

BAB IV

**METODE REHABILITASI NON-MEDIS DI RUMAH
SAKIT KHUSUS JIWA H. MUSTAJAB PURBALINGGA
DALAM PANDANGAN TASAWUF**

**A. Analisis tentang Metode Pelaksanaan Rehabilitasi
Non-Medis**

Sebagai sebuah rumah sakit, Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab dalam mengobati pasien kejiwaan mengedepankan proses rehabilitasi dengan cara medis. Rehabilitasi medis merupakan langkah preventif dan bentuk pertolongan pertama bagi pasien sehingga setiap pasien yang datang langsung ditangani oleh tim medis rumah sakit dengan sebelumnya didata terlebih dahulu dan didiagnosa penyakit dan tingkat kejiwaannya.¹

Namun demikian, dalam proses rehabilitasi terhadap pasien kejiwaan, Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab bukan hanya menggunakan metode medis tetapi juga metode non-medis. Terlebih dengan melihat sejarah berdirinya rumah sakit ini yang diawali dengan proses rehabilitasi non-medis yang dilakukan oleh pendiri Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab yaitu KH.

¹ Hal ini sebagaimana penuturan Ka. Diklat dan Humas RSKJ H. Mustajab kepada peneliti di ruang kerjanya pada Sabtu, 14 September 2014.

Supono Mustajab, S. Sos, M.Si. sebagaimana peneliti sudah jelaskan pada bab sebelumnya. KH. Supono Mustajab berkeyakinan bahwa akan lebih efektif apabila proses rehabilitasi terhadap pasien dilakukan dengan cara medis dan non-medis.²

Penggunaan metode rehabilitasi medis dan non-medis secara berdampingan sangat penting sekali dalam rangka mengupayakan kesehatan bagi pasien kejiwaan karena menurut Undang-undang Nomor 23 Tahun 1992 yang dimaksud dengan “kesehatan” adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Dengan menilik pada pengertian dari kesehatan tersebut maka manusia tidak bisa hanya dilihat dari satu sisi saja, tetapi harus dilihat secara holistik yaitu unsur badan (organobiologik), jiwa (psikoedukatif) dan sosial (sosio-kultural), yang tidak dititik beratkan pada “penyakit” tetapi pada kualitas hidup yang terdiri dari “kesejahteraan”, dan “produktivitas sosial ekonomi”.

² Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab, *Company Profile*, (Purbalingga: 2014), hlm. 4.

Lebih dari pada pendefinisian kesehatan di atas, *World Health Organization* (WHO) pada tahun 1984 menyempurnakan pengertian “sehat” dengan tidak hanya sehat secara fisik, psikologik dan sosial, akan tetapi sehat secara spiritual/ agama juga termasuk di dalamnya. Dengan demikian maka seseorang dikatakan sehat apabila memenuhi empat dimensi sehat yaitu *bio*, *psiko*, *sosio* dan *spiritual*.³

Dalam rangka memenuhi empat kriteria sehat tersebut, maka Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab menyelaraskan rehabilitasi secara medis dan non-medis demi mengupayakan kesehatan yang holistik bagi pasien kejiwaan.

Adapun metode rehabilitasi secara non-medis yang ada di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab adalah sebagai berikut:

1. Keterampilan dan Latihan Kerja.

Dalam tasawuf, kemandirian menjadi bagian yang sangat penting bagi diri seseorang. Dengan dibekali keterampilan maka pasien akan

³ In'amuzzahidin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono; Mengungkap Pengobatan Penyakit dengan Daya Terapi Dzikir*, (Semarang: Syifa Press, 2006), hlm. 27.

siap kembali ke masyarakat tanpa membebani siapapun. Sikap kemandirian tersebut dapat menghindarkan pasien dari sifat *thama'* atau mengharap pemberian dari orang lain dan menjauhkan mereka dari melakukan sesuatu yang tidak jelas hukumnya atau bahkan dilarang agama. Tegasnya, para pasien dituntun untuk memiliki sifat *wara'* yang merupakan tradisi sufi atau bagian dari *maqamat* yang berarti meninggalkan segala sesuatu yang tidak jelas atau belum jelas hukumnya (*subhat*).⁴ Hal tersebut berlaku pada setiap aktivitas manusia baik berupa benda ataupun perilaku. Seperti makanan, minuman, pakaian, pembicaraan, dan lainnya. *Wara'* juga dimaknai dengan meninggalkan segala sesuatu yang berlebihan dan segala hal yang tidak bermanfaat atau tidak jelas kemanfaatannya.

Setiap pasien diupayakan sebisa mungkin agar waktunya dapat digunakan dengan sebaik-baiknya dan tidak ada waktu kosong yang bisa

⁴ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tassawuf dan Psikologi; Telaah atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2002), hlm. 28-46.

mengalihkan pasien dari konsentrasi berfikir. Untuk itu, di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab tersedia Balai Latihan Kerja dan Keterampilan yang diperuntukkan bagi pasien. Keterampilan yang diajarkan di antaranya adalah pertanian, perkebunan, perikanan, musik, menjahit dan lain sebagainya.

Tanpa dibekali oleh keterampilan dan latihan kerja, dikhawatirkan pasien tidak siap kembali ke masyarakat yang kemudian ia kembali mengalami depresi dan kembali mengalami gangguan kejiwaan, karena diakui atau tidak, faktor ekonomi juga sangat mempengaruhi terhadap kejiwaan seseorang. Hal ini telah disinggung di dalam al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 155-157:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ

وَالْأَنْفُسِ وَالْثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ {١٥٥} الَّذِينَ إِذَا

أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ {١٥٦}

اولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة وأولئك هم

المهتدون {١٥٧}

“Dan sesungguhnya Kami senantiasa memberikan kepadamu suatu rasa ketakutan, lapar, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan; dan sampaikanlah berita gembira kepada para penyabar; yaitu orang-orang yang apabila musibah telah menimpa, mereka mengatakan: “Sesungguhnya kami milik Allah dan sesungguhnya hanya kepada-Nya kami akan kembali. Mereka itulah orang-orang yang memperoleh ucapan salawat dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang memperoleh petunjuk”. (Q.S. Al-Baqarah: 155-157).⁵

Ayat tersebut menyiratkan bahwa seringkali perasaan takut, lapar, kekurangan

⁵ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 24

harta dan hal-hal yang terkait dengan ekonomi menjadikan manusia merasa terbebani. Apabila tidak disikapi secara sabar maka sangat besar kemungkinannya seseorang mengalami stress dan terganggu kejiwaannya. Oleh karena itu, langkah Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab untuk memberikan bekal keterampilan dan latihan kerja terhadap pasien dinilai sangat tepat sekali. Terlebih apabila kita melihat definisi kesehatan jiwa oleh Menteri Kesehatan Republik Indonesia tahun 2009 yaitu suatu kondisi mental sejahtera yang memungkinkan hidup harmonis dan produktif sebagai bagian yang utuh dari kualitas hidup seseorang, dengan memperhatikan semua segi kehidupan manusia dengan ciri menyadari sepenuhnya kemampuan dirinya, mampu menghadapi tekanan hidup yang wajar, mampu bekerja produktif dan memenuhi kebutuhan hidupnya, dapat berperan serta dalam lingkungan hidup, menerima dengan baik apa yang ada pada dirinya, merasa nyaman bersama dengan orang lain.⁶

⁶ Kepmenkes RI No. 406/Menkes/SK/VI/2009 Tentang

2. Konseling

Konseling membantu pasien agar dapat melatih daya konsentrasinya yang dalam istilah tasawuf diistilahkan dengan *muraqabah*. *Muraqabah* adalah kondisi kejiwaan yang sepenuhnya ada dalam keadaan konsentrasi dan waspada. Dengan kondisi seperti itu maka segala daya pikir dan imajinasinya tertuju pada satu fokus kesadaran tentang dirinya.⁷

Lebih jauh *muraqabbah* juga dimaknai sebagai pengakuan antara Tuhan, alam dan dirinya sendiri sebagai manusia atau disebut juga sebagai kesadaran akan kesatuan antara mikrokosmos, makrokosmos dan metakosmos.

Dalam upaya rehabilitasi terhadap pasien, konseling memiliki posisi yang sangat penting, karena dalam tahap inilah pasien diberi kesempatan untuk mencurahkan segenap keluh kesahnya. Dengan cara seperti ini diharapkan pasien akan lebih tenang dan dengan sendirinya

Pedoman Pelayanan Kesehatan Jiwa Komunitas.

⁷ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tassawuf dan Psikologi; Telaah atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, , hlm. 28-46.

tanpa disadari ia pada dasarnya telah menerapi diri sendiri. Melalui konseling, konselor atau *therapist* juga bisa lebih mengetahui cara yang paling efektif untuk membantu pasien kembali normal.

Proses konseling mengarahkan pasien agar dapat berpikir dengan pola pikir yang benar. Apalagi konseling yang dilakukan di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab lebih diarahkan ke konseling yang bermuara pada nilai-nilai religius yang mana menurut Hamdan Bakran, fokus konseling Islam bukan hanya memberikan perbaikan dan rehabilitasi pada tahap mental, spiritual atau kejiwaan dan emosional semata tetapi juga melanjutkan kualitas dari materi konseling kepada pendidikan dan pengembangan dengan menanamkan nilai-nilai wahyu dan metode filosofis.⁸

3. Pertemuan Orang Tua dan Penderita/ Rehabilitasi Sosial

⁸ HM. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm. 219.

Pada dasarnya Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab menganjurkan kepada keluarga pasien agar bisa mendampingi pasien atau menengok secara rutin. Karena bagaimana pun juga keluarga terutama orang tua sangat berperan penting dalam rehabilitasi terhadap pasien.

Ruang pasien sengaja didisain senyaman mungkin agar keluarga yang berkenan menemani pasien bisa merasa nyaman untuk tinggal. Dengan demikian maka pasien akan tetap merasakan kehadiran orang-orang terdekatnya. Sedangkan bagi pasien yang tidak didampingi oleh keluarga, maka mereka di tempatkan di ruangan berjeruji besi dengan tetap mengedepankan kenyamanan dan keamanan bagi pasien.

Jika keluarga pasien tidak dapat mendampingi pasien setiap hari, maka paling tidak keluarga datang pada saat malam Jum'at Kliwon untuk melaksanakan *mujahadah* bersama.

Mujahadah dengan mendatangkan keluarga dari pasien tersebut adalah sebagaimana ajaran

tasawuf *amali* yang menekankan pada amalan tarekat dan keterikatan antara guru dan murid. Istilah *Mursyid, Murid, Wali, Khalifah* dan lain-lain merupakan sebuah gambaran bahwa keterikatan batin antara keluarga dalam komunitas tasawuf sangat berpengaruh terhadap keadaan batiniyah mereka.⁹ Hal tersebut tidak jauh berbeda apabila kita hubungkan dengan rehabilitasi sosial yang ada di RSKJ H. Mustajab yang memang sangat membantu dalam rehabilitasi pasien.

Pertemuan antara pasien dan keluarga juga dapat menumbuhkan perasaan optimis yang muncul dari kehangatan cinta kasih. Dalam bahasa tasawuf hal semacam ini masuk dalam ranah *ahwal* yaitu *mahabbah*. *Mahabbah* dimaknai sebagai keteguhan dan kemantapan. Kesadaran cinta mengimplikasikan sikap pecinta yang selalu konsisten dan penuh konsentrasi terhadap tujuan dengan tanpa merasa berat dan

⁹ M. Amin Syukur, *Sufi Healing*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012), hlm. 14.

sulit untuk mencapainya karena dilakukan dengan penuh kegembiraan dan kesenangan¹⁰.

Kondisi penuh kegembiraan tersebut membantu terhadap kesembuhan pasien.

4. Kehidupan Dalam Komunitas Bersama

Manusia adalah makhluk sosial yang secara alamiah membutuhkan orang lain sehingga mereka hidup berkelompok. Dalam kelompok, masing-masing individu akan saling menyesuaikan dan membuat aturan bersama yang nantinya akan ditaati bersama pula. Konsekuensinya bagi anggota kelompok yang melanggar maka akan mendapatkan sanksi minimal sanksi sosial.

Mengajarkan pasien gangguan kejiwaan untuk membentuk komunitas bersama merupakan sebuah rehabilitasi tersendiri karena pasien didorong untuk kembali kepada kondisi naturalnya sebagai makhluk sosial. Seringkali gangguan kejiwaan menimpa seseorang karena ia merasa sendiri dan asing. Dengan rehabilitasi

¹⁰ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tassawuf dan Psikologi; Telaah atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, , hlm. 28-46.

komunitas bersama maka diharapkan pasien tidak lagi merasa sendiri dan saling membantu untuk bisa sembuh dari gangguan kejiwaan.

Metode komunitas bersama ini sangat sesuai dengan ajaran Islam yang mengajarkan untuk senantiasa hidup berdampingan satu sama lain dan saling menguatkan. Sebagaimana firman Allah SWT:

يا ايها الناس انا خلقنكم من ذكر وانثى وجعلنكم شعوبا وقبائل لتعارفوا ان اكرمكم عند الله اتقكم ان الله عليم

خبير. {الحجرات: ١٣}

Artinya: “Wahai manusia sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal dan yang paling mulia di sisi Allah adalah orang-orang yang paling bertaqwa. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.” (Q.S. Al-Hujarat:13).¹¹

¹¹ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 517

Rasulullah SAW juga mengibaratkan bahwa persaudaraan umat Islam itu sebagaimana satu tubuh yang apabila salah satunya ada yang sakit, maka yang lainpun akan turut merasakan sakitnya¹².

ترى المؤمنين في تراحمهم وتوادهم وتعاطفهم كمثل
الجسد الواحد اذا اشتكى عضو تداعى له سائر جسده بالسهر
والحمى. {رواه البخارى}

Artinya: “Seorang mukmin dalam persatuan dan kasih sayangnya bagaikan satu tubuh, jika salah satu tubuhnya merasa sakit, maka akan dirasakan oleh seluruh tubuhnya dengan tidak dapat tidur dan demam”. (H.R. Bukhari).

Apa yang disampaikan oleh Rasulullah tersebut menjadi petunjuk yang kemudian digunakan sebagai acuan untuk rehabilitasi yaitu rehabilitasi komunitas bersama sebagaimana

¹² Sarjuli, *Setetes Air yang Menyejukan*, (Semarang: CV. Aneka Ilmu, 2013), hlm. 4.

yang dipraktekkan di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab.

5. Alkohol/ Narkotik *Anonymous*

Rehabilitasi ini hanya diterapkan bagi pasien ketergantungan Napza. Dalam prakteknya, rehabilitasi ini tidak menggunakan obat-obatan apapun tetapi hanya dengan membentuk kelompok atau pertemuan rutin dan saling menceritakan pengalaman masing-masing. Tujuannya adalah agar dari pengalaman masing-masing pasien dapat dijadikan pelajaran dan untuk mencari solusi bersama.

Rehabilitasi semacam ini dapat dikategorikan sebagai psikorehabilitasi yang menurut Siti Nur Asiyah sebagaimana dikutip oleh Amin Syukur sebagai proses pemberian bantuan dengan menggunakan intervensi psikis dan pendekatan psikologis untuk memperbaiki fungsi kognitif, afektif, atau perilaku individu.¹³ Hal demikian karena psikorehabilitasi sendiri dibedakan menjadi tiga yaitu psikorehabilitasi suportif

¹³ M. Amin Syukur, *Sufi Healing; Terapi Dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012), hlm. 42.

(memberi support atau semangat), psikorehabilitasi reedukatif (mendidik kembali), dan psikorehabilitasi rekonstruktif (memperbaiki kembali).

Rehabilitasi Narkotik *Anonymous* termasuk dalam psikorehabilitasi suportif dimana masing-masing individu dalam sebuah kelompok saling menceritakan pengalaman masing-masing, mencari jalan keluar bersama dan saling memberi semangat satu sama lain untuk bisa terlepas dari jeratan Napza.

Melalui cara ini pasien didorong untuk memasuki *maqamat* yang pertama dalam istilah tasawuf yaitu *taubah* di mana seorang sufi pada tahap awal harus melewati *maqam taubah* yakni upaya pengosongan diri dari segala tindakan yang tidak baik dan mengisinya dengan yang baik.¹⁴ *Taubah* biasanya dimaknai dengan penyesalan diri terhadap perilaku-perilaku jahat yang telah dilakukan untuk selanjutnya menjauhkan diri dari segala perbuatan dosa dan

¹⁴ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tassawuf dan Psikologi; Telaah atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2002), hlm. 28-46.

hal-hal yang mengarahkannya melakukan tindak kejahatan.

6. Pembinaan Agama/ Rehabilitasi Spiritual

Dalam perspektif Islam, seseorang dikatakan sehat bukan sekedar apabila ia terbebas dari virus dan kuman penyakit secara fisik, tetapi yang lebih penting adalah sehat secara hatinya, pikirannya dan perilakunya. Standar sehat dalam pandangan Islam lebih berorientasi pada aspek sosio-psikologis dari pada aspek biologis, sehingga hidup yang normal adalah hidup yang tidak tercemari oleh parasit-parasit kejiwaan yang mengakibatkan sosiopsikopat, baik dalam kaitannya dengan persoalan *aqidah*, *ubudiyah*, maupun *muamalah*.¹⁵

Menurut Machasin dalam penelitiannya, gangguan mental bukan hanya bersifat patologik, tetapi mengandung implikasi yang lebih mendasar berkaitan dengan aspek *Aql*, *Qalb* dan

¹⁵ Machasin, *Gangguan Mental Dan Psikoterapinya Dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Semarang: PPTA/IAIN Walisongo, 2009), hlm.4.

Nafs sebagai pusat grafitasi kesadaran.¹⁶ Atas pertimbangan tersebut, maka sangat penting bagi pasien gangguan kejiwaan untuk mendapatkan rehabilitasi spiritual meskipun pasien sudah ditangani secara medis.

Berbagai jenis rehabilitasi spiritual yang diaplikasikan terhadap pasien di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab seperti *shalat*, *dzikir*, pemberian tausiah dan lain sebagainya sangat tepat sekali karena bagaimanapun juga pasien harus disembuhkan secara holistik. Rehabilitasi secara menyeluruh yang dimaksud adalah rehabilitasi secara biologis, sosio-psikologis dan spiritual.

Berdasarkan beberapa bentuk rehabilitasi di atas, KH. Supono Mustajab kemudian menjelaskan kepada peneliti bahwa pada prinsipnya bentuk rehabilitasi terhadap pasien gangguan kejiwaan yang ada di Rumah Sakit

¹⁶ Machasin, *Gangguan Mental Dan Psikoterapinya Dalam Perspektif Al-Qur'an*, hlm. 98.

Khusus Jiwa H. Mustajab terdiri dari tiga aspek¹⁷ yaitu:

1. Ilmiah

Rehabilitasi secara ilmiah atau medis menjadi bagian penting dalam proses rehabilitasi pasien. Hal ini merupakan bentuk *ikhtiyar* awal seorang hamba untuk mengusahakan kesembuhan. Dalam prakteknya memang semua pasien terlebih dahulu harus didaftarkan di bagian pendaftaran rumah sakit untuk didata dan kemudian didiagnosa jenis gangguannya. Setelah itu akan dilakukan tindakan awal secara medis terhadap pasien.

Rehabilitasi secara ilmiah ini bahkan menurut Amin Syukur merupakan bentuk *sunnatullah* (hukum alam/hukum kausalitas) yang tidak boleh kita lewati¹⁸. Sehingga sangat salah jika ada yang

¹⁷ Hasil wawancara peneliti dengan KH. Supono Mustajab, S.Sos, M.Si di rumah beliau pada Minggu, 15 September 2014.

¹⁸ M. Amin Syukur, *Zikir Menyembuhkan Kankerku; Pengalaman Kesembuhan Seorang Penderita Kanker Ganas yang Divonis Memiliki Kesempatan Hidup Hanya Tiga Bulan*, Penerbit Mizan, Jakarta: 2007, hlm. 104.

berpandangan bahwa rehabilitasi non-medis tidak perlu dibarengi dengan rehabilitasi medis.

2. Alamiah

Rehabilitasi alamiah di sini merujuk pada keterlibatan faktor alam dalam prosesnya di mana asrama pasien terletak di daerah yang sangat asri dan benar-benar menyatu dengan alam. Ruangan pasien diatur menghadap ke arah alam terbuka dengan pemandangan sawah yang luas, sungai yang mengalir jernih dan berlatar belakang pegunungan dengan pepohonannya yang menghijau membentuk siluet lukisan alami.

Tata ruang yang seperti ini dimaksudkan agar pasien dapat merasa tenang, rileks dan senantiasa bertafakkur akan keagungan penciptaan Allah SWT. Rehabilitasi dengan model seperti ini sangat sesuai dengan perintah Allah SWT dalam al-Qur'an agar kita senantiasa berfikir tentang

apa saja yang Allah SWT ciptakan, sebagaimana firman-Nya;

“(yaitu) Orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata) : Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia. Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka”.¹⁹

Dari wawancara peneliti dengan beberapa pasien dan keluarganya secara global mereka menyatakan bahwa mereka merasa sangat nyaman tinggal di sana karena suasananya yang tenang dan bebas dari hiruk-pikuk kebisingan kota. Mereka juga mengatakan bahwa kondisi seperti itu

¹⁹Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 75

sangat membantu mereka dalam proses rehabilitasi.²⁰

3. Ilahiah

Dalam proses rehabilitasi terhadap pasien, unsur ilahiah menjadi hal yang tidak terpisahkan. Terlebih keberadaan Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab sendiri berawal dari rehabilitasi non-medis bercorak Ilahiah yang dilakukan oleh KH. Supono Mustajab terhadap pasien. Di samping itu, agama juga diakui memiliki peranan yang sangat penting dalam kesehatan jiwa karena baik kesehatan jiwa maupun agama memiliki titik kesamaan arti yaitu keadaan kesehatan.²¹ Lebih lanjut, David Heinneman juga menegaskan dalam bukunya bahwa sekarang telah muncul kesadaran di kalangan sarjana dan masyarakat Barat bahwa pengalaman

²⁰ Pada Rabu, 18 September 2014 peneliti melakukan wawancara langsung dengan pasien dan keluarga mereka di tempat isolasi pasien.

²¹ In'amuzzahidin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, (Semarang: Syifa Press, 2006), hlm.27.

religius dan psikologis bukanlah ranah yang berbeda²², yang mengindikasikan bahwa untuk memperoleh kesehatan yang menyeluruh, tidak bisa hanya mengandalkan peran psikologis dan hal-hal yang berhubungan dengan medis, tetapi juga melibatkan peran religius di dalamnya.

Rehabilitasi illahiah menuntun pasien untuk menyadari sumber akan segala sesuatu. Pasien dibimbing menuju kepatuhan, pengetahuan, kepercayaan dan mengikuti perintah-perintah Allah SWT. Dengan menuju kepada Allah SWT maka berarti pasien sedang berada dalam proses rehabilitasi sejati karena pada dasarnya Allah lah yang menyembuhkan , sebagaimana do'a yang dipanjatkan Nabi SAW. untuk keluarganya:

²² David Heinemann, *Terapi Hati Model Sufi: Sebuah Pengalaman Transenden*, (Bandung: Penerbit Nuansa, 2010), hlm.35.

اللهم رب الناس اذهب الباس واشف انت الشافي لا

شفاء الا شفاؤك شفاء لا يغادر سقما

*“Wahai Tuhan Pemelihara manusia,
Yang Menghilangkan rasa sakit,
sembuhkanlah rasa sakit ini, karena
sungguh Engkau Zat Maha Penyembuh
dengan kesembuhan yang
sesungguhnya.”*

Dari keyakinan bahwa Allah lah yang memberikan kesembuhan maka kemudian muncul sebuah pribahasa, ”Tabib mengobati, tetapi Tuhanlah yang menyembuhkan.” Para saintis dan penyembuh sejati juga telah mengakui bahwa di balik setiap ciptaan ada suatu *Creating Genius* (Kecerdasan Yang Mencipta) yang bekerja: dari sebuah atom, menjadi sebuah sel, lalu menjadi seorang manusia atau sebuah galaksi. Sehingga keimanan, niat dan kesungguhan pasien akan sangat membantu dalam proses

rehabilitasi.²³ Hal ini sejalan dengan Al-Qur'an Surat Yunus Ayat 57 sebagai berikut:

يا ايها الناس قد جاءكم موعظة من ربكم وشفاء لما في الصدور وهدى ورحمة للمؤمنين.

“Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berbeda) dalam hati dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.” (Q.S. Yunus: 57).²⁴

Tidak ketinggalan William James, bapak psikologi Amerika, mengutip sebuah pernyataan dalam bukunya, *The Varieties of Religious Experience*,

²³ R.N.L. O’riordan, *Seni Penyembuhan Alami: Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi*, terj. Sulaiman Al-Kumayi, (Bekasi: Gugus Press, 2002), hlm.43.

²⁴ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur’an, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 215

Kasus pertama yang harus digarisbawahi menyangkut segala penyakit, kelemahan atau depresi adalah perasaan terasing manusia dari energy Ilahi yang kita sebut Tuhan. Jiwa yang menyebabkan kita bisa merasa dan memperkokoh rasa tenteram dan bahagia, meminjam ungkapan Nazarene, ‘Saya dan bapak saya adalah satu’, tidak memerlukan penyembuh atau rehabilitasi.”²⁵

Dengan demikian maka rehabilitasi yang bersifat Ilahiah khususnya yang ada di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab sangat vital sekali posisinya dalam upaya rehabilitasi pasien gangguan kejiwaan secara holistik. Sebagaimana diamini oleh Joel Goldmith dalam *The Art of Spiritual Healing* bahwa rehabilitasi spiritual (*ilahiyyah*) memadukan antara pengalaman fisik dan pengalaman mental karena melalui rehabilitasi spiritual, roh manusia disentuh oleh roh Tuhan dan ketika roh Tuhan menyentuh manusia maka manusia akan masuk ke dalam

²⁵ R.N.L. O’riordan, *Seni Penyembuhan Alami: Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi*, , hlm. 98.

dimensi kehidupan baru yaitu dimensi spiritual, dimensi yang lebih besar dari apapun di dunia ini.²⁶

B. Analisis Tentang Metode Pelaksanaan Rehabilitasi Non-medis dalam pandangan Tasawuf

Banyak orang beranggapan bahwa proses rehabilitasi non-medis yang dilakukan oleh KH. Supono Mustajab adalah sama dengan metode yang digunakan oleh Abah Anom di Pondok Inabah Suryalaya Tasikmalaya. Terlebih di ruang tamu beliau terdapat foto berukuran besar yang memuat potret KH. Supono Mustajab bersama dengan Abah Anom. Apalagi KH. Supono Mustajab juga aktif di *Rabithah Ma'ahid Islamiyah* dan menjabat sebagai pengurus *An-nahdiyah Imdlaiyyah Tariqah Mu'tabarah* Kab. Purbalingga.

Dari sumber yang peneliti baca terkait dengan metode rehabilitasi pasien ketergantungan Napza maupun gangguan ruhani lainnya di Pondok Inabah, ada tiga proses yang harus dijalani oleh pasien yaitu:

²⁶ R.N.L. O'riordan, *Seni Penyembuhan Alami: Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi*,, hlm. 99.

1. Pertama, pasien (di Pondok Inabah disebut sebagai anak bina) segera dimandikan. Tujuan dari dimandikannya pasien adalah di samping merupakan ibadah juga untuk menurunkan rasa ketergantungan pasien terhadap Napza atau menjadikan pasien gangguan ruhani lebih rileks. Mandi ini disebut dengan mandi taubat.
2. Kedua, setelah pasien mandi atau dimandikan maka ia segera dihadapkan pada Abah Anom untuk memperoleh pengajaran *Tasawuf 'Amali* atau untuk mengambil *tabarruk* melalui *talqin dzikir*, baik *jahr* maupun *khafi*.
3. Ketiga, setelah anak bina ditalqin kemudian ia dibawa kembali ke Inabah untuk mendapat pembinaan bertahap sesuai dengan program. Pembinaan tersebut pada dasarnya adalah praktek ajaran *Tariqah Qadiriyyah-Naqsyabandiyyah*.²⁷

Terdorong oleh rasa ingin tahu yang mendalam, kemudian peneliti menanyakan hal ini kepada KH.

²⁷ Juhaya S. Praja dkk., *Model Tasawuf Menurut Syari'ah: Penerapannya dalam Perawatan Korban Narkotik dan Berbagai Penyakit Ruhani*, (Tasikmalaya: PT Latifah Press, 1995), hlm.61.

Supono Mustajab terkait apakah cara rehabilitasi non-medis di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab sama dengan cara yang digunakan oleh Abah Anom di Pondok Inabah Suryalaya Tasikmalaya. Dengan santai namun tegas beliau menjawab bahwa metode rehabilitasi yang digunakan tidak sama dengan Abah Anom. KH. Supono Mustajab menjelaskan bahwa dalam rehabilitasi nya, pasien hanya ditekankan untuk *shalat* jama'ah lima waktu dan melaksanakan *mujahadah* atau rukyah setiap malam Rabu dan Jum'at²⁸.

Proses rukyah pada malam Rabu dan Jum'at dilaksanakan dengan menghadirkan pasien dan keluarganya yang diawali dengan shalat Isya berjamaah, wirid setelah *shalat* (wirid biasa bukan wirid tarekat), *shalat ba'diyah* Isya dan kemudian dilanjutkan dengan Tausiyah singkat dari KH. Supono Mustajab yang mengingatkan tentang dosa dan amal serta betapa pentingnya menjaga *Shalat* dan rajin membaca al-Qur'an. Dalam Tausiyah beliau juga selalu mengingatkan akan pentingnya berbakti kepada kedua orang tua. Setelah itu pembacaan *istighatsah* dimulai

²⁸ Hasil wawancara peneliti dengan KH. Supono Mustajab pada Sabtu 14 September 2014.

dengan ritme yang cukup pelan dan ditutup dengan do'a. Pada saat pembacaan *istighatsah* jama'ah duduk dengan membentuk lingkaran. Di tengah-tengah jama'ah terdapat botol-botol berisi air putih dan nasi lengkap dengan lauk-pauknya serta buah-buahan. Nasi dengan lauk-pauk dan buah-buahan disediakan untuk dinikmati oleh jama'ah sesuai *istighatsah*. Sedangkan air putih dibawa oleh masing-masing jama'ah untuk diberikan kepada pasien sebagai salah satu rehabilitasi atau dikonsumsi oleh jama'ah umum²⁹.

Khusus pada malam Jum'at Kliwon dalam penanggalan Jawa, *Mujahadah* diadakan dengan lebih meriah karena seluruh keluarga pasien diminta datang agar bisa berkumpul dengan pasien. Bukan hanya pasien dan keluarganya, pada malam Jum'at Kliwon ini juga jama'ah umum yang berasal dari berbagai daerah tumpah ruah sampai memenuhi pelataran kediaman KH. Supono Mustajab. Berbeda dengan *mujahadah* pada malam Rabu dan Jum'at lainnya yang dimulai dari waktu Isya, pada malam Jum'at Kliwon *mujahadah* dimulai dari waktu Maghrib. Proses rukyah diawali dengan *Shalat Maghrib*

²⁹ Proses *ruqyah* tersebut sesuai dengan pengalaman peneliti yang mengikuti *ruqyah* di kediaman KH. Supono Mustajab pada malam Rabu, 17 September 2014.

berjama'ah, wirid setelah *shalat* (wirid biasa bukan wirid tarekat), *shalat ba'diyah* Maghrib, pembacaan *Istighatsah*, *Shalat* Qabliyah Isya, wirid setelah *shalat*, *Shalat Ba'diyah* Isya, *Shalat* Birrul Walidain, *Shalat* hajat, Tausiah-tausiyah oleh KH. Supono Mustajab dan Ulama lainnya, dan ditutup dengan do'a³⁰.

Dari pemaparan di atas, tentunya proses rehabilitasi yang dilakukan oleh KH. Supono Mustajab terlihat berbeda dengan apa yang dilakukan oleh Abah Anom. Perbedaan tersebut juga terlihat apabila dibandingkan dengan cara rehabilitasi yang dilakukan oleh Ustadz H. Hariyono. Meskipun sama-sama menggunakan *dzikir* sebagai rehabilitasi, namun *dzikir* yang digunakan oleh Ustadz H. Hariyono adalah *Dzikir ratib al-haddad*. Runtutan proses rehabilitasinya pun berbeda, misalnya ketika akan memberi rehabilitasi pada pasien yang memiliki penyakit disebabkan oleh sel kanker dan virus maka proses rehabilitasinya adalah:

1. Shalat sunnah 2 rakaat, kemudian sujud mohon ampunan kepada Allah SWT;
2. Mengkhatamkan al-Qur'an 30 juz;

³⁰ Mujahadah Jum'at Kliwon ini peneliti ikuti pada 16 Mei 2014.

3. Shalawat kepada Nabi Muhammad SAW;
4. *Berdzikir Rathib al-haddad*;
5. Do'a bersama;
6. Mengobati pasien satu per satu, dengan cara menarik penyakit dengan kekuatan do'a;
7. Pasien diberi air, minyak dan ramuan buah pinang dan kunyit.³¹

Perbedaan metode rehabilitasi tersebut pada dasarnya merupakan hal yang wajar karena tidak ada patokan resmi terkait rehabilitasi sufistik. Perbedaan tersebut muncul karena cara rehabilitasi yang dilakukan oleh masing-masing therapist diperoleh berdasarkan pengalaman unik mereka dalam proses penemuan diri.³² Namun demikian jika diteliti satu per satu maka akan ditemukan pola yang hampir sama pada setiap metodenya. Secara garis besar, metode rehabilitasi yang digunakan oleh para *therapist* sufi meliputi konsentrasi, meditasi, visualisasi, kesadaran sensoris, penghayatan, penyeimbangan resonansi magnetis, pernapasan yang sadar, gerakan terapeutik, ramuan-ramuan nutrisi, puasa,

³¹ In'amuzzahisin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*,hlm. 84.

³² M. Amin Syukur, *Sufi Healing:Terapi Dengan Metode tasawuf*, hlm.93.

do'a, dan nyanyian ringan. Kemudian semua metode tersebut oleh O'riordan diringkas menjadi empat bentuk rehabilitasi yaitu mental, hipnotis, magnetis dan spiritual.³³

Dari berbagai macam metode rehabilitasi sufistik yang kemudian diringkas oleh O'riordan menjadi empat tersebut kemudian diringkas lagi oleh Amin Syukur bahwa inti dari seluruh metode- metode tersebut adalah *dzikir*. Menurutnya, *dzikir* adalah pondasi dari setiap bentuk rehabilitasi sufistik³⁴ karena pada dasarnya tujuan dari rehabilitasi sufistik adalah membimbing pasien untuk kembali kepada Allah SWT dan senantiasa mengingat-Nya.

Lebih jauh Amin Syukur mengingatkan agar *dzikir* dan do'a yang diamalkan dalam rehabilitasi sufistik harus sesuai dengan al-Qur'an dan Hadist³⁵. Hal ini juga menjadi perhatian utama bagi Ustadz H. Hariyono yang menekankan bahwa amalan *dzikir* dan do'a yang

³³ R.N.L. O'riordan, *Seni Penyembuhan Alami: Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi*, hlm.50-51.

³⁴ M. Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi dengan Metode Tasawuf*, hlm.100.

³⁵ M. Amin Syukur, *Zikir Menyembuhkan Kankerku; Pengalaman Kesembuhan Seorang Penderita Kanker Ganas yang Divonis Memiliki Kesempatan Hidup Hanya Tiga Bulan*, hlm. 105.

diamalkannya adalah sesuai dengan apa yang telah diajarkan oleh Rasulullah SAW kepada umatnya³⁶.

Dari pengamatan peneliti, rehabilitasi non-medis berupa rehabilitasi shalat, pembacaan *istighatsah*, pemberian tausiah dan do'a, serta pemberian air putih yang dido'akan telah memenuhi kriteria rehabilitasi sufistik dan juga masih dalam rel syariat yang sesuai dengan al-Qur'an dan hadits. Adapun penjelasan dari hal-hal tersebut adalah sebagai berikut:

1) Shalat

Dalam proses rehabilitasi non-medis di Rumah Sakit khusus Jiwa H. Mustajab, pasien diwajibkan untuk *shalat* lima waktu secara berjamaah. Selain itu, pasien juga diajarkan untuk melaksanakan shalat sunnah seperti shalat *qabliyah*, *ba'diyah*, *birrul walidain* dan *hajat*. Ibadah shalat merupakan ibadah yang sangat dianjurkan, bahkan shalat lima waktu hukumnya adalah wajib. Shalat juga merupakan sarana untuk mengingat Allah yang tentunya sangat membantu kesembuhan pasien. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah:

³⁶ In'amuzzahisin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*,hlm.9.

“Shalatlak kamu untuk mengingatKu”.

Dalam bahasa ilmiah, shalat merupakan perpaduan antara aktivitas fisik dan psikis yang menggabungkan antara kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual. Aktivitas fisik sangat bermanfaat untuk kesehatan jasmani, sedangkan aktivitas psikis bermanfaat bagi mental dan akhlak (rohani).³⁷

Sholat adalah cara rehabilitasi yang luar biasa. Berbeda dengan meditasi yang hanya menekankan konsentrasi saja, sholat bukan hanya melibatkan konsentrasi tetapi juga unsur lainnya seperti kefasihan bacaan, tertibnya urutan, memahami makna bacaan dan lain sebagainya atau disebut dengan khushyuk. Hanya konsentrasi saja tanpa mengarahkan pikiran terhadap Allah SWT, tidak akan memunculkan kekuatan. Citra ketuhananlah yang menjadikan sholat memiliki daya rehabilitasi.

³⁷ Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode tasawuf*, hlm. 83.

³⁸ Oleh karena itu, sholat menjadi sarana rehabilitasi yang banyak memberikan harapan kesehatan terhadap pasien daripada rehabilitasi yang bersifat material. Hal tersebut dikarenakan rehabilitasi material kekuatannya dibatasi oleh kepribadian pelakunya. Tetapi sholat yang pelakunya memusatkan pikirannya terhadap Tuhan dan keutuhan kekuatannya menjadikan sholat memiliki kekuatan yang tak terbatas. Kekuatan sholat sangat tergantung pada kadar keikhlasan atau kekhusyuan pelakunya.

Sholat sesungguhnya adalah pengkontemplasian kehadiran Tuhan, kekuatan dan muasal seluruh ciptaan, menganggap diri sendiri sebagai ketiadaan dihadapan tuhan, dan menyerahkan keinginannya dihadapan Yang Maha Kuasa. Oleh karena itu, efek rehabilitasi yang dihasilkan tidak bisa dibandingkan dengan media rehabilitasi lainnya.³⁹

Keistimewaan rehabilitasi melalui media sholat juga terbukti secara ilmiah, sebagaimana penelitian

³⁸ Hazrat Inayat Khan, *The Heart of Sufism*, terj. Andi Haryadi,.....hlm 226

³⁹ Hazrat Inayat Khan, *The Heart of Sufism*, terj. Andi Haryadi,.....hlm 227

yang dilakukan oleh dr. Sagiran, M. Kes, Sp. B., tentang berbagai mukjizat gerakan sholat untuk pencegahan dan penyembuhan penyakit. Dalam penelitiannya terungkap bahwa gerakan sholat mampu membuat ikatan penggantung antara organ tubuh yang satu dengan lainnya menjadi lebih kuat. Menurutnya hal ini dapat terjadi karena ketika sholat seseorang terus mengulang-ulang posisi berdiri, rukuk dan sujud yang hal tersebut membuat pembuluh darah menjadi elastis sehingga dapat mengobati stroke.⁴⁰

Seorang pakar ilmu pengobatan tradisional, Prof H Muhammad Hembing Wijayakusuma, juga telah melakukan penelitian yg mendalam tentang sholat. Hasil penelitian itu dibukukan dengan judul "*Hikmah Sholat buat Pengobatan & Kesehatan*". Dalam penelitiannya tersebut, Hembing menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Berdiri tegak dalam sholat

Hembing menemukan bahwa berdiri tegak pada waktu sholat membuat seluruh saraf menjadi satu

⁴⁰ Amin Syukur, *Sufi Healing:Terapi Dengan Metode tasawuf*, hlm. 83.

titik pusat pada otak, jantung, paru-paru, pinggang, dan tulang punggung lurus dan bekerja secara normal, kedua kaki yang tegak lurus pada posisi akupuntur, sangat bermanfaat bagi kesehatan seluruh tubuh.

2. Rukuk

Rukuk juga sangat baik untuk menghindari penyakit yang menyerang ruas tulang belakang yang terdiri dari tulang punggung, tulang leher, tulang pinggang dan ruas tulang tungging. Dengan melakukan rukuk, kita telah menarik, menggerakkan dan mengendurkan saraf-saraf yang berada di otak, punggung dan lain-lain.

3. Sujud

Bersujud dengan meletakkan jari-jari tangan di depan lutut membuat semua otot berkontraksi. Gerakan ini bukan saja membuat otot-otot itu akan menjadi besar dan kuat, tapi juga membuat pembuluh darah dan urat-urat getah bening terpijat dan terurut. Posisi sujud ini juga sangat membantu kerja jantung dan menghindari mengerutnya dinding-dinding pembuluh darah.

4. Duduk *Tasyahud*

Posisi duduk dengan mengangkat kaki kanan dan menghadap jari-jari ke arah kiblat ini, secara otomatis memijat pusat-pusat daerah otak, ruas tulang punggung teratas, mata, otot-otot bahu, dan banyak lagi terdapat pada ujung kaki.

5. Salam

Gerakan salam akhir, berpaling ke kanan dan ke kiri pun, menurut penelitian Hembing punya manfaat besar karena gerakan ini sangat membantu menguatkan otot-otot leher kepala.⁴¹

2) *Dzikir*

Dzikir dalam tasawuf merupakan nafas yang menjadikan tasawuf menjadi terasa hidup. Ibnu Atha'illah Al-Sakadari, dalam karyanya *Miftah al-Falah wa Mishbah al-Arwah*, sebagaimana dikutip Amin Syukur dari In'amuzahidin menjelaskan beberapa manfaat dzikir, antara lain: a) mengusir, menangkal, dan menghancurkan setan; b) membuat *ridha al-Rahman* dan membuat murka setan; c) menghilangkan segala kerisauan dan kegelisahan

⁴¹www.kemhan.com/2010/12/sholat-kesehatan-fisik-mental.html#.VJvzVsgOA. Diakses pada hari Kamis, 25 Desember 2014 pukul 16:15 WIB.

serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan; d) melenyapkan segala keburukan; e) memperkuat *qalb* dan badan; f) memperbaiki apa yang tersembunyi dan yang kelihatan; g) membuat hati dan wajah bersinar terang; h) mempermudah datangnya rizki; mendatangkan wibawa dan ketenangan pada pelakunya; i) mengilhamkan kebenaran dan sikap istikamah dalam setiap urusan; j) menjadi penerang pikiran dan mendatangkan petunjuk; dan lain-lain.⁴²

Ibnu Al Qayim dalam kitabnya *al-Wabil Ash Shayyib* juga menyebutkan beberapa keutamaan dan manfaat *dzikir* diantaranya: 1. *Dzikir* dapat mengusir, menundukan dan membakar setan. 2. *Dzikir* mampu menghilangkan kesedihan, kegundahan, dan depresi, dan dapat mendatangkan ketenangan, kebahagiaan dan kelapangan hidup. 3. *Dzikir* dapat menghidupkan hati, atau dapat dikatakan bahwa *dzikir* adalah ruhnya hati. Apabila hati kosong dari *dzikir* maka seolah-olah hati dalam keadaan mati. 4. *Dzikir* dapat menghapus dosa dan

⁴² Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode tasawuf*, hlm. 75.

menyelamatkannya dari adzab Allah SWT. 5. *Dzikir* menghasilkan pahala, keutamaan dan karunia Allah yang tidak dihasilkan oleh selain-Nya. Terlebih *dzikir* adalah amalan yang sangat mudah dilakukan, namun dari segi keutamaan *dzikir* memiliki keagungan dan keutamaan melebihi ibadah lainnya.

43

Dzikir yang dibaca pada saat proses rukyah adalah bacaan *istighatsah*. Dalam *istighatsah*, bacaan yang pertama dibaca adalah Surat al-Fatihah. Dalam beberapa riwayat Rasulullah SAW beberapa kali melakukan pengobatan dengan surat al-Fatihah. Dalam sebuah riwayat diceritakan bahwa suatu ketika ada seorang Arab Badui menemui Rasulullah hendak menyampaikan bahwa saudaranya sedang sakit *lamam* (stress ringan). Mendengar hal itu maka kemudian Rasulullah menyuruh agar menghadapkan si sakit kepada beliau. Setelah si sakit didatangkan kemudian Rasulullah meletakkan tangan beliau di atas tangannya seraya memohon kepada Allah agar

⁴³ In'amuzzahidin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, (Semarang: Syifa Press, 2006), hlm. 19-20

disembuhkan sakitnya dengan perantara *dzikir* dan do'a sebagai berikut:

1. Membaca surat al-Fatihah;
2. Membaca empat ayat awal surat al-Baqarah, ayat 263 dan tiga ayat akhirnya;
3. Membaca surat Ali Imran ayat 18;
4. Membaca surat Thaha ayat 114;
5. Membaca surat Jin ayat 3;
6. Membaca 10 ayat awal dari surat Ash-Shaffat;
7. Membaca surat al-Mu'awwidzatain dan surat al-Ikhlash.⁴⁴

Setelah membaca surat al-fatihah kemudian membaca;

X۱۱حسبنا الله و نعم الوكيل نعم المولى و نعم النصير.....

Bacaan tersebut merupakan bentuk pengakuan hamba bahwa Allah adalah sebaik-baiknya Dzat yang memberi perlindungan, kenikmatan dan pertolongan. Sebuah pengakuan bahwa cukup lah Allah menjadi penyembuh bagi segala macam

⁴⁴ M. Amin Syukur, *Zikir Menyembuhkan Kankerku; Pengalaman Kesembuhan Seorang Penderita Kanker Ganas yang Divonis Memiliki Kesempatan Hidup Hanya Tiga Bulan*,hlm.105-106.

penyakit dan pemberi pertolongan bagi segenap permasalahan.

Bacaan tersebut merefleksikan sikap *tawakkal* yang merupakan buah dari kesabaran. Menurut Sahlul Bin Abdullah, *tawakkal* adalah terputusnya kecenderungan hati seorang hamba pada selain Allah. Sedangkan Yusuf Qardhawi lebih menekankan *tawakkal* pada sikap penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah dengan tanpa adanya keraguan tentang apapun yang menjadi keputusan Allah.⁴⁵

Dzikir yang dibaca selanjutnya adalah *al-Asma' al-Husna* yaitu;

١. يا هادي يا عليم يا خبير يا ممي X ١١

٢. يا الله X ١١

٣. يا رحمن يا رحيم X ١١

٤. يا حي يا قيوم X ١١

⁴⁵ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tassawuf dan Psikologi; Telaah atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, , hlm. 28-46.

٥. يا حنان يا منان..... X١١

٦. يا برهان يا غفران..... X١١

٧. يا ديان يا سلطان..... X١١

٨. يا سميع يا بصير..... X١١

٩. يا لطيف..... X١١

Dzikir al-Asma' al-Husna sangat dianjurkan sekali untuk dibaca, lebih-lebih Allah SWT. telah memerintahkan kepada manusia untuk berdo'a dengan *al-Asma' al-Husna*:

و لله الأسماء الحسنى فادعوه بها.

*"Hanya milik Allah asma'ul husna, maka bermohonlah kepada-Nya dengan menyebut asma'ul Husna itu..."*⁴⁶

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Baidi Bukhori dalam bukunya *Dzikir al-Asma' al-Husna: Solusi Problem Agresivitas Remaja* menunjukkan bahwa pemanfaatan

⁴⁶ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, h. 174

dzikir al-Asma' al-Husna untuk rehabilitasi psikis di kalangan remaja sangat signifikan terhadap pengendalian perilaku remaja. Remaja yang direhabilitasi dengan *dzikir al-Asma' al-Husna* perilakunya lebih terkendali daripada yang tidak direhabilitasi.⁴⁷

Bacaan selanjutnya adalah;

X۱۱ لا اله الا انت سبحانك ابي كنت من الظالمين

Bacaan tersebut menyiratkan tentang pengesaan terhadap Allah Swt yang tidak ada tuhan selain-Nya dan mensucikan Dzat-Nya serta pengakuan tentang banyaknya kedhaliman yang telah diperbuat oleh seorang hamba. Adapun bacaan selanjutnya adalah;

X۱۱ انا لله وانا اليه راجعون

Inti dari bacaan tersebut adalah kesadaran diri bahwa segala sesuatu adalah milik Allah, berasal dari-Nya dan suatu saat pasti akan kembali kepada-Nya. Termasuk dalam hal ini adalah nikmat sehat, sehat adalah milik Allah yang kapan pun Allah menghendaki saat itu juga Dia mengambilnya dari hamba-Nya. Sehingga hanya

⁴⁷ Baidi Bukhori, *Dzikir Al Asma' al- Husna: Solusi Problem Agresivitas Remaja*, (Semarang: Fakultas Dakwah IAIN Walisongo, 2008), hlm.67

Allah lah yang mampu menyembuhkan sakit seorang hamba dan menjadikan hamba tersebut sehat seperti sediakala. Hal ini sesuai dengan firman Allah:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالشَّمْرَاتِ وَبِشْرِ الصَّابِرِينَ {١٥٥} الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا
لِلَّهِ وَإِن إِلَيْهِ رَاجِعُونَ {١٥٦} وَأُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ
وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ {١٥٧}

“Dan sesungguhnya Kami senantiasa memberikan kepadamu suatu rasa ketakutan, lapar, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan; dan sampaikanlah berita gembira kepada para penyabar; yaitu orang-orang yang apabila musibah telah menimpa, mereka mengatakan: “Sesungguhnya kami milik Allah dan sesungguhnya hanya kepada-Nya kami akan kembali. Mereka itulah orang-orang yang memperoleh ucapan salawat dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang memperoleh petunjuk”. ⁴⁸

⁴⁸ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 8

Kemudian dilanjutkan dengan membaca:

X ۱۱واعف عنا و اغفر لنا وارحمنا.

X ۱۱استغفر الله العظيم.

Kedua bacaan tersebut merupakan ucapan taubat, mengharap ampunan dari Allah SWT. Perintah untuk bertaubat sendiri banyak sekali tercantum dalam al-Qur'an, salah satunya adalah firman Allah yang artinya; "Bertaubatlah kamu semua kepada Allah, wahai orang-orang yang beriman, supaya kamu semua menjasi orang yang beruntung"⁴⁹. Dan juga dalam sabda Nabi yang artinya: *"Wahai manusia! Bertaubatlah kepada Allah, maka demi Allah sesungguhnya aku telah bertaubat kepada Allah lebih dari tujuh puluh kali dalam sehari."*⁵⁰

Selanjutnya adalah membaca shalawat:

X ۱۱اللهم صل على سيدنا محمد.

Bacaan shalawat sangat dianjurkan sekali untuk dibaca karena selain sebagai salah satu ungkapan

⁴⁹ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 353

⁵⁰ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tasawuf dan Psikologi: Telaah atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2002), hlm. 29.

kecintaan seseorang kepada Rasulullah, Shalawat juga diperintahkan oleh Allah SWT untuk dibaca sebagaimana firman-Nya dalam al-Qur'an surat Al-Ahzab ayat 56.

Dan yang terakhir adalah bacaan tahlil, yaitu kalimat:

X \ ٠٠ لا اله إلا الله

Kalimat ini merupakan sebuah pernyataan final bahwa tidak ada Tuhan selain Allah. Pembacaan kalimat ini juga bertujuan agar kita senantiasa mengingat Allah SWT. Karena dengan mengingat Allah maka hati akan menjadi tenang dan dengan hati yang tenang maka kesehatan pun akan diraih.

الذين امنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله الا بذكر الله تطمئن القلوب.

“..... yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi hati yang tenteram dengan mengingat Allah, ketahuilah hanya dengan mengingat Allah itulah hati akan tenteram.”⁵¹

3) Do'a

Dalam pandangan tasawuf do'a merupakan bentuk dari sikap *muqarabah* yang menunjukkan kedekatan seorang hamba dengan Tuhannya sebagaimana dengan jelas

⁵¹ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 25

dinyatakan dalam Al-Qur'an surat al Baqarah ayat 186. Selain menunjukkan tentang keberadaan Allah, ayat ini menjelaskan tentang cara membangun keakraban bersama Allah SWT, yaitu berdo'a, menjalankan perintah-Nya dan beriman kepada-Nya.

Selain sikap *muqarabah* jika dihubungkan dengan masalah sakit yang diyakini sebagai takdir Allah SWT, maka *khauf* atau takut kepada Allah SWT atas segala hal yang telah dilakukan, sehingga menuntut *taubah an-nasuha, wara', zuhud, mahabbah, dan raja'* sangat dibutuhkan dalam proses rehabilitasi.⁵²

Ketika proses rukyah berlangsung do'a dilakukan bukan hanya sekali tapi beberapa kali baik setelah shalat maupun setelah pembacaan istighatsah. Bukannya tanpa tujuan, do'a adalah intisari ibadah⁵³ sebagai bentuk komitmen kegamaan seseorang⁵⁴. Do'a menjadi ibadah yang menjalin kedekatan antara hamba dengan Allah SWT karena dalam do'a seseorang memohon kepada Allah agar dikabulkan apa yang dimohonkannya. Dengan demikian

⁵² Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode tasawuf*.....hlm. 68

⁵³ Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode tasawuf*, hlm.79.

⁵⁴ Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode tasawuf*,hlm.79.

do'a memuat kepasrahan hamba dan pengakuannya atas kemaha kuasa Allah SWT.

Dalam al-Qur'an Allah memerintahkan manusia untuk memohon kepada-Nya dan Allah menjanjikan terkabulnya do'a bagi hamba yang mau berdo'a dengan penuh keimanan dan merasakan kehadiran Allah.

وإذا سألك عبادى عني فإني قريب. أجيب دعوة الداع إذا دعان.

فليستجيبوا لى واليؤمنوا بى لعلمهم يرشدون.

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya tentang Aku, maka sesungguhnya Aku dekat; Aku akan mengabulkan permohonan orang yang berdo'a apabila ia berdo'a kepada-Ku. Maka hendaknya mereka percaya kepada-Ku agar mereka selalu memperoleh pemahaman yang suci. (Q.S. Al-Baqarah:186).⁵⁵

4) Tausiah

Pada dasarnya prinsip yang diterapkan oleh rehabilitasi Islam adalah pemberian nasehat, saran dan petunjuk agar seseorang dapat senantiasa bertakwa

⁵⁵ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 28

kepada Allah SWT yaitu dengan melaksanakan segala perintah Allah dan menjauhi larangan-larangan-Nya. Dengan ketaatan tersebut maka seseorang akan menjadi sehat jiwa dan raganya, fisik dan psikisnya serta akan memperoleh kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat⁵⁶.

Dalam proses rehabilitasi penting sekali adanya pemberian tausiah yang mengingatkan pasien terhadap hal-hal yang telah diperbuatnya dan membimbingnya menuju ketakwaan sebagaimana yang digariskan oleh *syari'at*. Dalam hal ini Allah SWT berfirman:

ولتكن منكم أمة يدعون إلى الخير ويأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر وأولئك هم المفلحون.

“Dan hendaknya harus ada diantara kamu orang-orang yang mengajak kepada kebaikan, menganjurkan kebaikan dan mencegah kemungkaran. Dan mereka itulah orang-orang yang memperoleh kemenangan.” (Q.S. Ali Imron: 104)⁵⁷

⁵⁶ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm.311.

⁵⁷ Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2005, hlm. 63

Tausiah bertujuan untuk memunculkan sikap *khauf* yang pada intinya menyadarkan pasien agar senantiasa memiliki perasaan takut terhadap hukum-hukum Allah baik didunia maupun di akhirat. *Khauf* atau perasaan takut yang dimaksud adalah takut terhadap akibat yang ditimbulkan dari perbuatan yang dilakukan sehingga dengan sendirinya perasaan tersebut mendorongnya untuk melakukan yang terbaik sehingga kelak ia akan mendapatkan akibat yang baik pula. Dari rasa *khauf* kemudian lahir *raja'* yaitu keterikatan hati terhadap sesuatu yang diharapkan akan terjadi pada masa depan. *Raja'* berbeda dengan *tamanni* (angan-angan). *Raja'* lebih bersifat aktif, sedangkan *tamanni* bersifat pasif. Sehingga orang yang bersikap *raja'* ia akan berupaya semaksimal mungkin untuk mendapatkan keinginannya⁵⁸. Pasien yang telah diberi *tausiah* diharapkan memiliki keinginan yang kuat untuk sembuh. Dengan memiliki keinginan kuat untuk sembuh maka akan membantu mempercepat proses penyembuhan pasien.

⁵⁸ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tasawuf dan Psikologi: Telaah atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, , hlm. 29.

Dalam rangkaian proses rukyah, KH. Supono Mustajab selalu memberikan tausiah yang mengingatkan tentang pentingnya berdzikir kepada Allah, mengingat dosa-dosa dan kematian, mengajak kepada ketaatan, keagungan membaca al-Qur'an dan mengingatkan agar jama'ah senantiasa berbakti kepada kedua orang tua. Pada malam Jum'at Kliwon, tausiah bukan hanya diberikan oleh KH. Supono Mustajab tetapi juga ulama lain yang hadir pada saat itu. Ketika tausiah ini berlangsung, tidak jarang para jama'ah menangis atau sekedar diam merenungkan apa yang disampaikan oleh para pembicara. Melalui tausiah ini diharapkan akan muncul kesadaran dari diri masing-masing jamaah yang pada akhirnya secara tidak langsung pasien akan bisa menerapi dirinya sendiri.

5) Pemberian air putih yang dido'akan.

Sebelum berangkat untuk mengikuti *mujahadah* di kediaman KH. Supono Mustajab di komplek Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab, biasanya jamaah dianjurkan untuk membawa air putih. Air putih ini setibanya di tempat *mujahadah* di letakkan di depan pada *mujahadah* malam Jum'at Kliwon, dan di tengah-tengah jamaah pada malam Rabu dan malam Jum'at biasa. Air

putih yang telah dibacakan *dzikir istighatsah* dan do'a tersebut kemudian dibawa pulang oleh jamaah untuk diminumkan kepada pasien atau dikonsumsi untuk tujuan yang lain.

Penggunaan air putih sebagai rehabilitasi ini sebenarnya jamak dilakukan oleh banyak *therapist*. Di kalangan masyarakat Jawa yang beragama Islam sendiri sudah sering melakukannya terutama ketika pembacaan manakib Syaikh Abdul Qadir al-jailani. Mereka percaya bahwa air yang telah dibacakan manakib berkhasiat untuk kesehatan dan terkabulnya do'a. Bahkan di beberapa tempat Ziarah seperti komplek makam Sultan Fatah Demak dan makam-makam Walisongo terdapat mata air yang dipercaya dapat berkhasiat menyembuhkan berbagai macam penyakit.

Terkait dengan air yang dido'akan ini sebenarnya tak berbeda jauh dengan air zam-zam. Air zam-zam juga dipercaya sangat berkhasiat terutama bagi kesehatan sehingga Jama'ah Haji atau Umrah pasti tidak akan menyia-nyiakan kesempatan untuk meminum air zam-zam dan membawa pulang sebagai oleh-oleh untuk keluarganya.

Manfaat dan potensi dahsyat air putih telah disebutkan dalam al-Qur'an. Disebutkan bahwa air adalah sumber kehidupan. Tanpa air akan terhentilah sistem kehidupan dunia.

أَوَلَمْ يَرِ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنَاهُمَا
وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ.

“Dan dari air Kami jadikan segala sesuatu yang hidup. Maka mengapakah mereka tiada juga beriman?.” (QS. 21: 30).

Ada beberapa syarat agar air putih yang dido'akan memiliki khasiat untuk kesehatan yang pertama adalah membenahi keyakinan bahwa hanya atas kehendak Allah dengan perantaraan air putih, segala macam penyakit bisa disembuhkan. Kedua, do'a didahului dengan menetapkan keyakinan bahwa Allah SWT adalah Tuhan Yang Maha Esa, Yang Maha Kuasa, Maha Mendengar. Ketiga, sikap dan suasana yang dibangun adalah tenang (*Khusyu'*) dan penuh konsentrasi. Keempat, ketika membaca do'a lebih utama dilakukan dengan menghadap kiblat, dalam keadaan suci, dan tempat yang bersih.

Kelima, segala hal yang dimakan, apa yang diminum maupun dikenakan, diperoleh secara baik dan halal agar permohonan kesembuhan dikabulkan oleh Allah.⁵⁹ Hal ini sesuai dengan hadist Rasulullah SAW yaitu:

“Ada seseorang yang menempuh perjalanan panjang, rambut dan pakaian kusut, ia mengulurkan tangannya ke arah langit, sambil berdo’a, “Wahai Tuhanku, wahai Tuhanku! (kabulkanlah do’aku),” padahal makanan yang dimakannya dari hasil haram, pakaian yang dipakainya dari hasil yang haram, minumannya dari hasil yang haram, dan apa-apa yang dikonsumsi pun dari hasil yang haram. Bagaimana mungkin do’anya akan dikabulkan?” (HR. Muslim).

Di samping itu, hendaklah ketika minum air putih tersebut dengan menggunakan tangan kanan, sebagaimana sabda Nabi:

“Jika salah seorang dari kalian hendak makan, hendaklah makan dengan tangan kanan. Dan apabila

⁵⁹Lutfil Kirom Az Zumaro, *Terapi Air Putih yang Didoakan*, (Yogyakarta: Semesta Hikmah. 2014) hlm. 94-97

ingin minum, hendaklah minum dengan tangan kanan. Sesungguhnya setan makan dengan tangan kirinya dan minum dengan tangan kirinya.” (HR. Muslim)

Apabila kelima syarat tersebut telah terpenuhi maka air putih yang dibacakan do'a akan menjadi sumber kesembuhan atas segala penyakit dan menjaga kesehatan tubuh sebagai modal untuk beribadah, dan mencari rahmat Allah SWT.

Keyakinan tentang khasiat air yang dido'akan ini ternyata bukan sebatas keyakinan semata karena hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh seorang Profesor dari Jepang yaitu Prof. Masaru Imoto. Dalam penelitiannya, ia telah mengambil sample 10.000 jenis air dan mengujinya di laboratorium sebanyak 1000 kali dengan sebelumnya air tersebut ada yang dibacakan do'a, dibiarkan begitu saja, dipuji dan ada pula air yang dicaci maki. Air dengan berbagai jenis perlakuan tersebut kemudian dibekukan 20 derajat celsius dan dibesarkan dengan mikroskop berteknologi tinggi sebanyak 200 kali. Uji laboratorium tersebut ternyata menghasilkan sesuatu yang luar biasa. Air yang telah

dibacakan do'a atau dipuji (termasuk di dalamnya air zam-zam) membentuk sebuah bentuk yang sangat indah. Sedangkan air yang dicaci maki membentuk garis-garis yang semrawut dan terkesan menakutkan.⁶⁰

Dengan adanya penelitian tersebut, maka berarti keyakinan sebagian umat Islam akan khasiat air yang telah dibacakan *dzikir* dan do'a bukanlah tahayyul akan tetapi sebuah keyakinan yang terbukti secara ilmiah. Sehingga tidak heran jika rehabilitasi menggunakan air putih yang dibacakan *dzikir* dan do'a di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab terbukti manjur dan sampai sekarang semakin banyak pasien yang berdatangan ke sana.

Rehabilitasi non-medis yang dilakukan di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab juga sesuai dengan kriteria rehabilitasi Qur'ani yang dirumuskan oleh Machasin di dalam penelitiannya mengenai gangguan mental dan psikorehabilitasi nya dalam perspektif al-Qur'an yaitu; *Tandzir* (memberi peringatan) yang dalam rehabilitasi non-medis di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajab berupa pemberian tausiah-tausiah, dan *Tadzkir*

⁶⁰ In'amuzzahisin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz H. Hariyono*, ...hlm. 85.

(Mengingat Allah) yang diimplementasikan dengan *dzikir*, shalat dan do'a⁶¹.

⁶¹Machasin, *Gangguan Mental Dan Psikoterapinya Dalam Perspektif Al-Qur'an*, ,hlm. 101.