesaran-Nya, yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, menurut cara-cara dan syarat-syarat yang telah ditentukan.¹⁶

¹⁵ Dadang Hawari, *Penyalahgunaan dan Ketergantungan NAZA*, (Jakarta: Fakultas Kedokteran UI, 2003), h. 139-140

¹⁶ M. Ali Hasan, *Hikmah Shalat dan Tuntunannya*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2000), h. 19

Menurut M. Amin Syukur, shalat adalah aktifitas fisik dan psikis. Kedua hal tersebut tidak dapat dipisahkan, seseorang yang shalat, berarti ia memadukan aktifitas fisik dan psikis secara bersamaan, dalam istilah ilmiyahnya yaitu memadukan antara kecerdasan intelektual, emosional dan spiritual. Jadi ketika tubuh bergerak, maka otak memegang kendali, ingatan seseorang tertuju pada bacaan dan jenis gerakan, dalam waktu yang sama, hati mengikuti dan membenarkan tindakan.¹⁷

Pada saat seseorang sedang shalat (khusuk), maka seluruh pikirannya terlepas dari segala urusan dunia yang membuat jiwanya gelisah. Setelah menjalankan shalat, ia senantiasa dalam keadaan tenang, sehingga secara bertahap kegelisahan itu akan mereda¹⁸

Keadaan yang tenang dan jiwa yang tenang yang dihasilkan oleh shalat, mempunyai dampak terapi yang penting dalam meredakan ketegangan syaraf yang timbul akibat berbagai tekanan kehidupan sehari-hari, dan menurunkan kegelisahan yang diderita oleh sebagian orang.¹⁹ Hal ini karena shalat merupakan salah satu bentuk dzikir kepada Allah dan dzikir akan bisa menimbulkan ketenangan batin. Sebagaimana dijelaskan dalam al-Qur'an S. al-Ra'du ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya:

“yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka tenang, ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang” (Q.S. al-Ra'du {13}: 28).

¹⁷ M. Amin Syukur, *Sufi Healing*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012), h. 82

¹⁸ M. Ustman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1985), h. 310-

¹⁹ M. Ustman Najati, *Al-qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung:Pustaka Hidayah,1985), h. 308

Mengapa tenang? Karena dengan mengingat Allah, otak manusia akan mencairkan kimia kebahagiaan yang disebut *Endorphine*.²⁰

Dalam sebuah kajian medik, teori *Psiko-Neuro-Endoktrin-Imonologi* (PIN) menjelaskan bahwa dengan hati yang tenang akan mempengaruhi syaraf, dan syaraf akan mempengaruhi sistem kelenjar, kelenjar akan mengeluarkan hormon (dalam tubuh) yang disebut endoktrin yang sehat, yang akan berpengaruh kepada imunitas dan kesehatan fisik. Dengan demikian, sel-sel radikal (kanker) atau penyakit lain akan terhenti bahkan hilang. Namun sebaliknya, jika hati seseorang suka stress, marah, rakus dan sebagainya, maka cairan tubuh yang muncul adalah cairan racun, dan fisik seseorang menjadi lemah, serta mudah terserang penyakit.²¹

Pada dasarnya tujuan dari shalat sendiri bukanlah untuk kepentingan Sang Pencipta, melainkan untuk kepentingan manusia itu sendiri, agar dalam hidupnya senantiasa mendapatkan derajat, ketenangan dan kebahagiaan hidup di dunia maupun kelak di akhirat.²²

b. Do'a

Menurut bahasa, do'a artinya permohonan atau panggilan. Sedangkan menurut istilah syar'i, do'a berarti meminta pertolongan kepada Allah SWT, berlindung kepada-Nya dan memanggil-Nya, demi mendapatkan manfaat atau kebaikan dan menolak gangguan atau bala.²³

Do'a juga merupakan kesempatan manusia mencurahkan isi hatiya kepada Tuhan, menyatakan kerinduan, ketakutan dan kebutuhan manusia kepada Tuhan.²⁴

²⁰ M. Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dalam Literatur Tasawuf*, (Semarang: Walisongo Press, 2011), h. 80-81

²¹ *Ibid.*, h. 81

²² Muhammad Noor, dkk, *Al-Qur'an al-Karim dan Terjemahnya*, (Semarang: CV. Toha Putra, 1996), h. 321

²³ M. Amin Syukur, *op. cit.*, h. 79

²⁴ Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, (Jakarta: Pustaka Irvan, 2007), h. 97

Menurut Dadang Hawari, do'a adalah permohonan yang dipanjatkan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa, Maha Pengasih, Maha Penyayang dan Maha Pengampun.²⁵ Seorang Muslim yang berdo'a kepada Allah berarti ia sedang memohon dan meminta sesuatu kepada-Nya.²⁶

Perbuatan yang sangat dianjurkan oleh Allah ini sesuai dengan Firman-Nya.

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي
سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ (المؤمنون: 60)

Artinya:

"Dan Tuhanmu berfirman: Berdo'alah kepada-Ku, niscaya akan kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah-Ku (berdoa) akan masuk neraka jahannam dalam keadaan hina dina". (QS. Al-Mukminun: 60)

Dipandang dari sudut ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa, do'a mengandung unsur psikoterapeutik yang mendalam. Psikoreligius terapi ini tidak kalah pentingnya dengan psikoterapi psikiatrik, karena doa mengandung unsur spiritual/kerohanian yang dapat membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme (harapan kesembuhan). Dua hal ini, yaitu rasa percaya diri (*self confident*) dan optimisme, merupakan dua hal yang amat esensial bagi penyembuhan suatu penyakit disamping obat-obatan dan tindakan medis yang diberikan.²⁷

Sebagai terapi, do'a merupakan sebuah terapi yang luar biasa. Banyak orang yang sembuh penyakitnya hanya dengan beberapa ucapan do'a dari orang-orang tertentu. Dadang Hawari, dalam bukunya "*Dimensi Religi dalam Praktik Psikiatri dan Psikologi*", mengoleksi banyak hasil penelitian dari para ahli mengenai do'a sebagai "obat". Para peneliti itu antara lain: Mattews (1996) dari Universitas

²⁵ Dadang Hawari, *Do'a dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2008), h. 6

²⁶ Hussein Bahreisj, *Doa Terkabul*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1991), h. 165

²⁷ Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (yogyakarta: PT. Dana Bakti Prima Yasa, 1999), h. 478

Georgetown, Amerika Serikat, yang menyatakan bahwa dari 212 penelitian yang telah dilakukan oleh para ahli sebelumnya, ternyata 75 % menyimpulkan adanya pengaruh positif pada pasien, dan hanya 7 % yang menyatakan pengaruh negatif do'a terhadap hasil terapi. Manfa'at doa terhadap proses kesembuhan pasien terutama terletak pada berbagai penyakit, seperti depresi, kanker, hipertensi, jantung dan penyalahgunaan NAZA (Narkoba, Alkohol dan Zat Aditif). Selain itu hasil survey majalah TIME, CNN dan USA Weekend (1996), membuktikan bahwa lebih dari 70 % pasien percaya bahwa do'a dapat membantu mempercepat kesembuhan. Hal ini juga didukung oleh penelitian Snyderman (1996) dan Christy (1998), yang menyatakan bahwa do'a dan dzikir juga merupakan "obat" bagi penderita selain obat dalam pengertian medis (Dadang Hawari, 2002: 156-158).²⁸

c. Dzikir

Dzikir, secara etimologi berasal dari kata: *dzakara*, *yadzkuuru*, *dzikran*, yang berarti menyebut dan mengingat. Sedangkan secara terminologis, definisi dzikir banyak sekali. *Ensiklopedi Nasional Indonesia* menjelaskan, dzikir adalah ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran-Nya, ke-Maha suci-Nya ke-Maha terpuji-Nya dan ke-Maha besar-Nya.²⁹

Menurut Dadang Hawari, dzikir adalah suatu amalan dalam bentuk yang diucapkan secara lisan ataupun dalam hati yang berisikan permohonan kepada Allah SWT dengan mengingat nama-Nya dan sifat-Nya.³⁰

Sedangkan Sa'id Ibnu Jubair RA Menjelaskan, yang dimaksud dengan dzikir adalah suatu ketaatan yang diniatkan kepada Allah SWT. Hal itu berarti tidak terbatas masalah tasbih, tahmid, tahlil dan takbir,

²⁸ M. Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi dalam, op. cit.*, h.76-77

²⁹ In'amuzzahidin Masyhudi, dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat*, (Semarang: Syifa press, 2006), h. 7-8

³⁰ Dadang Hawari, *Doa dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis, op. cit.*, h. 6-7

tapi dzikir adalah semua aktifitas manusia yang diniatkan kepada Allah SWT.³¹

Ibnu Atha'allah As-Sakandi membagi dzikir menjadi tiga bagian, yaitu:

1) dzikir *jali* (nyata, jelas)

dzikir *jali* adalah suatu perbuatan mengingat Allah SWT dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti pujian, rasa syukur dan doa kepada Allah SWT dengan suara yang jelas.

2) dzikir *khafi* (dzikir samar-samar)

dzikir *khafi* adalah dzikir yang dilakukan secara khusyu' oleh ingatan hati, baik disertai dzikir lisan ataupun tidak.

3) dzikir *haqiqi* (dzikir yang sebenar-benarnya)

dzikir *haqiqi* adalah tingkat dzikir yang paling tinggi, yang dilakukan oleh seluruh jiwa raga, lahiriyah dan bathiniyah, kapan dan dimana saja.³²

Sama halnya dengan doa, dzikir juga mengandung unsur kerohanian/keagamaan yang dapat membangkitkan rasa percaya diri (*self confidence*) dan keimanan (*faith*) pada diri orang yang sedang sakit, sehingga kekebalan tubuh meningkat, sehingga mempercepat proses penyembuhan.³³

M. Amin Syukur mengatakan, ada beberapa manfaat yang dapat dipetik melalui berdzikir, yaitu memantapkan iman, memperkuat energi akhlak, terhindar dari bahaya dan terapi jiwa, serta yang paling penting adalah terapi fisik.³⁴

Hal ini sesuai dengan konsep yang dikemukakan oleh Hendra tentang penelitian dzikir (*Laa ilaaha illallah dan Astaghfirullah*) yang diberikan oleh dr. Arman Yurisaldi Saleh yang mengungkapkan

³¹ Abu Wardah bin Askat, *Wasiat Dzikir dan Doa Rasulullah*, (Yogyakarta: Media Insani, 2003), h. 6

³² M. Amin Syukur, *Sufi Healing*, (Semarang: Walisongo Press, 2011), h.69

³³ Dadang Hawari, *Integrasi Agama Dalam Pelayanan Medik*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2008), h. 7

³⁴ M. Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi dalam, op. cit.*, h.70-71

fenomena dzikir ini melalui pendekatan ilmiah *neuro science*. Beliau adalah seorang spesialis syaraf sekaligus seorang klinisi yang sering menangani dan menerima konsultasi penyakit-penyakit syaraf.

Berdasarkan pengalaman empiris, didukung pengamatan langsung terhadap pasien dan disertai studi literatur yang serius, dr. Yurisaldi akhirnya sampai pada kesimpulan adanya hubungan yang erat antara pelafalan huruf (*makharijul huruf*) pada bacaan dzikir *Laa ilaaha illallah* dan *Astaghfirullah* dengan tampilan klinis (kondisi fisik dan psikis) seseorang yang membacanya. Dzikir yang berdampak positif terhadap kesehatan syaraf dan tubuh ini tentu saja adalah dzikir yang dilafalkan secara baik dan benar sesuai aturan dalam ilmu tajwid dan difahami arti dan dihayati maknanya disertai dengan kesungguhan (*mujahadah*). Dari kajian ilmu tajwid (ilmu yang mempelajari cara membaca al-Qur'an), penulis ini mengetahui bahwa kalimat dzikir *Laa ilaaha illallah* dan *Astaghfirullah* mengandung dampak yang luar biasa. Dalam *Laa ilaaha illallah* terdapat huruf jahr yang diulang sebanyak tujuh (7) kali, yaitu huruf lam, dan dalam *astaghfirullah* terdapat huruf ghain, ra dan dua buah lam. Dari kedua kalimat dzikir itu maka ada empat huruf jahr yang harus dilafalkan seara keras/jelas. Hasilnya adalah bahwa udara yang keluar dari paru-paru melalui mulut akan lebih banyak dibandingkan dengan bacaan pada kalimat dzikir yang lain, seperti *Subhanallah* (dua huruf jahr), *Allahu akbar* (tiga huruf jahr) dan *Alhamdulillah* (dua huruf jahr). Ditinjau secara medis-klinis, jika kita melafalkan kalimat dzikir *Laa ilaaha illallah* dan *Astaghfirullah* secara benar sesuai ilmu tajwid berarti kita sedang mengeluarkan karbondioksida lebih banyak saat udara diembuskan keluar mulut, dibandingkan dengan jika kita membaca kalimat zikir yang mengandung lebih sedikit huruf jahr. Kalimat dzikir yang lain seperti dzikir *Asmaul husna*, *shalawat Nariyah* dan sebagainya, tetap bermanfaat memberikan dampak ketenangan. Dampak sehatnya adalah ketika seseorang melakukan dzikir secara intens dan khusyuk seraya

memahami dan menghayati artinya, pembuluh darah di otak akan membuat aliran karbondioksida yang keluar dari pernafasan menjadi lebih banyak. Kadar karbondioksida di otak pun akan menurun dengan teratur. Sehingga tubuh pun akan segera menampilkan kemampuan refle/kompensasi rileks. Rangkaian proses pengeluaran karbondioksida yang merupakan oksidan/gas buangan metabolit dan proses neurosis tersebut ternyata mempunyai efek positif bagi pembaca dzikir.³⁵

d. Mandi Taubat

Mandi taubat dalam istilah Fiqh diartikan mandinya seseorang setelah ia masuk Islam. Sedangkan mandi taubat dalam istilah riyadhah (ritual tertentu untuk mendapatkan yang dikehendaki) sering diartikan mandi sebagai awal bentuk penyucian lahir dan bathin seseorang untuk menghadap Sang Khaliq.³⁶

Pada dasarnya segala bentuk ibadah dalam Islam dilakukan dalam keadaan suci. Secara psikologis, bagian bagian tubuh yang dicuci mempunyai arti simbolik, dalam berwudlu misalnya, mencuci muka adalah bagian tubuh yang paling berperan dalam kehidupan sehari-hari sebagai pembawaan ekspresi jiwa, lengan adalah bagian ekspresi keinginan jiwa, kepala sebagai pencetus ide dan kaki sebagai salah satu pelaksana keinginan jiwa. Sementara arti psikodinamikanya adalah berdampak terhadap perubahan tingkah-laku yang akan selalu didasari dengan kesucian jiwa.³⁷

Mandi taubat ini merupakan hal yang penting dalam proses penyadaran dan membersihkan kotoran dan najis yang menempel di tubuh dan jiwa, juga untuk memperlancar peredaran darah di dalam tubuh.

Bila ditinjau secara ilmiah, pada waktu malam hari kulit dan daging dalam keadaan mengendur dan syaraf-syaraf sedang tegang,

³⁵ <http://www.banyuasinkab.go.id/tampung/dokumen/dokumen-15-34.pdf>

³⁶ <http://lintasanriucul.blogspot.com/2013/03/hukum-mandi-taubat.html>

³⁷ Anang Syah, *Pembinaan Inabah I Pondok Pesantren Suryalaya*, (Bandung : Wahana Karya grafika, 2000), h.23

kemudian ketika diguyur dengan air dingin, maka kulit dan daging akan kembali pada posisi yang sebenarnya sehingga tubuh menjadi segar bugar.³⁸

Jika ditinjau dari kesehatan dan penelitian kesehatan, ternyata mandi dengan air dingin pada sepertiga malam (sekitar pukul 2-3 pagi sebelum subuh) memiliki manfaat yang sangat besar, diantaranya adalah:

- meningkatkan sel darah putih dalam tubuh. Bila sel darah putih dalam tubuh meningkat, maka daya tahan dan kemampuan tubuh dalam melawan virus pun akan semakin meningkat. Manfaat positifnya tubuh akan menjadi lebih prima dan tidak mudah sakit karena daya tahan tubuh selalu terjaga dengan baik
- menurunkan resiko timbulnya darah tinggi, varises dan mengerasnya pembuluh darah. Hal ini disebabkan karena mandi air dingin akan melancarkan seluruh sirkulasi darah ke organ-organ tubuh
- berpengaruh pada kejiwaan, kebiasaan mandi seperti ini memiliki efek relaksasi pada tubuh. Tubuh akan menjadi lebih rileks dan pikiranpun menjadi tenang³⁹

3. Metode Terapi Psikoreligius

a. Metode Wawancara

Adalah salah satu cara memperoleh fakta-fakta kejiwaan yang dapat dijadikan bahan pemetaan tentang bagaimana sebenarnya hidup klien bimbing pada saat tertentu yang memerlukan bantuan.

Segala fakta yang diperoleh dari klien dicatat secara teratur dan rapi di dalam buku catatan (*cumulativae records*) untuk klien yang bersangkutan serta disimpan baik-baik sebagai file (dokumen penting). Pada saat dibutuhkan catatan pribadi tersebut dianalisa dan diidentifikasi untuk bahan pertimbangan tentang metode apakah yang lebih tepat bagi bantuan yang harus diberikan kepadanya.

³⁸ *Ibid.*, h. 22

³⁹ <http://www.dokumenpemudatqn.com/2012/11/manfaat-mandi-taubat-di-sepertiga-akhir.html#ixzz32ktv8LXY>

b. Metode *Group Guidance* (bimbingan secara berkelompok)

Cara pengungkapan jiwa atau batin serta pembinaannya melalui kegiatan kelompok seperti ceramah, diskusi, seminar, simposium, atau dinamika kelompok (*group dynamics*) dan sebagainya.

Metode ini baru dapat berjalan dengan baik bilamana bimbingan secara kelompok memenuhi persyaratan sebagai berikut:⁴⁰

- 1) Usahakan agar bimbingan kelompok dapat berlangsung dengan tenang, jauh dari gangguan apapun serta tempat tersebut cukup sehat karena cukup ventilasi udaranya dan cahaya sinar matahari atau lampu.
- 2) Usahakan agar kelompok tersebut tidak terlalu besar, sebaliknya jangan lebih dari 13 orang.
- 3) Secara periodik, bimbingan kelompok perlu dilaksanakan dan diisi dengan ceramah-ceramah tentang hal-hal atau topik-topik masalah yang berakaitan dengan pengembangan karier, tentang pekerjaan dan jabatan-jabatan swasta/pemerintahan yang tersedia, tentang orientasi lanjutan di lembaga-lembaga pendidikan yang lebih tinggi.

c. Metode *Non Direktif* (cara yang tidak mengarahkan)

Cara lain untuk mengungkapkan segala perasaan dan fikiran yang tertekan, sehingga menjadi penghambat kemajuan klien adalah metode non direktif.

Metode ini di bagi menjadi dua macam yaitu:

1) Metode *Client centered*

Yaitu metode ini terdapat dasar pandangan bahwa klien sebagai makhluk yang bulat yang memiliki kemampuan berkembang sendiri dan sebagai pencari kemantapan diri sendiri (*self consistency*). Jadi bilamana konselor mempergunakan metode ini maka ia harus bersikap sabar mendengarkan dengan penuh perhatian segala ungkapan batin klien yang diutarakan kepadanya,

⁴⁰ *Ibid.*, hlm. 47

dengan demikian seolah-olah konselor pasif, tetapi sesungguhnya aktif menganalisa segala apa yang dirasakan oleh klien sebagai beban batinnya.

2) Metode *Edukatif*

Yaitu cara pengungkapan tekanan perasaan yang menghambat perkembangan klien dengan mengorek sampai tuntas perasaan/sumber perasaan yang menyebabkan hambatan dan ketegangan dengan cara-cara *oikeint centered*, yang diperdalam dengan permintaan/pertanyaan yang motivatif dan persuasif (meyakinkan) untuk mengingat-ingat dan serta didorong untuk berani mengungkap perasaan tertekan sampai ke akar-akarnya. Dengan cara demikian, dapat terlepas dari dari penderitaan batin yang bersifat *obsentif* (pada hal yang menyebabkan ia terpaksa pada hal-hal yang menekan batinnya).

d. Metode *Psikoanalitik* (penganalisan jiwa)

Metode ini berasal dari teori psiko-analisa Freud yang dipergunakan untuk mengungkapkan segala tekanan perasaan terutama perasaan yang sudah lagi tidak disadari. Menurut teori ini, manusia yang senantiasa mengalami kegagalan usaha dalam mengejar cita-cita atau keinginan, menyebabkan timbulnya perasaan tertekan yang makin lama makin menumpuk. Bilamana tumpukan perasaan gagal tersebut tidak dapat diselesaikan, maka akan mengendap ke dalam lapisan jiwa bawah sadarnya. Untuk memperoleh data tentang jiwa tertekan bagi penyembuhan klien tersebut, diperlukan metode psikoanalitik yaitu menganalisa gejala tingkah laku baik melalui mimpi atau ataupun melalui tingkah laku yang serba salah itu terjadi ulang-ulang.

e. Metode *Direktif* (metode yang bersifat mengarahkan)

Metode ini lebih bersifat mengarahkan pada anak bombing untuk berusaha mengatasi segala kesulitan (problema) yang dihadapi. Pengarahan yang diberikan kepada klien ialah dengan memberikan

secara langsung jawaban-jawaban terhadap permasalahan yang menjadi sebab kesulitan yang dihadapi/dialami klien.

- f. Metode yang lainnya berkaitan dengan sikap sosial dalam hubungannya dengan pergaulan klien sering dipakai metode sosiometri, yaitu suatu cara yang dipergunakan untuk mengetahui kedudukan anak bimbing dalam hubungan kelompok.⁴¹

4. Tujuan Terapi Psikoreligius

Adapun tujuan Terapi Psikoreligius adalah menyempurnakan diri (pribadi) dalam hubungan vertikal kepada tuhan (*hablum minallah*) dan horizontal terhadap sesama manusia (*hablum minannas*) atau alam sekitarnya (*hablum minal 'alam*), sehingga terwujud keselarasan dan keseimbangan hidup menurut fitrah kejadiannya.⁴²

Sedangkan menurut Zakiah Daradjat (2001), melalui pembinaan agama atau terapi religius menghasilkan orang yang dengan sendirinya akan menjadikan agama sebagai pedoman, pengendali tingkah laku dan gerak-gerik dalam kehidupan sehari-hari.⁴³

Lebih jelasnya tujuan terapi psikoreligius dapat penulis kemukakan untuk menjadikan manusia yang berakhlak mulia dan sempurna, guna terciptanya masyarakat/manusia yang taat kepada agama, dimana agama menjiwai dalam kehidupan, tingkah laku dan perbuatan manusia, sehingga akan tercipta masyarakat yang adil, aman dan tentram demi mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Hidup akan bermakna bila disertai dengan agama dan sebaliknya tanpa agama hidup tidak akan merasa tenang, bahkan jiwanya dapat terganggu yang selanjutnya dapat mengakibatkan timbulnya gangguan-gangguan kejiwaan.

⁴¹ M. Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Golden Terayon, Press, 1994), hlm. 43

⁴² Hamdani Khalifah, *Membina Kepribadian Masyarakat Melalui Pengalaman Agama*, (Jakarta: Proyek Pembinaan Kemahasiswaan, 1992), h. 4

⁴³ Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental Pokok-Pokok Keimanan*, (Jakarta: PT. Toko Gunung Agung, 2001), h. 4

B. Narkoba

1. Pengertian Narkoba

Narkoba ialah kepanjangan dari kata “Narkotika dan Obat-obat Berbahaya”. Sekarang ada beberapa istilah, yaitu ada yang memberi nama NAZA (Narkotika dan Zat Adiktif), atau ada yang menyebut NAPZA (Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif). Oleh karena itu, untuk mengetahui definisi dari narkoba, maka akan diuraikan pengertian dari kepanjangan Narkoba atau Napza.

Narkotika adalah zat/bahan aktif yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman yang dapat menyebabkan penurunan atau hilangnya kesadaran dari rasa sakit (nyeri), serta dapat menimbulkan ketergantungan (ketagihan).⁴⁴

Psikotropika adalah zat/bahan aktif bukan narkotika, bekerja pada sistem saraf pusat (otak) dan dapat menyebabkan perasaan khas pada aktifitas mental dan perilaku, serta dapat menimbulkan ketergantungan (ketagihan).⁴⁵

Alkohol adalah jenis minuman yang mengandung etil alkohol, yang mempunyai efek menekan aktivitas susunan saraf pusat.⁴⁶

Zat Adiktif adalah jenis zat/bahan aktif bukan narkotika atau psikotropika dan dapat menimbulkan ketergantungan (ketagihan).⁴⁷

Dari definisi di atas dapat ditarik kesimpulan seperti yang dikemukakan oleh Abu Al-Ghifari, bahwa narkoba adalah racun yang bukan saja merusak seseorang secara fisik tapi juga merusak jiwa dan masa depannya.⁴⁸

2. Jenis-jenis Narkoba

Narkoba dibagi dalam 3 jenis, yaitu Narkotika, Psikotropika dan Zat adiktif *lainnya*. Rinciannya adalah sebagai berikut:

⁴⁴ Edi Karsono, *Mengenal Kcanduan Narkoba dan Minuman Keras*, (Bandung: CV. Irama Widya, 2004), h. 11

⁴⁵ *Ibid.*, h. 13

⁴⁶ Abu Al-Ghifari, *Generasi Narkoba*, (Bandung: Mujahid Press, 2003), h. 13

⁴⁷ Edi Karsono, *op. cit.*, h. 13

⁴⁸ Abu Al-Ghifari, *op.cit.*, hlm. 9-10

a. Narkotika, Meliputi:

- 1) Kanabis atau ganja berasal dari tanaman sativa
- 2) Amfetamin zat perangsang sintetik yang berbentuk tablet, kapsul atau bentuk-bentuk lainnya
- 3) Ecstasy di kenal dengan nama MDMA
- 4) Shabu-shabu atau Methamfetamin
- 5) LSD asal dari jamur yang tumbuh dari kotoran sapi dikembangkan menjadi bubuk putih larur dalam air
- 6) Opium/Opiat berasal dari tanaman poppy yang dikeringkan berupa bubuk kristal putih yang disuling dari daun coca
- 7) Phencylidine (PCP)
- 8) Barbiturate
- 9) Benzoida zepine⁴⁹

b. Psikotropika, meliputi:

- 1) Golongan Psikodesleptika yaitu Asam Lisergik, Dietilamida/LSD (*Lisergic Acid diethylamide*), Meskalina, Psilosibina dan zat-zat lain yang khasiatnya serupa.
- 2) Golongan Stimulansia yaitu Amfetamine dan turunannya dan zat lain yang khasiatnya serupa.
- 3) Golongan Hipnotika yaitu Barbiturat dan zat lain yang khasiatnya serupa.
- 4) Golongan Ansiolitika dan zat lain yang khasiatnya serupa.⁵⁰

c. Zat Adiktif, meliputi:

- 1) Nikotin yang terdapat pada rokok
- 2) Coffie yang terdapat pada kopi
- 3) Kelompok alkohol dan minuman lain yang memabukkan dan menimbulkan ketagihan, seperti bir, wine dan arak,

⁴⁹ Dr. Ari Udiono, dr, Intan Zaenafree, *Klasifikasi Narkoba*, Mata Kuliah Psikofisiologi

⁵⁰ Dadang Hawari, *Al-qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*, Dana Bhakti Prima Yasa, Yogyakarta, 1996, hlm. 136-137

- 4) Inhalasi (gas yang di hirup) dan solvan (zat pelarut) mudah menguap berupa senyawa organik, yang terdapat pada berbagai barang keperluan rumah tangga, seperti: Lem, Tiner, Penghapus cat kuku, bensin, yang bila dihirup akan dapat memabukkan.⁵¹

3. Penyebab Penyalahgunaan Narkoba

Terlibatnya seseorang dalam penyalahgunaan narkoba, diakibatkan oleh beberapa faktor, diantaranya sebagai berikut.⁵²

a. Faktor Individu

- 1) Adanya kepercayaan bahwa obat dapat mengatasi semua permasalahan yang sedang dihadapi.
- 2) Harapan untuk memperoleh kenikmatan dari dampak obat yang dikonsumsi.
- 3) Untuk menghilangkan rasa sakit atau ketidaknyamanan yang sedang dirasakan.
- 4) Adanya tekanan dari kelompok sebaya sesama generasi muda untuk dapat diterima dalam kelompoknya.
- 5) Kurang memiliki rasa percaya diri.
- 6) Pernyataan tidak puas terhadap sistem atau nilai sosial yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat.
- 7) Sebagai pernyataan dirinya sudah dewasa.
- 8) Coba-coba atau ingin tahu.
- 9) Kurangnya perhatian dan pengawasan dari orang tua.
- 10) Beberapa alasan lain, misalnya: putus hubungan dengan pacar, kemauan tidak dituruti orang tua, keluarga tidak harmonis, dan lain-lain.

b. Faktor Lingkungan

- 1) Tempat tinggal berada di lingkungan para pengguna dan pengedar narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya.

⁵¹<http://fitriannisa259.wordpress.com/internet-design-and-web/artikel-pengetahuan-dan-jenis-jenis-narkoba-serta-dampaknya/>

⁵² Edy Karsono, *op. cit.*, h. 9

- 2) Lingkungan sekolah yang rawan terhadap peredaran narkoba, psikotropika dan zat adiktif lainnya.
- 3) Berteman dan bergaul dengan para pengedar dan pemakai narkoba, psikotropika dan zat adiktif lainnya.

c. Faktor Lain

- a) Jumlah atau jenis obat yang disalahgunakan serta tingkat penggunaannya yang bebas.
- b) Cara menggunakan mudah, misalnya: dihisap, ditelan, disuntik, dihirup, dan lain-lain.
- c) Penggunaan dapat dilakukan secara bersama-sama dalam kelompok.
- d) Karena sering menggunakan dan berpengalaman dalam penggunaan narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya.
- e) Kondisi badan yang memang membutuhkan akibat ketagihan.
- f) Suasana lingkungan yang memungkinkan obat-obat terlarang tersebut beredar.

4. Akibat yang Ditimbulkan dari Penyalahgunaan Narkoba

Penyalahgunaan narkoba memiliki berbagai dampak negatif, terutama terhadap kondisi fisik, mental, dan kehidupan sosial dari para pengguna narkoba. Dampak negatif tersebut antara lain sebagai berikut:⁵³

a. Kondisi fisik

- 1) Dampak yang ditimbulkan terhadap kondisi fisik, misalnya gangguan impotensi, konstipasi kronis, perforasi sekat hidung, kanker usus, artimia jantung, lever dan pendarahan otak.
- 2) Akibat bahan campuran atau pelarut menimbulkan infeksi dan emboli.
- 3) Akibat alat yang digunakan tidak steril, menimbulkan berbagai infeksi, berjangkitnya hepatitis, dan HIV serta AIDS.
- 4) Akibat tidak langsung, menimbulkan gangguan mal nutrisi, aborsi, kerusakan gigi, penyakit kelamin, dan gejala stroke.

⁵³ *Ibid.*, h. 67-78

b. Kondisi mental

- 1) Timbulnya perilaku yang tidak wajar.
- 2) Munculnya sindrom motivasional.
- 3) Timbulnya perasaan depresi dan ingin bunuh diri.
- 4) Gangguan persepsi dan daya pikir.

c. Kondisi kehidupan sosial

- 1) Gangguan terhadap prestasi sekolah, kuliah, dan bekerja.
- 2) Gangguan terhadap hubungan dengan keluarga, suami, istri, dan teman-temannya.
- 3) Gangguan terhadap perilaku yang normal, munculnya keinginan untuk mencuri, bercerai suami istri, dan melukai orang lain.
- 4) Gangguan terhadap keinginan yang lebih besar lagi dalam penggunaan narkoba.

Kartini Kartono menyebutkan, bahwa gejala-gejala umum yang destruktif pada peristiwa kecanduan narkoba dan obat berbahaya lainnya (narkoba) antara lain sebagai berikut:

- a. Fisik atau jasmaniyah: badan tidak terurus, menjadi semakin lemah, kurus kering, cekik, kumal, dan berbau, tidak suka makan, matanya sayu dan jadi merah, badan jadi ketagihan, system saraf melemah atau masak total, lalu timbul komplikasi kerusakan pada hati dan jantung, kondisi tubuh jadi rusak karena muncul macam penyakit lainnya.
- b. Psikis atau rohaniyah: Dia menjadi pembohong, pemalas, daya tangkap otaknya makin melemah fungsi inteletiknya jadi semakin rusak, tidak bisa bereaksi dengan cepat dan semua tugas dan pekerjaannya disia-siakan, ia menjadi mudah tersinggung, mudah marah, sangat eksplosif, dan hati nuraninya melemah. Semua tingkah lakunya hampir-hampir tidak terkendalikan oleh kesadaran, daya kemauannya musnah samasekali, sedang daya pikir dan perasaannya jadi rusak, jiwanya jadi murung depresif, aktivitasnya habis sama sekali.⁵⁴

⁵⁴ Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3: Gangguan-gangguan Kejiwaan*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2000), h. 66

5. Ciri-ciri Pecandu Narkoba

Ada beberapa ciri yang mudah dilihat pada anak yang sudah terlibat dalam penyalahgunaan narkoba, yaitu:⁵⁵

- a. Kesehatan dan emosi, ditandai dengan :
 - 1) Banyak menguap padahal tidak mengantuk
 - 2) Batuk atau pilek berkepanjangan
 - 3) Sering pusing, otot kaku, suhu tubuh tak normal (demam)
 - 4) Diare, perut melilit
 - 5) Sering membawa obat tetes mata untuk mengobati matanya yang sering berair atau merah.
 - 6) Sesak nafas.
 - 7) Takut air.
 - 8) Sering makan permen karet atau permen menthol untuk menghilangkan bau mulut.
 - 9) Mudah tersinggung.
 - 10) Agresif, yang ditandai sering berkelahi, tawuran, mabuk, terlibat kecelakaan mobil (menabrak orang maupun benda diam semacam pagar rumah orang lain).
 - 11) Senang menyetel musik keras-keras tanpa memperdulikan orang lain. Gaya musiknya berubah ke aliran keras.
 - 12) Emosi naik-turun.
- b. Perubahan sikap pribadi
 - 1) Sering mengunci diri dalam kamar.
 - 2) Tidak mengizinkan orang lain masuk ke kamarnya.
 - 3) Kamar penuh lilin dan pewangi ruangan.
 - 4) Di rumah ditemukan obat-obat serta timah, bau-bauan, dan lain-lain, yang tidak biasanya ada (terutama di kamar mandi dan kamar tidur si anak). Namun kalau sampai ditemukan jarum suntik ia akan menyangkal kalau itu miliknya.
 - 5) Menunjukkan sikap cuek.

⁵⁵ Abu Al-Ghifari, *op. cit.*, h. 21-23

- 6) Sering ingkar janji dengan berbagai alasan.
- 7) Malas mengurus diri.
- 8) Menyukai gaya berpakaian selebor.
- 9) Banyak menghabiskan waktu di kamar mandi.
- 10) Meninggalkan teman lama dan bergaul dengan teman baru yang tidak jelas identitasnya.
- 11) Jika ditanya, sikapnya defensif dan penuh dengan kebencian.
- 12) Tidak ragu untuk memukul orang atau berbicara kasar pada orang tua dan anggota keluarga lainnya.
- 13) Sering berbohong.
- 14) Manipulatif, bisa tiba-tiba tampak manis jika ada maunya.
- 15) Pupusnya nilai-nilai sebelumnya, misalnya ia sering terlibat pencurian atau pencopetan barang di tempat umum.

c. Masalah uang dan harta benda

- 1) Sering mengaku tidak punya uang (bokek).
- 2) Barang keluarga atau miliknya sering dikatakan hilang atau sedang dipinjam teman.
- 3) Sering mencuri uang atau barang di rumah, lalu menuduh pembantu atau siapa saja yang ada di rumah.
- 4) Mengajukan berbagai alasan untuk meminta uang kepada orang tua.
- 5) Sering menarik simpati orang dengan harapan bisa dipinjami uang.
- 6) Tidak peduli pada kebutuhan keluarga

d. Bila belajar

- 1) Motifasi belajarnya menurun.
- 2) Tidak disiplin.
- 3) Sering berkumpul dengan anak-anak sekolah yang mempunyai reputasi buruk.
- 4) Sering meminjam uang pada teman.

6. Ajaran Agama (Islam) Sebagai Terapi Bagi Pecandu Narkotika

Berbicara mengenai agama sebagai metode psikoterapi, maka tak lepas dari kehidupan motivasi beragama. Banyak manusia menganut

agama sebagai pelarian untuk mengatasi frustrasi yang dialami dalam hidupnya. Agama sebagai penyiaran panasnya kehidupan, yang dapat menumbuhkan tanaman. Dengan agama, manusia menjadi memiliki rasa damai, bahagia dan tentram.⁵⁶

Makna hidup yang tertinggi adalah pengabdian diri kepada Tuhan pencipta alam semesta. Hal ini merupakan bagian dari tujuan agama, karena agama bertujuan untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Agama mampu memberikan makna, arti dalam tujuan hidup, tanpa agama kehidupan manusia akan hampa, tidak bermakna dan bersifat mekanis seperti alat produksi. Agama mampu mengisi arti hidup dan kehidupan manusia, sehingga dapat digunakan untuk landasan filosofi penyembuhan manusia dan gangguan mental.⁵⁷

Dalam hal ini agama menawarkan makna hidup yang utuh dan kokoh, baik pada level individual maupun sosial dalam dimensi seluasluasnya. Dialah agama yang memberikan fungsi keseimbangan antara "*hablu minallah*" (hubungan manusia dengan Tuhan) dan "*habluminannas*" (hubungan manusia dengan manusia), sehingga menjadi rahmat bagi alam semesta.⁵⁸

Kehendak untuk hidup bermakna merupakan dambaan setiap umat manusia. Manusia berusaha untuk meraih kehidupan yang bermakna dengan jalan menemukan sumber-sumber makna hidup dan merealisasikannya. Ada tiga nilai yang merupakan sumber makna hidup.

Pertama, nilai-nilai kreatif, yaitu bekerja dan berkarya serta melaksanakan tugas dengan keterlibatan dan tanggung jawab penuh. Dalam hal ini makna hidup bukan terletak pada pekerjaan, tetapi terletak pada sikap dan cara kerja yang mencerminkan keterlibatan pribadi yang bermanfaat bagi lingkungan.

⁵⁶ Header Nashir, *Agama dan Krisis Kemanusiaan Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), h. 41

⁵⁷ Abdul Azizi Ahyadi, "*Psikologi Agama Kepribadian Pancasila*", (Bandung: Sinar Baru, 1987), h. 166

⁵⁸ Header Nashir, *op. cit.*, h. 44

Kedua, nilai-nilai penghayatan, meyakini dan menghayati kebenaran, kebijaksanaan, keindahan, keimanan dan sesuatu yang dianggap berharga. Disini cinta kasih merupakan nilai yang sangat penting dalam mengembangkan hidup bermakna.

Ketiga, nilai-nilai bersikap, menerima dengan tabah dan mengambil sikap yang tepat terhadap penderitaan yang tak dapat dihindari setelah berbagai upaya dilakukan secara optimal tetapi tetap tak berhasil mengatasinya. Penderitaan memang dapat memberikan makna hidup, apabila dapat mengubah penderitaan lebih baik sikapnya, dan optimisme dalam menghadapi musibah.⁵⁹

Bagi penderita penyalahgunaan narkoba, dalam usaha menemukan makna hidup, dibimbing oleh pembina dengan pendisiplinan diri dalam ibadah, dikondisikan untuk selalu mengingat Allah sehingga mereka mendapat pencerahan, dan siap untuk menjadi penyembuh dan perubahan cara hidup sesuai dengan ajaran agama yang telah ditentukan.

Dalam al-Qur'an Surat Yunus Ayat 57 dijelaskan:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ
لِلْمُؤْمِنِينَ. (يونس: 57)

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”(Q.S. Yunus ayat: 57)

Jadi, sangat jelas sekali bahwa agama itu sendiri berisi aspek terapi bagi gangguan jiwa, termasuk para penyalahgunaan narkoba.

⁵⁹ Dadang Hawari, *Al-qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta: PT. Dana Bakti Prima Yasa, 1999), h. 18