

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan Konseling Islami dan Kelainan Mental

1. Bimbingan dan Konseling Islami

a. Pengertian bimbingan dan konseling Islami

Secara harfiah, bimbingan adalah menunjukkan, memberi jalan atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang bermanfaat bagi hidupnya di masa sekarang dan di masa yang akan datang. Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata *guidance* yang berasal dari bahasa Inggris, dari kata kerja *to guide*,¹ yang berarti menunjukkan. Jadi, kata *guidance* berarti memberi petunjuk, pemberian bimbingan (tuntunan) kepada orang lain yang membutuhkan bantuan.

Sedangkan pengertian bimbingan menurut pendapat beberapa ahli sebagai berikut:

- 1) *Guidance is the assistance given to individuals in making intelligent choices and adjustments.*² Bimbingan adalah memberikan bantuan kepada individu dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan penyesuaian.
- 2) Menurut W.S. Winkel, bimbingan berarti pemberian bantuan kepada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup.³
- 3) Menurut Hallen A, bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang terus menerus dari seorang pembimbing yang dipersiapkan kepada individu yang membutuhkannya dalam rangka mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya secara optimal

¹ John M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), hlm. 283.

² Arthur J. Jones, *Principles of Guidance*, (New Delhi: Tata Mcgraw-Hill Publishing Company, 1977), hlm. 3.

³ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hlm. 7.

dengan menggunakan berbagai macam media dan teknik bimbingan dalam suasana asuhan yang normatif agar tercapai kemandirian sehingga individu dapat bermanfaat baik bagi dirinya sendiri maupun lingkungannya.⁴

Rumusan tersebut merupakan konsep bimbingan secara umum, sedangkan dalam penelitian ini istilah bimbingan yang peneliti gunakan adalah bimbingan Islami. Pengertian bimbingan dari sudut pandang Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Istilah konseling berasal dari kata “*counseling*” berasal dari kata “*to counsel*” secara etimologis berarti “*to give advice*” atau memberikan saran dan nasihat. Konseling juga memiliki arti memberikan nasihat atau memberi anjuran kepada orang lain secara tatap muka (*face to face*).⁵ Jadi, konseling adalah pemberian nasihat kepada orang lain secara individu dan dilakukan dengan tatap muka (*face to face*).

Adapun pengertian konseling Islami yang dikemukakan para tokoh, sebagai berikut:

- 1) Menurut Kartini Kartono, konseling adalah salah satu usaha menolong “kesulitan” orang lain yang membutuhkannya.⁶
- 2) Menurut Yusuf dan Nurihsan, konseling Islami adalah proses motivasional kepada individu (manusia) agar memiliki kesadaran untuk “*come back to religion*”, karena agama akan memberikan pencerahan terhadap pola sikap, pikir, dan perilakunya ke arah kehidupan personal dan sosial yang *sakinah, mawaddah, rahmah, dan ukhuwwah*, sehingga manusia akan terhindar dari mental yang

⁴ Hallen A., *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hlm. 8-9.

⁵ Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, hlm. 10-11.

⁶ Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaannya*, (Jakarta: Rajawali, 1985), hlm. 157.

tidak sehat, atau sifat-sifat individualistik, nafsu eksploitatif yang memunculkan malapetaka di bumi.⁷

- 3) Musnamar berpendapat bahwa konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁸

Beberapa definisi yang berhasil peneliti kumpulkan mengenai pengertian bimbingan dan konseling Islami yaitu sebagai berikut:

- 1) Menurut Sutoyo, bimbingan dan konseling Islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah SWT.⁹
- 2) Sementara Samsul Munir Amin mendefinisikan bimbingan dan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimiliki secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur'an dan al-Hadīṣ Rasulullah Muhammad SAW ke dalam diri, sehingga ia dapat hidup selaras sesuai dengan tuntunan al-Qur'an dan al- Hadīṣ.¹⁰

⁷ Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hlm. 71.

⁸ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 5.

⁹ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori & Praktik)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm. 22.

¹⁰ Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, hlm. 23.

Dari beberapa definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islami merupakan pemberian bantuan kepada individu agar dapat mengembangkan segala fitrahnya untuk menghadapi masalahnya sesuai dengan tuntunan ajaran Islam.

Dasar bimbingan dan konseling Islami berasal dari perintah Allah SWT dan Rasul-Nya yang memberi isyarat kepada manusia untuk memberi petunjuk (bimbingan) kepada orang lain. Adapun dasar bimbingan dan konseling Islami dapat disebutkan dalam Surat Asy-Syūra ayat 52:

وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِّنْ أَمْرِنَا ۗ مَا كُنْتَ تَدْرِي مَا الْكِتَابُ وَلَا الْإِيمَانُ

وَلَكِن جَعَلْنَاهُ نُورًا نَّهْدِي بِهِ مَن نَّشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا ۗ وَإِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ

مُسْتَقِيمٍ ﴿٥٢﴾

Dan demikianlah Kami wahyukan kepadamu wahyu (al-Qur'an) dengan perintah Kami. Sebelumnya kamu tidaklah mengetahui apakah al-Kitab (al-Qur'an) dan tidak pula mengetahui apakah iman itu, tetapi Kami menjadikan al-Qur'an itu cahaya, yang Kami tunjuki dengan dia siapa yang Kami kehendaki di antara hamba-hamba Kami dan Sesungguhnya Kami benar-benar memberi petunjuk kepada jalan yang lurus. (Surat Asy-Syūra/42: 52).¹¹

Dia telah memberi wahyu kepada Nabi-nabi sebelumnya maka Allah memberi wahyu pula kepada Nabi Muhammad SAW berupa al-Qur'an. Sedang sebelumnya Nabi SAW tidak tahu bahwa al-Qur'an itu

¹¹ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat Asy-Syūra: 52, (Jakarta: Pelita, 1982), hlm. 791.

dan apakah syari'at-syari'at yang dengan itu manusia diberi petunjuk dan diperbaiki keadaannya di dunia maupun di akhirat.¹²

Berdasarkan ayat tersebut, dapat dipahami bahwa dalam menghadapi kesulitan hidup dihadapi dengan rasa optimis dan tidak dengan putus asa, karena firman Allah SWT tersebut memberikan petunjuk jalan yang lurus dan juga sebagai pegangan umat manusia dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Bimbingan dan konseling Islami merupakan salah satu cara untuk menanggulangi penderita kelainan mental. Sebab bimbingan dan konseling Islami ini adalah proses penyembuhan dan penyadaran diri terhadap kegelisahan jiwa akibat problematika yang terjadi melalui pengarahan yang bersumberkan dari al-Qur'an dan al-Hadīś.

b. Tujuan bimbingan dan konseling Islami

Tujuan bimbingan dan konseling Islami yaitu bimbingan sifatnya hanya merupakan bantuan saja, sedangkan tanggung jawab penyelesaian masalah terletak pada diri individu yang bersangkutan. Secara garis besar tujuan bimbingan dan konseling Islami dapat dirumuskan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Sedangkan tujuan khususnya adalah mengantarkan individu mengenal, mencintai, dan berjumpa dengan esensi diri dan citra diri serta zat yang maha suci yaitu Allah SWT.¹³

Sedangkan menurut Yusuf dan Nurihsan, tujuan bimbingan dan konseling Islami itu dapatlah dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya, sekolah, tempat kerja, maupun masyarakat pada umumnya.

¹² Ahmad Mushthafa al-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi*, terj. K. Anshori Umar Sitanggal, dkk, (Semarang: Karya Thoha Putra Semarang, 1993), hlm. 116.

¹³ Hamdani Bakran Adz-Dzaki, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm. 228-279.

- 2) Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan, baik fisik maupun psikis.
- 3) Memiliki rasa tanggung jawab yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas atau kewajibannya.
- 4) Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (*human relation ship*), yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia.
- 5) Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik (masalah) baik bersifat internal (dalam diri sendiri) maupun dengan orang lain.¹⁴

Jadi, tujuan bimbingan dan konseling Islami adalah menuntun seseorang dalam membantu mengatasi problematika kehidupan yang dihadapi dan meningkatkan kualitas keimanan dan ketakwaan.

c. Materi bimbingan dan konseling Islami

Materi bimbingan dan konseling Islami pada dasarnya bersumber pada al-Qur'an dan al-Hadīṣ. Materi yang disampaikan bertujuan untuk memberikan bimbingan atau pengajaran ilmu yang bersumber pada ayat al-Qur'an dan al-Hadīṣ. Materi yang digunakan dalam menangani kelainan mental berhubungan dengan aqidah (tauhid), ibadah, dan akhlak (budi pekerti).¹⁵

Sebagaimana yang dikemukakan Sanwar, bahwa materi bimbingan merupakan ajakan, gerakan, dan ide gerakan untuk mencapai tujuan. Isi ajakan itu dimaksudkan agar manusia mau menerima dan memahami serta mengikuti ajaran tersebut sehingga ajaran Islam ini benar-benar diketahui, dipahami, dihayati, dan selanjutnya diamalkan sebagai pedoman hidup dalam kehidupannya. Semua ajaran Islam tertuang dalam wahyu yang diterima oleh Rasulullah Muhammad SAW. yang perwujudannya terkandung dalam

¹⁴ Yusuf dan Nurihsan, "Landasan Bimbingan ...", hlm. 14.

¹⁵ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hlm. 100.

al-Qur'an as-Sunnah.¹⁶ Materi pokok bimbingan dan konseling Islami yang diberikan meliputi:

1) Materi Aqidah

Aqidah adalah kepercayaan, keimanan kepada wujud dan keesaan Allah SWT.¹⁷ Materi aqidah sangat pokok disampaikan, karena aqidah merupakan masalah fundamental dalam Islam dan juga merupakan fundamental bagi setiap muslim sehingga tumbuh dalam dirinya keimanan terhadap Allah SWT dengan segala ketentuan-Nya.

Kepercayaan kepada Allah SWT akan memberi kekuatan kepada manusia. Selain itu juga memberikan keteguhan hati, keberanian, keaktifan, dan kedamaian batin. Kartini Kartono dan Jenny Andari juga menegaskan, bahwa keyakinan pada kebesaran Ilahi pasti menonjolkan kesejahteraan jiwa, juga memberikan rasa aman, rasa keadilan, kepercayaan, dan harapan, baik untuk saat di dunia maupun di akhirat.¹⁸ Sehingga aqidah/keimanan dapat menciptakan rasa aman dan tentram pada jiwa.

Aqidah merupakan rukun iman yang menjadi dasar dan memberi arah bagi hidup dan kehidupan manusia, karena keimanan seseorang tidak bersifat tetap (berubah-ubah) hal ini dapat dilihat dari Ḥadīṣ Rasulullah Muhammad SAW yang berbunyi:

أَبُو عَثْمَانَ الْبَخَارِيُّ سَعِيدُ بْنُ سَعْدٍ قَالَ: ثَنَا الْهَيْثَمُ بْنُ خَارِجَةَ ثَنَا أَسْمَاعِيلُ يَعْنِي ابْنَ عِيَّاشٍ عَنْ عَبْدِ الْوَهَّابِ بْنِ مَجَاهِدٍ عَنْ مَجَاهِدٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ وَابْنِ عَبَّاسٍ قَالَا: الْإِيمَانُ نَزْرٌ يُدْ وَيَنْقُصُ. (رواه ابن ماجه)¹⁹

¹⁶ Zainal Abidin, *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, (Yogyakarta: PPM IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2003), hlm. 60.

¹⁷ Zakiah Daradjat, *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hlm. 64.

¹⁸ Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung, Mandar Maju, 1989), hlm. 272.

¹⁹ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Sunan Ibnu Majah*, (Beirut: Dār al-Fikr, t.th), juz 2, *Sunan Ibnu Majah*, juz 2, hlm. 28.

“Abu Usmān Al-Bukhari Sa’id bin Sa’di, menceritakan kepada kita, Al-Haisam bin Khorijah, menceritakan kepada kita, Ismail, yakni Ibnu Abbas dari Abdul Wahhab bin Mujahid, dari Abi Hurairah dan Ibnu Abbas keduanya berkata: Iman itu dapat bertambah dan dapat berkurang”

Dengan adanya keimanan seseorang itu berubah-ubah maka untuk meningkatkannya perlu adanya pembinaan yang dinamis agar keimanan mereka tidak statis atau bahkan turun sehingga tetap mengalami perbaikan (meningkat terus menerus). Oleh karena itu, pembinaan aqidah penting disampaikan kepada penderita kelainan mental agar tetap berpegang teguh pada keimanan terhadap Allah SWT dengan senantiasa mendekatkan diri kepada-Nya.

2) Materi Ibadah

Ibadah adalah segala bentuk pengabdian yang ditujukan kepada Allah SWT semata yang diawali oleh niat. Semua perbuatan baik dan terpuji menurut norma ajaran Islam, dapat dianggap ibadah dengan niat yang ikhlas karena Allah SWT semata.

Ibadah dalam arti yang khusus ialah suatu upacara pengabdian yang sudah digariskan oleh syari’at Islam, baik bentuknya, caranya, waktunya, serta syarat dan rukunnya, seperti salat, puasa, zakat, haji dan sebagainya. Perbuatan ibadah itu wajib dikerjakan sesuai dengan petunjuk syari’at.²⁰ Diantara semua ibadah seperti salat, puasa, zakat, dan haji, salatlah yang dianggap paling utama, sehingga ibadah ini dipandang sebagai tiang agama.

Dengan ibadah salat sebagai ibadah pokok dan kunci dalam agama Islam, diharapkan seseorang tersebut benar-benar telah menyerahkan seluruh permasalahannya kepada Allah SWT atas

²⁰ Daradjat, “Metodik Khusus ...”, hlm. 73.

dasar keyakinan yang teguh, ia percaya bahwa Allah SWT akan memberikan pertolongan-Nya dengan memberi petunjuk berupa jalan terbaik penyelesaian masalah tersebut, dan akhirnya ia dapat kembali merasakan ketenangan hati.²¹

Tujuan utama pemberian materi praktek ibadah adalah untuk mengetahui kemampuan dan keaktifan pasien dalam mengaplikasikan materi ibadah yang telah di terima. Materi ibadah tepat sekali disampaikan karena dapat dijadikan sebagai evaluasi terhadap kemampuan dan keaktifan pasien dalam menjalankan ibadah, seperti salat, zikir, dan do'a sehari-hari. Sekaligus menjadi barometer sejauh mana pelaksanaan ibadah yang selama ini dilakukan, selanjutnya diperbaiki jika ada kekeliruan oleh pembimbing.

3) Materi Akhlak

Dalam bahasa Indonesia, secara umum, akhlak diartikan dengan tingkah laku atau budi pekerti. Menurut Imam Ghazali, akhlak ialah suatu istilah tentang bentuk batin yang tertanam dalam jiwa seseorang yang mendorong ia berbuat bukan karena suatu pemikiran dan bukan pula karena suatu pertimbangan.²²

Materi akhlak berarti pengajaran tentang bentuk batin seseorang yang kelihatan pada tingkah lakunya. Dalam arti yang lebih dalam, sebenarnya materi akhlak adalah materi yang berkaitan dengan nilai suatu perbuatan seseorang.²³ Materi tersebut berkaitan dengan akhlak selaku hamba kepada Allah SWT, akhlak terhadap dirinya sendiri, akhlak sebagai manusia terhadap manusia yang lain, akhlak terhadap binatang, dan akhlak terhadap makhluk Allah SWT. yang lainnya.

²¹ Lubis, *Konseling Islami*, hlm. 102.

²² Muhammad Alim, *Pendidikan Agama Islam (Upaya Memberikan Pemikiran dan Kepribadian Muslim)*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 151-152.

²³ Daradjat, "Metodik Khusus ...", hlm. 68-71.

d. Metode bimbingan dan konseling Islami

Metode dapat diartikan sebagai cara-cara atau langkah-langkah yang digunakan dalam menyampaikan suatu gagasan, pemikiran, atau wawasan yang disusun secara sistematis dan terencana. Adapun metode yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling Islami dalam menangani penderita kelainan mental yaitu sebagai berikut:

1) Metode ceramah

Secara khusus metode bimbingan mental Islami yang biasa digunakan adalah metode ceramah.²⁴ Dalam metode ini, guru memberikan uraian atau penjelasan kepada sejumlah peserta didik pada waktu dan tempat tertentu. Dilaksanakan dengan bahasa lisan untuk memberikan pengertian terhadap sesuatu masalah.

Metode ceramah mempunyai kelebihan dan juga kelemahan. Kelebihan metode ini adalah sangat cocok untuk menjelaskan persoalan-persoalan yang tidak mungkin disampaikan dengan metode yang lain. Sedangkan kelemahan metode ceramah adalah metode ini sedikit sekali memberikan kesempatan kepada anak didik untuk mengembangkan kreativitasnya, sehingga anak didik menjadi pasif di dalam belajar.²⁵ Ada tiga langkah pokok yang harus diperhatikan dalam menggunakan metode ceramah, yakni persiapan, pelaksanaan dan kesimpulan.

Langkah-langkah metode ceramah adalah sebagai berikut:

a) Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan yang harus dilakukan adalah sebagai berikut:

(1) Merumuskan tujuan yang ingin dicapai.

²⁴ M. Lutfi, *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan (Konseling Islam)*, (Jakarta: Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2008), hlm. 137.

²⁵ Ahmad Munjin Nasih dan Lilik Nur Kholida, *Metode dan Teknik Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hlm. 51.

- (2) Menentukan pokok-pokok materi yang akan diceramahkan.
- (3) Mempersiapkan alat bantu.

b) Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini ada tiga langkah yang harus dilakukan:

(1) Langkah Pembukaan.

Langkah pembukaan dalam metode ceramah merupakan langkah yang menentukan. Keberhasilan pelaksanaan ceramah sangat ditentukan oleh langkah ini.

(2) Langkah Penyajian.

Tahap penyajian adalah tahap penyampaian materi pembelajaran dengan cara bertutur. Agar ceramah berkualitas sebagai metode pembelajaran, maka guru harus menjaga perhatian siswa agar tetap terarah pada materi pembelajaran yang sedang disampaikan.

(3) Langkah Mengakhiri atau Menutup Ceramah.

Ceramah harus ditutup dengan ringkasan pokok-pokok agar materi pelajaran yang sudah dipahami dan dikuasai siswa tidak terbang kembali.²⁶

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode ceramah. Metode ini digunakan karena lebih efektif dan mudah dipahami untuk diberikan kepada penderita kelainan mental, dengan adanya metode bimbingan dan konseling Islami yang efektif maka akan memudahkan pasien dalam menangkap dan memahami materi dengan mudah pula.

2) Metode ibadah

Menurut bahasa ibadah diartikan dengan

وَحَدَّةٌ وَحَدَّةٌ مَّهٌ وَحَدَّعٌ وَدَلٌّ وَطَاعٌ لَهُ (wahhadahu wa khaddamahu wa khadda'a wa dalla wa tha'a lahu) yang memiliki arti mengesakan Allah SWT patuh kepada-Nya, tunduk kepada-Nya, merasa hina

²⁶ Leo Rahman Boyanese, "Metode Ceramah", <http://Metode Ceramah Leo Rahman Boyanese.html>, diakses 30 Desember 2014.

dihadapan-Nya, dan menaati perintah-perintah-Nya. Bahkan ahli bahasa Indonesia pun turut serta mendefinisikan ibadah sebagai perbuatan yang dilakukan berdasarkan rasa bakti dan taat kepada Allah SWT untuk menjalankan perintah-Nya, serta menjauhi larangan-Nya.²⁷ Jadi, dalam ibadah tidak terlepas adanya kepatuhan terhadap Allah SWT.

Manusia adalah hamba Allah SWT “*Ibādullāh*” jiwa raga hanya milik Allah SWT, hidup matinya di tangan Allah, rizki miskin kayanya ketentuan Allah, dan diciptakan hanya untuk ibadah atau menghamba kepada-Nya, sebagaimana firman Allah dalam Surat *Az-Zāriyāt* ayat 56 sebagai berikut:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku. (Surat *Az-Zāriyāt*/51: 56).²⁸

Terhadap ayat di atas, TM. Hasbi Ash Shiddiqy menyatakan bahwa, jin dan manusia dijadikan Allah SWT untuk beribadat kepada-Nya. Tegas-nya, Allah SWT menjadikan jin dan manusia sebagai makhluk-makhluk yang mau beribadat, diberikan kepada mereka akal dan panca indera yang mendorong mereka menyembah Allah SWT dan untuk beribadatlah tujuan mereka diciptakan.²⁹

Beberapa metode ibadah yang digunakan dalam bimbingan dan konseling Islami pada penderita kelainan mental terdiri dari

²⁷ Rafy Sapuri, *Psikologi Islam: Tuntunan Jiwa Manusia Modern*, (Jakarta: Rajawali Press, 2009), hlm. 59.

²⁸ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat *Az-Zāriyāt*: 56, hlm. 862.

²⁹ T.M. Hasbi Ash Shiddiqy, *Tafsir Al-Qur'an al Majid an Nur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 1995), , juz 5, hlm. 3838.

melakukan pertobatan, mandi terapi, membacakan ayat-ayat al-Qur'an, penyucian jiwa dengan zikir, do'a bersama, dan salat berjama'ah,³⁰ terapi pijat syaraf, *wow feeling*, dan minum ramuan dari sari daun Waru. Metode tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

a) Melakukan Pertobatan.

Secara bahasa, taubat artinya "kembali". Dalam hal ini kembali ke jalan yang benar yang diridloi Allah SWT.³¹ Taubat juga berarti minta ampun pada Tuhan akan segala dosa-dosa dengan berjanji untuk meninggalkan sama sekali suatu perbuatan dosa yang dilakukan.

Perasaan berdosa menyebabkan manusia merasa negatif dan gelisah. Akibatnya, akan timbul berbagai gejala penyakit jiwa. Al-Qur'an membekali kita dengan metode yang unik dan berhasil dalam menyembuhkan perasaan berdosa' yaitu metode taubat.³² Taubat kepada Allah akan membuat diampuninya berbagai dosa dan menguatkan dalam diri manusia harapan akan ridha Allah, sehingga ia lebih bisa menerima dirinya sendiri dan berbagai gejala penyakit jiwanya akan sirna.

b) Mandi terapi

Terapi adalah suatu proses upaya penyembuhan suatu penyakit yang diderita oleh seseorang.³³ Sedangkan mandi adalah tubuh diguyur air sehingga pembuluh darah diperlukan tubuh menciut dan darah mengalir lebih banyak ke otak serta

³⁰ Isep Zainal Arifin, *Bimbingan Penyuluhan Islam Pengembangan Da'wah: Bimbingan Psikoterapi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009), hlm. 31.

³¹ Mimunah Hasan, *Al-Qur'an dan Pengobatan Jiwa*, (Yogyakarta: Bintang Cemerlang, 2001), hlm. 4.

³² Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), hlm. 328.

³³ Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dalam Literatur Tasawuf*, (Semarang: IAIN Walisongo Semarang, 2010), hlm. 45.

tubuh bagian dalam.³⁴ Mandi adalah mengalirkan air suci mensucikan ke seluruh tubuh.

Mandi terapi dapat menguatkan, menentramkan, dan menyatukan hati yang berantakan, tidak tenang, gelisah, dan dapat menyembuhkan berbagai gangguan kejiwaan.³⁵ Mandi adalah suatu penyembuhan atau usaha jiwa guna mensucikan dirinya (*thaharoh*) dengan mengalirkan air suci mensucikan ke seluruh tubuh sehingga mampu memberi solusi dari problem kejiwaan setiap manusia dan menjadi sadar akan dirinya sehingga lebih berkonsentrasi dalam menjalankan ibadah serta mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Mandi terapi dimaksudkan untuk mengendurkan atau mengurangi ketegangan otot serta urat syaraf dan juga akan memberikan kejernihan dalam pikiran. Terapi mandi dalam penelitian ini adalah suatu penyembuhan atau usaha jiwa dengan cara mensucikan dirinya (*thaharoh*) sehingga diharapkan terapi mandi ini mampu memberi solusi dari problem kejiwaan setiap manusia.

c) *Ẓikīr*

Ẓikīr adalah ucapan atau ingatan yang mempersucikan Allah SWT dan membersihkan dari pada sifat-sifat yang tidak layak untuk-Nya, selanjutnya memuji dengan puji-pujian dan sanjungan dengan sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.

Secara esensial, *Ẓikīr* adalah solusi kejiwaan yang merupakan ketentraman bagi hati yang galau dan takut dan bagi

³⁴ Muhammad Syafi'ei El-Bantanie, *Dahsyatnya Terapi Wudhu*, (Jakarta: Gramedia, 2010), hlm. 12.

³⁵ Arifin, "Bimbingan Penyuluhan ...", hlm. 151.

jiwa yang lemah. Ketika seseorang mengingat Tuhannya jiwa akan tenang dan jiwapun akan tentram³⁶

Ẓikir pada dasarnya adalah amalan spiritual yang dilakukan dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah. Ẓikir yang berupa penyebutan "Asma' Allah" secara berulang-ulang dan terus-menerus merupakan upaya yang dilakukan untuk memompakan energi positif dan sekaligus membendung energi negatif dalam diri manusia. Seseorang yang melakukan ẓikir, harus memiliki prasangka positif terhadap Tuhan dan segala ciptaannya. Dengan cara itulah energi positif akan mudah merasuk dalam diri manusia.

Ẓikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas ẓikir mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut dan mereduksi kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Ẓikir juga mampu mengingatkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah SWT semata, sehingga ẓikir mampu memberi sugesti penyembuhannya.³⁷

Dengan ẓikir, manusia akan sejahtera jiwanya, sehingga sejahtera pula tingkah laku individu dan sosialnya. Mereka akan mampu menerima kenyataan yang ada, dan dapat meletakkan hakekat kemanusiaan yang betul-betul insani. Hal itu dijelaskan dalam Surat al-Baqarah ayat 152 sebagai berikut:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersukurlah kepada-Ku, dan

³⁶Abu Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tarekat*, (Solo: Ramdani, 1993), hlm. 276.

³⁷ Afif Ansori, *Dzikir demi Kedamaian Jiwa*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm.

janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku. (Surat al-Baqarah/2: 152).³⁸

Pada ayat ini, Allah juga memerintahkan hamba-hambanya agar bersyukur kepada-Nya atas segala nikmat dan pemberian-Nya yang telah Dia limpahkan kepada mereka. Adapun salah satu kenikmatan yang terbesar dari-Nya itu adalah nikmat hidayah. Dan nikmat ini harus disyukuri dengan mewujudkan ilmu yang bermanfaat dan menjalankan amal saleh. Allah juga memerintahkan agar seorang hamba senantiasa menjalankan ibadah kepada-Nya supaya Dia mengingat-Nya dengan memberinya pahala, mengingat-Nya di kala senang agar Dia mengingat-Nya disaat ia susah.³⁹

d) Membacakan al-Qur'an

Ayat-ayat al-Qur'an mengandung aplikasi terapi sufistik untuk orang-orang yang *ummi*, buta huruf, tidak dapat menulis dan tidak dapat membaca, dan orang-orang yang telah terjebak dalam ruang lingkup fanatisme sektarian.

Oleh karena itulah mereka sangat mudah terganggu jiwanya. Mereka tidak memiliki pedoman bagaimana cara membangun dan mengembangkan kepribadian yang Qur'ani. Bagaimana cara mengembangkan berfikir, berperasaan, perilaku melakukan interaksi *vertikal* dan *horisontal* yang Qur'ani dan sebagainya.⁴⁰

Al-Qur'an adalah obat yang paling utama dalam kedokteran jiwa, santapan dan kenikmatan rohani, cahaya hati dan penerang kegelapan. Al- Qur'an juga digunakan untuk

³⁸ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Baqarah: 152, hlm. 38.

³⁹ 'Aidh al-Qarni, *Tafsir Muyassar*, (Jakarta: Qitshi Press, 2007), hlm. 116.

⁴⁰ Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, hlm. 403.

kesembuhan bagi tubuh dan jiwa.⁴¹ Al-Qur'an sebagai terapi gangguan kejiwaan, sebab didalamnya memuat resep-resep mujarab yang dapat menyembuhkan penyakit jiwa manusia. Tingkat kemujarabannya sangat tergantung seberapa jauh tingkat sugesti keimanan pasien. Sugesti yang dimaksud dapat diraih dengan mendengar dan membaca, memahami, dan merenungkan serta melaksanakan isi kandungannya.

Diantara ayat-ayat di dalam al-Qur'an yang digunakan sebagai metode penyembuhan atau pengobatan terhadap pasien penderita kelainan mental adalah sebagai berikut:

(1) Surat al-Fātihah/1: 1-7.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿١﴾ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿٢﴾

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿٣﴾ مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ﴿٤﴾ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ

نَسْتَعِينُ ﴿٥﴾ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ﴿٦﴾ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ

عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ﴿٧﴾

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam. Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Yang menguasai hari pembalasan. Hanya kepada Engkaulah kami menyembah dan hanya kepada Engkaulah kami mohon pertolongan. Tunjukilah kami jalan yang lurus. (Yaitu) jalan orang-orang yang telah Engkau anugerahkan ni'mat kepada mereka, bukan (jalan) mereka yang

⁴¹ Muhammad Mahmud, *Do'a sebagai Penyembuh*, (Bandung: Al-Bayan, 1998), hlm. 95.

dimurkai dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat. (Surat al-Fātihah/1: 1-7).⁴²

Al-fātihah maknanya adalah permulaan sesuatu, yang dengannya sesuatu itu dibuka, yang kemudian digunakan untuk permulaan segala sesuatu. Al- fātihah adalah surah yang pertama kali dibaca setiap akan memulai membaca al-kitab yang mulia, walaupun bukan yang pertama kali turun. Surah yang mulia ini sudah dikenal dengan nama itu sejak masa kenabian.⁴³

(2) Surat al-Baqarah/2: 2-5, 163-164, 225, 284- 286

ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ ۚ فِيهِ ۙ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴿٢﴾ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ

بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ﴿٣﴾ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ

بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ﴿٤﴾ أُولَٰئِكَ

عَلَىٰ هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ ۗ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿٥﴾

Kitab itu tidak ada keraguan di dalamnya, sebagai petunjuk bagi orang-orang yang bertakwa. Yaitu orang-orang yang percaya kepada ghaib, yang mendirikan salat dan menafkahkan sebagian apa-apa yang telah Kami rizkikan kepada mereka. Dan orang-orang yang percaya terhadap apa-apa yang telah diturunkan kepadamu dan apa-apa yang telah diturunkan sebelum kamu, serta terhadap kehidupan akherat mereka yakin. Mereka itulah yang berhak

⁴² Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Fātihah: 1-7, hlm. 5-6.

⁴³ Ibnu Mas'ud, dkk, *Tafsir Surah al-Faatihah Menurut 10 Ulama' Besar Dunia*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2010), hlm. 1.

mendapatkan petunjuk dari Tuhannya, dan mereka adalah orang-orang yang memperoleh kemenangan. (Surat al-Baqarah/2: 2-5).⁴⁴

Kata al-kitab di sini adalah sesuatu yang ditulis seperti ukiran dan nomor-nomor yang menunjukkan arti tertentu. Pengertian yang populer ialah al-kitab yang sudah dikenal dan turun kepada Rasulullah Muhammad SAW sebagai pengukuhan atas risalah yang dibawa, di samping merupakan petunjuk bagi orang-orang yang mencari kebenaran, dan menunjukkan kepada orang-orang hal-hal yang menjadi kebahagiaan di dunia dan di akhirat.⁴⁵

وَاللَّهُمَّ إِلَهُ وَاحِدٌ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ﴿١٧٢﴾ إِنَّ فِي خَلْقِ
السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفَلَكَ الَّتِي تَجْرِي فِي
الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ
الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيْحِ
وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿١٧٤﴾

Dan Tuhanmu adalah Tuhan Yang Maha Esa, tidak ada Tuhan melainkan Dia Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Sesungguhnya di dalam penciptaan langit dan bumi dan pergantian malam dan siang, bahtera yang berlayar di laut dengan apa-apa yang membawa manfaat

⁴⁴ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Baqarah: 2-5, hlm. 8-9.

⁴⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2012), vol. 2, hlm. 57-

bagi manusia, dan apa-apa yang Allah telah turunkan dari langit berupa air, kemudian dengan air itu Dia hidupkan bumi sesudah matinya, dan Dia taburkan di muka bumi itu segala jenis hewan; dan tiupan angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi, Sungguh-sungguh hal itu merupakan tanda-tanda bagi kaum yang memikirkan. (Surat al-Baqarah/2: 163-164).⁴⁶

Di dalam ayat ini Allah menjelaskan bahwa *syar'i* adalah satu, dan tidak ada yang wajib disembah kecuali Allah. Mereka tidak boleh menyembunyikan hidayah Allah kepada manusia, dan Allahlah yang akan melimpahkan rahmat dan kebaikan untuk seluruh manusia.⁴⁷

لَا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِي أَيْمَانِكُمْ وَلَٰكِنْ يُؤَاخِذُكُمْ بِمَا كَسَبْتُمْ

قُلُوبِكُمْ ۗ وَاللَّهُ غَفُورٌ حَلِيمٌ ﴿٢٢٥﴾

Allah tidak menghukum kamu disebabkan sumpahmu yang tidak dimaksud (untuk bersumpah), tetapi Allah menghukum kamu disebabkan (sumpahmu) yang disengaja (untuk bersumpah) oleh hatimu, dan Allah Maha pengampun lagi Maha penyantun. (Surat al-Baqarah/2: 225).⁴⁸

Allah tidak akan menghukum kalian oleh sebab sumpah yang terucap dari mulut kalian tanpa disengaja di tengah-tengah pembicaraan kalian. Oleh karena itu Dia

⁴⁶ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Baqarah: 163-164, hlm. 40.

⁴⁷ Shihab, *Tafsir al-Mishbah*, hlm. 54

⁴⁸ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Baqarah: 225, hlm. 54.

tidak mewajibkan *kifarat* kepada kalian dan juga tidak menghukum kalian. Tetapi Allah hanya mengenakan sanksi *kifarat* atau hukuman kepada kalian, jika kalian berniat sesuatu dengan mengucapkan sumpah atas nama Allah. Demikian itu agar supaya kalian tidak menjadikan nama Allah sebagai penghalang dalam melakukan amal saleh. Allah mengampuni hamba-hamba-Nya atas dosa yang mereka lakukan dengan sumpahnya, dan Dia tidak tergesa-gesa mengukum mereka serta tidak membebani mereka dengan hal-hal yang berat jika mereka memang tidak sengaja bersumpah, oleh karena hal ini telah menjadi kebiasaan mereka.⁴⁹

لِلَّهِ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَإِنْ تُبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ
تُخَفُّوهُ يُحَاسِبُكُمْ بِهِ اللَّهُ ۖ فَيَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ ۗ وَاللَّهُ
عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴿٢٤٤﴾ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَإِنْ
تُبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخَفُّوهُ يُحَاسِبُكُمْ بِهِ اللَّهُ ۖ فَيَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ
وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ ۗ وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴿٢٤٥﴾ ءَأَمِنَ الرَّسُولُ
بِمَا أَنْزَلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ ۗ وَالْمُؤْمِنُونَ ۗ كُلُّ ءَأَمِنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ
وَكُتُبِهِ ۗ وَرُسُلِهِ ۗ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّنْ رُّسُلِهِ ۗ وَقَالُوا سَمِعْنَا
وَأَطَعْنَا ۗ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٢٤٦﴾ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا

⁴⁹Ahmad Mustafa Al Maraghi, *Tafsir Al- Maraghi*, (Semrang: Karya Toha Putra, 1992), juz. 1, hlm.279-280.

وَسَعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا

أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ

مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا

وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Milik Allah apa-apa yang ada di langit dan apa-apa yang ada di bumi, dan jika kamu manampakkan apa-apa yang ada di dalam dirimu atau kamu menyembunyikannya, niscaya Allah akan mengadakan perhitungan dengan kamu tentang hal itu, maka Dia akan mengampuni siapa saja yang Dia kehendaki. Dan Allah Maha Berkuasa atas segala sesuatu. Seorang Rasul telah percaya terhadap apa-apa telah diturunkan kepadanya dari Tuhannya, demikian pula orang-orang yang mukmin. Semua telah percaya kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, dan rasul-rasul-Nya. Mereka mengatakan, kami tidak akan membedakan antara seorangpun dari rasul-rasul-Nya, dan mereka mengatakan, kami telah mendengar dan kami telah mentaati; ampunilah kami wahai Tuhan kami dan hanya kepada-Mu tempat kembali. Allah tidak akan membedakan seseorang melainkan menurut kesanggupannya, ia memperoleh apa-apa (pahala) yang diusahakannya dan ia memperoleh apa-apa (siksa) dari apa-apa yang telah dikerjakannya, wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami telah bersalah, wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau telah bebankan atas

orang-orang yang sebelum kami; wahai Tuhan kami janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa-apa yang kami tidak sanggup memikulnya, maafkanlah kami ampunilah kami dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir. (Surat al-Baqarah/2: 284-286).⁵⁰

Dan dalam surat ini Allah mengakhiri dengan kesaksian dia terhadap Rasulullah Muhammad SAW dan orang-orang yang beriman kepada-Nya. Lalu, Allah mengajarkan do'a kepada mereka yang sudah diridhai oleh Allah. Selanjutnya Allah menjelaskan kesempurnaan ketaatan mereka terhadap Allah yang telah memelihara dan menciptakan mereka dalam bentuk yang paling baik. Dia telah membedakan mereka dengan bekal fitrah yang sehat dan akhlak yang sempurna. kemudian Allah membersihkan jiwa dan mensucikannya dari berbagai kotoran dan najis. Sehingga mereka mampu mencapai jalan kebahagiaan dan mereka telah memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat.⁵¹

(3) Surat Ali Imran/3: 2, 18.

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ﴿٢﴾

Allah, tidak ada sesembahan kecuali Dia Yang Maha Hidup Lagi Maha Berdiri Sendiri. (Surat Ali Imran/3: 2).⁵²

⁵⁰ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Baqarah: 284-286, hlm. 71-72.

⁵¹ Ahmad Musthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, terj. Bahrin Abubakar, dkk., (Semarang: Karya Thoha Putra Semarang, 1993), hlm. 145.

⁵² Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat Ali Imran: 2, hlm. 75.

Ayat diatas menafikan segala sesuatu yang kuasa mengatur alam raya, kecuali Allah SWT yang oleh ayat diatas disifati dengan sifat yang sempurna yaitu Maha hidup dan Maha *Qayyuum*. Dirangkaikannya sifat Maha hidup dan sifat *Qayyuum*, memberi isyarat bahwa hidup yang sebenarnya itu bukan hidup sendiri atau bersifat egoistis, tetapi kemampuan memberi hidup dan sarana kehidupan kepada pihak lain.⁵³

شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ^ع

لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴿١٨﴾

Allah telah menyatakan bahwasanya tidak ada sesembahan kecuali Dia yang menegakkan keadilan, dan para malaikat serta orang-orang yang berilmu juga menyatakan demikian, tidak ada sesembahan kecuali Dia yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana. (Surat Ali Imraan/3: 18).⁵⁴

Allah menegakkan keadilan yang memuaskan semua pihak. Dia yang menciptakan mereka dan menganugerahkan aneka anugerah. Jika ini diberi kelebihan rezeki materi, ada rezeki yang lain yang tidak diberikannya. Walau yang itu miskin materi, dia mendapat ketenangan batin.⁵⁵

⁵³ Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, hlm. 10-11.

⁵⁴ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat Ali Imraan: 18, hlm. 78.

⁵⁵ Shihab, *Tafsir al-Mishbah*, hlm. 47.

(4) Surat al-A'raaf/7:54

إِنَّ رَبَّكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ

أَسْتَوَىٰ عَلَى الْعَرْشِ يُغْشِي اللَّيْلَ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَثِيثًا وَالشَّمْسَ

وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ مُسَخَّرَاتٍ بِأَمْرِهِ ۗ أَلَا لَهُ الْخَلْقُ وَالْأَمْرُ ۗ تَبَارَكَ اللَّهُ

رَبُّ الْعَالَمِينَ ﴿٥٤﴾

Sesungguhnya Tuhan kamu, Dialah zat yang telah menciptakan langit dan bumi dalam enam hari, kemudian Dia bersemayam di atas 'Arasy, Dia menutup malam atas siang yang mengikutinya dengan cepat, dan matahari, bulan dan bintang-bintang tunduk kepada perintah-Nya. Ketahuilah, hak-Nyalah penciptaan dan perintah. Maha berkahlah Allah Tuhan yang menguasai seluruh alam. (Surat al-A'rāf/7: 54).⁵⁶

Allah yang memiliki dan mengatur semua urusan dan kehidupanmu, itulah Allah dan tidak ada Tuhan selain Dia. Karena itu, sembahlah Dia tanpa menyekutukan dengan yang lain, serta memintalah pertolongan kepada-Nya. Dialah yang telah menciptakan langit dan bumi dalam enam hari, dan hanya Allah sendiri yang lebih mengetahui keadaan dan batas-batas penciptaan itu. Supaya manusia mengerjakan sesuatu dengan perlahan-lahan, berangsur-angsur, dan berhati-hati. Selain itu juga untuk menegaskan

⁵⁶ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-A'rāf: 54 hlm. 230.

bahwa menjadikan langit dan bumi bukanlah hal yang ringan, yang bisa dilakukan oleh selain Allah.⁵⁷

(5) Surat al-Mu'minun/23: 116

فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ ﴿١١٦﴾

Maka Maha Tinggi Allah, Raja yang Haq, tidak ada sesembahan kecuali Dia Tuhan Penguasa 'Arasy yang mulia. (Surat al-Mu'minun/23: 116).⁵⁸

Maha suci Allah, Tuhan yang mempunyai pemerintahan dan kekal abadi, yang tidak ada sesuatu sesembahan (*ma'bud*) selain dia, dan yang mempunyai 'Arsy yang mulia. Di sanalah Allah mengatur dan mengendalikan urusann alam, baik alam yang tinggi maupun yang rendah serta segala makhluk-Nya.⁵⁹

(6) Surat al-Jin/72:3.

وَأَنَّهُ تَعَالَى جَدُّ رَبِّنَا مَا اتَّخَذَ صَاحِبَةً وَلَا وَلَدًا ﴿٣﴾

Dan bahwasanya Dia Maha Tinggi kekuasaan Tuhan kami, Dia tidak beristeri dan tidak pula beranak. (Surat al-Jin/72: 3).⁶⁰

Ayat tersebut digunakan disini untuk menggambarkan kesempurnaan Allah yang sesuai dengan kebesaran dan keagungan-Nya. Penegasan sifat Allah itu merupakan argumentasi tentang ketidakbutuhan-Nya kepada anak dan pasangan. Istri dibutuhkan sebagai pendamping hidup,

⁵⁷ T.M. Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid an-Nur*, (Jakarta: Cakrawala Publishing, 2011), jil.2, hlm. 123

⁵⁸ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Mu'minun: 116, hlm. 540.

⁵⁹ Ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nur*, jil.3, hlm. 188.

⁶⁰ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Jin: 3, hlm. 981.

pemenuhan kemesraan, serta untuk mendapatkan anak, sedang anak dibutuhkan untuk membantu dan melanjutkan keturunan. Allah tidak butuh lagi Mahakaya dan Agung karena itu Allah tidak memiliki pasangan tidak juga anak.⁶¹

(7) Surat Ash-Shāffāt/37: 1-10.

وَالصَّافَّاتِ صَفًّا ﴿١﴾ فَالزَّاجِرَاتِ زَجْرًا ﴿٢﴾ فَالتَّلَاتِيتِ ذِكْرًا ﴿٣﴾ إِنَّ
 إِلَهُكُمْ لَوَاحِدٌ ﴿٤﴾ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ
 الْمَشْرِقِ ﴿٥﴾ إِنَّا زَيْنَا السَّمَاءِ الدُّنْيَا بِزِينَةِ الْكَوَاكِبِ ﴿٦﴾ وَحِفْظًا مِّنْ
 كُلِّ شَيْطَانٍ مَّارِدٍ ﴿٧﴾ لَا يَسْمَعُونَ إِلَى الْمَلَأِ الْأَعْلَىٰ وَيُقَذَّفُونَ مِّنْ كُلِّ
 جَانِبٍ ﴿٨﴾ دُحُورًا ۗ وَهُمْ عَذَابٌ وَأَصِيبٌ ﴿٩﴾ إِلَّا مَن خَطِفَ الْخَطْفَةَ
 فَأَتْبَعَهُ شِهَابٌ ثَاقِبٌ ﴿١٠﴾

Demi yang bershaf-shaf dengan sebenar-benarnya, dan demi yang melarang dengan sebenar-benarnya, dan demi yang membacakan pelajaran. Sungguh Tuhanmu benar-benar Maha Esa. Tuhan yang menguasai langit dan bumi dan apa-apa yang berada di antara keduanya dan Tuhan tempat terbit matahari. Sesungguhnya Kami telah menghiasi langit dunia dengan hiasan bintang-bintang, dan senantiasa memeliharanya dari syaitan yang sangat durhaka, syaitan itu tidak dapat mendengarkan pembicaraan

⁶¹ Shihab, *Tafsir al-Misbah*, hlm. 372-373.

pada tempat yang tinggi (alam arwah) dan mereka akan dilempari batu dari segala arah. Untuk mengusir mereka, dan mereka mendapatkan siksaan yang kekal, akan tetapi siapa saja di antara mereka yang mencuri-curi pembicaraan, maka ia dikejar oleh meteor yang bernyala. (Surat Ash-Shāffāt/37: 1-10).⁶²

Allah SWT bersumpah dengan malaikat yang berbaris-baris (bershaf-shaf) untuk beribadat atau yang berbaris di angkasa untuk menanti perintah Allah dan dengan malaikat yang manghardik dengan suara teguran yang keras segala alam yang diserahkan kepada-Nya, seperti menegur hamba-Nya yang melakukan perbuatan maksiat dengan jalan ilham dan menggiring awan ketempatnya serta menghardik setan yang mengganggu dan membimbangkan hati manusia. Allah juga bersumpah dengan malaikat yang membaca zikir (al-Qur'an) bahwa Allah benar-benar Tuhan Yang Esa, maka beribadatliah dengan tulus ikhlas dan taatilah dia semata, serta tidak ada Tuhan selain dia. Dialah Tuhan yang memelihara langit dan bumi serta segala yang ada di antara keduanya, dan Tuhan yang mempunyai tempat terbit matahari dan tempat terbenamnya. Terwujudnya alam ini dengan ukuran yang indah dan peraturan yang sangat tertib menunjukkan keesaan Allah dan kesempurnaan kodrat-Nya.⁶³

⁶² Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat Ash-Shāffāt: 1-10, hlm. 717-718.

⁶³ Ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nur*, hlm. 587-588.

(8) Surat al-Hasyr/59:22-24.

هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ ۗ هُوَ الرَّحْمَنُ

الرَّحِيمُ ﴿٢٢﴾ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ

الْمُؤْمِنُ الْمُهَيَّمُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ ۗ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا

يُشْرِكُونَ ﴿٢٣﴾ هُوَ اللَّهُ الْخَلِيقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ

الْحُسْنَىٰ ۗ يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۗ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ



Dialah Allah yang tiada sesembahan kecuali Dia, yang mengetahui yang ghaib dan yang nyata, Dialah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Dia-lah Allah yang tidak ada sesembahan kecuali Dia, Yang Maha Merajai, Yang Maha Suci, Yang Maha Sejahtera, Yang Maha Memberi Keimanan dan Keamanan, Yang Maha Memelihara, Yang Maha Perkasa, Yang Maha Kuasa, Yang Maha Membesarkan, Maha Suci Allah dari apa-apa yang mereka sekutukan. Dialah Allah Yang Maha Menciptakan, Yang Maha Mengadakan, Yang Maha Membentuk Rupa, Dia memiliki nama-nama yang terbaik. Senantiasa bertasbih kepada-Nya apa-apa yang ada di langit dan di bumi. Dan Dialah yang

Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana. (Surat al-Hasyr/59: 22-24).⁶⁴

Yang diperlukan dalam berdo'a adalah ketulusan hati dan keheningan jiwa (hati). Ayat-ayat ini adalah ayat yang dapat mengheningkan jiwa dan menjadikan do'a diterima oleh Allah.⁶⁵

(9) Surat al-khlas/112: 1-4.

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ۝ اللَّهُ الصَّمَدُ ۝ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝ وَلَمْ يَكُن

لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ۝

Katakanlah, Dia-lah Allah Yang Maha Ahad. Allah adalah tempat bergantung. Dia tidak melahirkan dan tidak dilahirkan. Dan tidak seorangpun yang dapat menyerupai-Nya. (Surat al-Ikhlash/112: 1-4).⁶⁶

Ayat-ayat tersebut menjelaskan bahwa zat-Nya yang mutlak adalah maha Esa dan bahwa Dialah yang dituju oleh segenap makhluk dalam beribadat dan dalam menyelesaikan semua kebutuhan mereka. Zat yang mutlak itu tidak bersekutu, tidak beranak, dan tidak beristri.⁶⁷

⁶⁴ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Hasyr: 22-24, hlm. 919.

⁶⁵ Ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nur*, hlm. 313.

⁶⁶ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Ikhlash: 1-4, hlm. 1118.

⁶⁷ Ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nur*, hlm. 643.

(10) Surat al-Falaq/113: 1-5.

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ﴿٢﴾ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا

وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ﴿٤﴾ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا

حَسَدَ ﴿٥﴾

Katakanlah, aku berlindung dengan Tuhan yang mengusai waktu subuh; dari kejahatan apa-apa yang telah Dia ciptakan; dan dari kejahatan malam apabila telah gelap gulita; dan dari kejahatan wanita-wanita penyihir yang menghembus pada buhul-buhul dan dari kejahatan pendengki apabila dia telah berbuat dengaki. (Surat al-Falaq/113: 1-5).⁶⁸

Dalam surat ini, Allah menyuruh Rasulullah Muhammad SAW berlindung kepada Tuhan yang menjadikan waktu subuh, dari semua kejahatan, khususnya dari kejahatan para pendengki.⁶⁹

(11) Surat an-Naas/114: 1-6.

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿١﴾ مَلِكِ النَّاسِ ﴿٢﴾ إِلَهِ النَّاسِ ﴿٣﴾ مِنْ شَرِّ

الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿٥﴾

مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴿٦﴾

⁶⁸ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Falaq: 1-5, hlm. 1120.

⁶⁹ Ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nur*, hlm. 645.

Katakanlah, aku berlindung dengan Tuhannya manusia. Raja manusia. Sesembahan manusia, dari kejahatan bisikan syaitan yang bersembunyi, yang selalu membisikkan di dalam dada manusia, dari jin dan manusia. (Surat An-Nās/114: 1-6).⁷⁰

Dalam ayat-ayat ini, Tuhan menyuruh kita berlindung kepada zat-Nya yang memelihara, memiliki, dan menguasai jiwa manusia dari kejahatan para penggoda yang menimbulkan berbagai godaan di dalam hati kita. Baik mereka dari golongan jin yang tidak terlihat maupun dari golongan manusia.⁷¹

Membaca al-Qur'an seutuhnya secara *tartil* (sebagai amalan dan wirid) atau dengan memahami makna melalui *tafsir* dan *ta'wil*-nya akan menghasilkan potensi pencegahan, perlindungan dan penyembuhan terhadap penyakit psikologis secara umum.

Fungsi membacakan ayat al-Qur'an sebagai pencegahan (*preventif*) dan perlindungan (*protektif*) yakni sebagai permohonan (do'a) agar senantiasa dapat terhindar dan terlindungi dari berbagai gangguan kejiwaan. Sedangkan tujuan membacakan ayat al-Qur'an untuk membangkitkan pikiran, menggelorakan perasaan, menggugah kesadaran, menajamkan wawasan, dan memberikan penyembuhan atau pengobatan terhadap penyakit gangguan kejiwaan bahkan dapat juga untuk penyakit spiritual dan fisik.⁷²

e) Terapi pijat syaraf

Pijat syaraf adalah suatu cara pengobatan penyakit melalui titik pusat urat syaraf yang bersangkutan (berhubungan) dengan organ-organ tubuh tertentu. Dengan

⁷⁰ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat An-Nās: 1-6, hlm. 1122.

⁷¹ Ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Qur'anul Majid an-Nur*, hlm. 648.

⁷² Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, hlm. 423-433.

kata lain adalah penyembuhan penyakit melalui pijat urat syaraf untuk memperlancar peredaran darah.⁷³

Melalui pemijatan, daya tahan tubuh dapat ditingkatkan sehingga tubuh menjadi lebih bugar dan stamina tubuh meningkat. Hal ini terjadi karena teknik pijatan ini dapat meningkatkan energi tubuh. Secara mekanis, saraf dan otot tubuh menjadi terlatih, sehingga tubuh menjadi lebih fit dan dapat menangkal penyakit.

Penyakit yang bisa diatasi melalui teknik pijat syaraf, dari penyakit ringan (seperti pegal dan Pusing) hingga penyakit berat (seperti kanker, gangguan ginjal, stroke, dan jantung). Metode pemijatan ini tidak hanya mengatasi berbagai penyakit, tetapi juga mampu mencegah sedini mungkin penyakit yang dapat menyerang.

Seringkali dalam kehidupan, berbagai persoalan hidup menekan baik secara psikologis maupun fisik. Dalam jangka waktu tertentu, keadaan ini membuat seseorang menjadi stres atau tertekan sehingga memengaruhi kesehatan fisik. Peredaran organ-organ tubuh akan tersumbat. Dengan melakukan pijat syaraf, efek buruk stres terhadap keadaan fisik dapat dikembalikan pada keadaan normal. Pada gilirannya, stres akibat tertekan perlahan berkurang dan menghilang.

f) Do'a

Do'a secara bahasa berarti memohon, meminta, memanggil, memuji dan menyeru. Secara istilah do'a adalah memohon sesuatu kepada Allah dengan cara-cara tertentu yang dicontohkan dan diperintahkan oleh Allah SWT dan Rasul-Nya.⁷⁴

⁷³ Yudhi Aprianto Munjalindra, "Manfaat Pijat Syaraf", <http://manfaat-pijat-refleksi.html>, diakses 30 Desember 2014.

⁷⁴ Arifin, "Bimbingan Penyuluhan ...", hlm. 71-72.

Sedangkan menurut al-Khattabi al-Busti, hakekat do'a adalah permohonan seseorang hamba kepada Rabbnya akan pertolongan-Nya, yang berarti menampakkan rasa butuh dan menyandarkan daya dan kekuatan hanya kepada-Nya.⁷⁵

Do'a, walaupun secara kasad mata susah untuk dipercaya, namun hati nurani manusia tentu sudah banyak yang mengalami secara pribadi. Bahwa, betapa do'a telah mengubah hidupnya menjadi lebih optimis dalam menjalani rintangan dan cobaan hidup. Sementara itu, do'a tentunya akan lebih mampu membantu seseorang untuk mencapai tujuan. Do'a memiliki makna ibadah yang dinamis dan mampu mengatasi setiap kondisi yang tidak dibatasi oleh waktu. Nilai penting do'a adalah mampu menyentuh ruang kesadaran manusia untuk berhubungan dengan Allah SWT.

g) Salat

Secara etimologi salat berarti do'a. Sedangkan secara terminologi salat adalah mengisyaratkan bahwa di dalamnya terkandung adanya hubungan antara manusia dengan Tuhan-Nya. Dalam salat, manusia berdiri dengan khushyuk dan tunduk kepada Allah SWT berdirinya manusia di hadapan Allah SWT dengan khushyuk dan tunduk akan membekalinya dengan suatu tenaga rohani yang timbul dalam diri, perasaan yang tenang, jiwa yang damai dan kalbu yang tentram.⁷⁶ Gerakan dan bacaan salat dapat dijadikan sebagai terapi fisik dan psikis. Fisik berkaitan dengan gerakannya sehingga bermanfaat untuk kesehatan tubuh (jasmani) dan psikis berkaitan dengan bacaannya sehingga bermanfaat bagi mental (ruhani).

⁷⁵ Farid Hasyim & Mulyono, *Bimbingan & Konseling Religius*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 192.

⁷⁶ M. Utsman Najati, *Al-Qur'an wa al-Nafs*, terj. Rof'i Usmani, (Bandung: Pustaka, 1997), hlm. 307-308.

h) *Wow feeling*

Wow feeling adalah suatu metode penyembuhan yang alami dan ilmiah dengan menggunakan kesadaran diri yang lebih tinggi untuk memberikan fasilitas penyembuhan baik masalah tubuh, jiwa, dan pikiran dengan hasil yang luar biasa tanpa obat dan tanpa alat.⁷⁷ Dengan menggunakan perluasan kesadaran diri yang diberikan pada diri sendiri atau orang lain. Metode *wow feeling* dapat mempercepat respon penyembuhan dari tubuh. Efeknya akan terasa secara langsung dan sangat luar biasa.

Wow feeling juga dapat membantu menyembuhkan berbagai macam penyakit. Karena tubuh kita mempunyai kecerdasan untuk menyembuhkan dirinya sendiri, maka terapis hanya tinggal menstimulasi bagian-bagian tubuh yang sakit dan ingin disembuhkan dari pasien, maka selanjutnya tubuh pasienlah yang menyembuhkan dirinya sendiri.⁷⁸ Metode ini menekankan pada respon dalam tubuh dengan kondisi seratus persen sadar, biasanya respon tersebut terlihat ketika tubuh pasien bergoyang-goyang.

i) Minum ramuan obat tradisional

Obat tradisional adalah ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan yang secara tradisional telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman.⁷⁹ Ramuan obat tradisional adalah media pengobatan yang menggunakan tanaman dengan kandungan bahan-bahan alamiah sebagai bahan bakunya. Penggunaan ramuan tradisional memiliki efek samping negatif yang sangat kecil jika dibandingkan dengan

⁷⁷ Ronald Adrianto, "Quantum Awareness Healing", <http://Quantum Awareness Healing.htm>, diakses, 30 Desember 2014.

⁷⁸ Seno Syamil, "Workshop Quantum Awareness Healing", <http://Wow Feeling.htm>, diakses 30 Desember 2014.

⁷⁹ Anis Solihah, "Obat Tradisional", http://Obat_Tradisional.htm, diakses 30 Desember 2014.

obat–obatan medis modern. Hal ini dikarenakan, bahan baku ramuan tradisional sangat alami atau tidak bersifat sintetik. Ramuan obat tradisional berfungsi untuk memperbaiki jaringan syaraf yang rusak.

3) Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani sangat diperlukan dalam aktivitas bimbingan dan konseling Islami. Program bimbingan dalam bidang jasmani yaitu dengan menyediakan kesempatan serta situasi dimana pasien akan terdorong kepada usaha yang berguna bagi kesehatan jasmani, misalnya dengan melakukan kegiatan olahraga. Karena dengan kegiatan-kegiatan yang berencana dalam bidang ini akan memberi pengaruh kepada kegairahan hidup serta sebagai penyaluran perasaan yang tertekan dan sebagainya.⁸⁰

Islam mengajarkan pentingnya olahraga untuk menghasilkan generasi yang kuat secara fisik terutama untuk melawan berbagai penyakit.⁸¹

Olahraga membuat tubuh aktif, membuat otot dan persendian terlatih dan membantu melancarkan sistem pembuangan. Untuk mencapai keseimbangan, energi yang didapat dari makanan harus dikeluarkan melalui aktivitas sehari-hari termasuk olahraga. Olahraga juga melancarkan sirkulasi darah, dan mengurangi akibat buruk kolesterol. Dengan berolahraga tubuh menjadi lebih kuat, dan daya tahan terhadap penyakit juga menjadi lebih baik.

Pada masa Rasulullah Muhammad SAW juga dengan jelas telah memberi nasihat untuk melakukan berbagai jenis olahraga, terutama memanah, berenang, dan berkuda, yang baru dikenal pada masa itu. Sedangkan pada masa sekarang, olahraga telah

⁸⁰ Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, hlm. 119.

⁸¹ Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: Rajawali Press, 2008), hlm. 187.

berkembang sedemikian rupa. Berbagai jenis olahraga muncul sebagai karakteristik dunia modern, termasuk senam dan lari.⁸² Olahraga dalam Islam terlihat memiliki berbagai fungsi khusus, yang meliputi fungsi bela diri, fungsi kerja sama, fungsi penguasaan atau kontrol, serta fungsi keseimbangan tubuh dan jiwa.

Dari uraian di atas, terdapat berbagai macam jenis olahraga yang memiliki berbagai fungsi untuk tubuh sebagaimana olahraga juga baik untuk menyembuhkan berbagai penyakit. Olahraga yang digunakan dalam proses bimbingan dan konseling Islami dalam menyembuhkan penderita kelainan mental adalah olahraga senam.

e. Evaluasi bimbingan dan konseling Islami

Evaluasi bimbingan dan konseling Islami bertujuan untuk mengetahui seberapa besar sebuah proses bimbingan dan konseling Islami yang diberikan pembimbing dapat membantu penyembuhan pada penderita kelainan mental.

Sebuah penanganan bimbingan membutuhkan evaluasi, agar permasalahan yang telah dipecahkan benar-benar ditindak lanjuti oleh pasien. Pemecahan yang berupa solusi agar keluar dari permasalahan tidak akan berjalan jika tidak ditindak lanjuti. Oleh karena itu, diperlukan pelayanan untuk menindak lanjuti pemecahan masalah yang diberikan oleh pembimbing.⁸³

Evaluasi bimbingan dan konseling Islami ini perlu dilakukan secara kontinu baik selama maupun setelah pemberian pelayanan dalam menangani penderita kelainan mental. Dengan demikian, pembimbing akan dapat mengetahui sejauh mana proses bimbingan dan konseling Islami dalam menangani penderita kelainan mental yang selanjutnya dapat dipergunakan sebagai pola penyusunan program bimbingan selanjutnya.

⁸² Hasan, "Pengantar Psikologi ...", hlm. 193.

⁸³ Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, hlm. 121.

Untuk mengevaluasi hasil bimbingan bisa dilakukan dengan mengamati perubahan aktualisasi iman, Islam, dan ikhsan individu dalam kehidupan sehari-hari. Setelah kegiatan bimbingan untuk sementara dipandang cukup dan hasilnya sudah diketahui, maka konselor dapat melakukan pencegahan, pemeliharaan, penyembuhan, dan pengembangan.

Tindakan pencegahan dan pemeliharaan dimaksudkan agar perkembangan iman, Islam dan ikhsan yang telah dicapai individu tidak kembali ke posisi sebelumnya, tindakan penyembuhan dimaksudkan untuk menghilangkan pengaruh negatif yang dapat merusak keimanan, ke-Islaman dan ikhsan yang ada pada individu. Tindakan pengembangan dimaksudkan agar iman, Islam dan ikhsan yang ada pada individu bisa semakin tumbuh subur mendekati sempurna dan sekaligus terhindar dari kerusakan.⁸⁴ Untuk kepentingan ini konselor bisa mendorong individu agar selalu mendalami ajaran agama dan mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari.

f. Perbedaan antara bimbingan, konseling, dan terapi

Perbedaan antara bimbingan, konseling, dan terapi adalah sebagai berikut:

1) Bimbingan

- a) Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan non materiil, melainkan bantuan yang bersifat menunjang pengembangan pribadi bagi individu yang dibimbing.
- b) Bimbingan diberikan oleh orang-orang yang ahli, yaitu orang-orang yang memiliki kepribadian yang terpilih dan telah memperoleh pendidikan serta latihan yang memadai dalam bidang bimbingan.
- c) Bimbingan bertujuan untuk mengembangkan kemampuan orang yang dibimbing untuk dapat mengatasi sendiri masalah-masalah yang dihadapinya, dan akhirnya dapat mencapai kemandirian.

⁸⁴ Sutoyo, "Bimbingan & Konseling ...", hlm. 219-220.

- d) Bimbingan dilaksanakan dengan menggunakan berbagai bahan, interaksi, nasehat, ataupun gagasan, serta alat-alat tertentu baik yang berasal dari klien sendiri, maupun dari lingkungan.
 - e) Pembimbing dan orang yang dibimbing dapat berinteraksi dan mengembangkan hal-hal yang menguntungkan bagi individu yang dibimbing.
 - f) Individu yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada, serta dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.⁸⁵
- 2) **Konseling**
- a) Berpusat pandangan masa kini dan masa yang akan datang melihat dunia si individu.
 - b) Si individu tidak dianggap sakit mental.
 - c) Individu dianggap sebagai orang yang dilayani sebagai teman mereka bersama-sama melakukan usaha untuk tujuan-tujuan tertentu, terutama bagi orang yang ditangani.
 - d) Konselor mempunyai nilai-nilai dan sebagainya, tetapi tidak akan memaksakannya kepada individu yang dibantunya.
 - e) Konseling berpusat pada perubahan tingkah laku, teknik-teknik yang dipakai lebih bersifat manusiawi (yang kira-kira bersangkutan).
 - f) Konselor bekerja dengan individu yang normal yang sedang mengalami masalah yang normal pula.
- 3) **Terapi**
- a) Berpusat pandang pada masa yang lalu melihat masa kini individu.
 - b) Si individu dianggap sakit mental.

⁸⁵ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hlm. 97-99.

- c) Si individu dianggap sebagai orang sakit dan ahli psikoterapi (terapis) tidak akan pernah meminta orang yang ditolongnya untuk membantu merumuskan tujuan-tujuan.
- d) Terapis berusaha memaksakan nilai-nilai dan sebagainya itu kepada orang yang ditolongnya.
- e) Psikoterapis berpusat pada usaha pengobatan, teknik-teknik yang dipakai adalah yang telah diresepkan.
- f) Terapi bekerja dengan “dunia dalam” dari kehidupan individu yang sedang mengalami masalah berat psikologi dalam memegang peranannya.⁸⁶

Tabel 2.1

Perbedaan antara bimbingan, konseling, dan terapi dapat dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Perbedaan	Bimbingan	Konseling	Terapi
Jenis Bantuan	Bantuan non material, berupa pemberian informasi atau orientasi.	Bantuan non material (bantuan psikologis).	Bantuan psikis.
Pihak yang terlibat	1. Seseorang yang menguasai suatu bidang tertentu. 2. Individu	1. Konselor. 2. Konseli, yaitu pasien penderita kelainan	1. Para ahli kejiwaan 2. Individu yang mengalami

⁸⁶ Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, hlm. 222.

	yang membutuhkan informasi atau bimbingan, yaitu pasien penderita kelainan mental <i>neurosis</i>	mental <i>neurosis</i> .	kelainan mental, yaitu penderita kelainan mental <i>neurosis</i> dan <i>psikosis</i>
Tujuan	Memberikan informasi dan orientasi tertentu kepada individu yang membutuhkan.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemahaman diri. 2. Penerimaan diri. 3. Pengelolaan diri. 4. Mengoptimalkan potensi dan kemampuan konseli. 5. Pemecahan masalah. 6. Aktualisasi diri. 7. Mengubah KEST (Kehidupa 	Menyembuhkan atau menghilangkan kelainan mental/kejiwaan yang diderita oleh pasien.

		n Efektif Sehari-hari Terganggu) menjadi KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari).	
Proses	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan metode ceramah. 2. Normatif. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wawancara konseling sebagai alat utama. 2. Berkelanjutan 3. Normatif 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan terapi dan obat 2. Berkelanjutan hingga kelainan mental hilang/sembuh.
Tahapan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membina hubungan baik. 2. Menyampaikan materi bimbingan. 3. Menyampaikan tujuan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membina hubungan baik (<i>rapport</i>). 2. Explorasi masalah. 3. Merumuskan 	Mengikuti tahapan dokter/terapis spesialis kelainan mental/kejiwaan.

	<p>pemberian materi bimbingan (informasi).</p> <p>4. Evaluasi.</p>	<p>tujuan.</p> <p>4. Merencanakan bantuan.</p> <p>5. Evaluasi, tindak lanjut.</p>	
<p>Hasil (output)</p>	<p>Individu memiliki pemahaman terhadap suatu informasi yang ia butuhkan, sehingga ia mampu memutuskan apa yang harus ia lakukan terhadap hasil informasi tersebut.</p>	<p>1. Individu yang mandiri.</p> <p>2. Mencapai KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari).</p> <p>3. Terpecahkannya suatu masalah yang dihadapi individu.</p>	<p>Kelainan mental/kejiwaan yang diderita oleh pasien hilang (sembuh).</p>

2. Kelainan Mental

a. Pengertian kelainan mental

Para peneliti berbeda pendapat tentang pengertian kata “kelainan” dan berbeda pula tafsiran mereka terhadap maksud dari kelainan.⁸⁷ Menurut Abdul Aziz kelainan artinya adalah keluar dari pada yang biasa. Kelainan tersebut dapat menimbulkan kesukaran-kesukaran pada orang yang bersangkutan dalam menyesuaikan diri di masyarakat.⁸⁸

Kelainan menurut Sarwono adalah tingkah laku-tingkah laku yang menyimpang dari tingkah laku yang normal. Penyimpangan tingkah laku ini disebabkan oleh adanya kelainan psikis pada orang-orang yang bersangkutan.⁸⁹ Tingkah laku yang menyimpang tersebut mengakibatkan seseorang sulit dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Seseorang yang mengalami kelainan mental menyimpang dari ukuran orang banyak pada umumnya.

Sedangkan kata “mental” secara etimologi berasal dari bahasa Yunani, yang mempunyai pengertian sama dengan pengertian *psyche*, artinya psikis, jiwa atau kejiwaan.⁹⁰ Secara sederhana mental dapat dipahami sebagai sesuatu yang berhubungan dengan batin dan watak atau karakter, tidak bersifat jasmani (badan).

Kelainan mental ialah adanya ketidakseimbangan yang terjadi dalam diri kita, berpusat pada perasaan, emosional dan dorongan (motif/nafsu), yang mengakibatkan pada ketidakharmonisan antara fungsi-fungsi jiwa, yang menyebabkan kehilangan daya tahan jiwa, pada akhirnya jiwa menjadi labil dan cenderung mudah terpengaruh

⁸⁷ Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah, dan Masyarakat*, terj. Zakiah Daradjat, (Jakarta: Bulan Bintang, 1977), hlm. 33.

⁸⁸ Abdul Aziz El-Quussy, *Pokok-pokok Kesehatan Jiwa/Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1976), hlm. 41.

⁸⁹ Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1983), hlm. 126.

⁹⁰ Moeljono Notosoedirjo, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, (Malang: Universitas Muhammadiyah, 2001), hlm. 21.

pada hal-hal yang negatif, serta dirinya tidak mampu merasakan kebahagiaan dan tidak mampu mengaktualisasikan potensi-potensi (kemampuan) yang ada dalam dirinya secara wajar.⁹¹

Dengan demikian kelainan mental ialah kondisi kejiwaan yang lemah (sakit), yang bisa merusak kepribadian dengan tingkah lakunya yang tidak normal (abnormal), serta mengakibatkan seseorang atau individu mengalami kesulitan bersosialisasi, beraktualisasi, dan beradaptasi, yakni mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Ciri dari gangguan jiwa adalah tingkah laku yang menyolok, berlebih-lebihan pada seorang sehingga menimbulkan kesan aneh, janggal dan berbahaya bagi orang lain.⁹² Mereka selalu lesu, lelah, gelisah, tidak bisa tidur, cemas, pusing-pusing, sering ingin muntah, menderita gangguan perut, merasakan detak-detak yang aneh pada jantung, dan lain sebagainya.

Sedangkan gangguan psikis pada penderita kelainan mental pada umumnya disebabkan oleh konflik-konflik batin sendiri dan kondisi-kondisi sosial yang sangat sulit, lingkungan sosial yang sangat tidak menguntungkan, dan tidak bisa diatasinya.⁹³ Jadi, kelainan mental mengakibatkan keadaan seseorang yang menyimpang dari kebiasaan atau disebut sebagai abnormal.

b. Macam-macam kelainan mental

Kelainan mental ada yang ringan dan ada pula yang berat.⁹⁴ Menurut Zakiah Daradjat kelainan mental terbagi menjadi dua macam, yaitu neurosis dan psikosis. Neurosis dapat dikategorikan suatu bentuk gangguan mental/jiwa yang ringan. Pada penderita neurosis hanya

⁹¹ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Haji Masagung, 1990), hlm. 13.

⁹² Soedjono, *Patologi Sosial*, (Bandung: Alumni, 1982), hlm. 184.

⁹³ Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3: Gangguan-gangguan Kejiwaan*, (Jakarta: Rajawali, 1986), hlm. 16.

⁹⁴ Singgih Dirga Gunarsa, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Mutiara, 1983), hlm. 140.

perasaannya saja yang terganggu. Oleh karena itu, penderita masih dapat merasakan apa yang dihadapinya sehingga kepribadiannya tidak memperlihatkan kelainan yang berarti dan masih berada dalam alam kenyataan.

Sedangkan psikosis merupakan gangguan mental yang parah. Pada penderita psikosis tidak saja perasaannya yang terganggu tetapi juga pikiran dan kepribadiannya. Kepribadiannya tampak tidak terpadu karena integritas kehidupannya tidak berada dalam alam kenyataan yang sesungguhnya.⁹⁵

Adapun macam-macam kelainan mental akan dijelaskan sebagai berikut:

1) *Neurosis*

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

Neurosis adalah kelainan mental yang secara umum di tandai oleh adanya keluhan dan gejala afektif, pemikiran dan dorongan perbuatan yang mengganggu rasa sejahtera dan kelancaran hidup. Kondisi ini terjadi tanpa pengurangan yang tajam dalam kemampuan menilai realitas dan wawasan dalam keadaan diri seseorang, serta tanpa ditandai penyimpangan yang mencolok dalam kehidupan sosial.⁹⁶ Neurosis adalah bentuk gangguan atau kekacauan fungsional pada sistem syaraf. Termasuk disintegrasi dari sebagian kepribadiannya. Tidak ada kontak pribadi dengan sekitarnya, relasinya dengan dunia luar sedikit

⁹⁵ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, hlm. 33.

⁹⁶ Bachtiar Lubis, *Pengantar Psikiatri Klinik*, (Jakarta: Gaya Baru, 1993), hlm. 99.

sekali walaupun dia masih memiliki *insight*. Sebab-sebab timbulnya neurosis adalah sebagai berikut:

- a) Tekanan-tekanan sosial dan tekanan kultural yang sangat kuat yang menyebabkan ketakutan-kecemasan dan ketegangan-ketegangan dalam batin sendiri yang kronis berat sifatnya. Sehingga orang yang bersangkutan mengalami mental *breakdown*.
- b) Individu mengalami banyak frustrasi, konflik-konflik emosional dan konflik internal yang serius, yang sudah dimulai sejak masa kanak-kanak.
- c) Individu sering tidak rasional sebab sering memakai *defence mechanism* yang negatif, dan lemahlah pertahanan diri secara fisik dan mental.
- d) Pribadinya sangat labil tidak imbang, dan kemauannya sangat lemah.⁹⁷

Macam-macam kelainan mental *neurosis* adalah sebagai berikut:

a) *Neurasthenia*

Neurasthenia adalah penyakit payah. Orang yang diserang akan merasa antara lain: seluruh badan letih, tidak bersemangat, lekas merasa payah, walaupun sedikit tenaga yang dikeluarkan.⁹⁸

b) *Histeria*

Histeria terjadi akibat ketidakmampuan seseorang menghadapi kesukaran-kesukaran, tekanan perasaan, kegelisahan, kecemasan dan pertentangan batin.

c) *Psychasthenia*

Kelainan mental ini bersifat paksaan yang berarti kurangnya kemampuan jiwa untuk tetap dalam keadaan integrasi

⁹⁷ Kartini Kartono, *Patologi Sosial*, (Jakarta: Rajawali, 1981), jil.I, hlm. 272-273.

⁹⁸ Zakiah Daradjat, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), hlm. 34.

yang normal. Kelainan mental ini mempunyai bentuk sebagai berikut: *Phobia*, *Obsesi* (kelainan mental dimana penderita dikuasai oleh pikiran yang tidak dapat dihindari), *Kompulsi* (kelainan mental yang disebabkan seseorang melakukan sesuatu, baik perbuatan tersebut masuk akal atau tidak masuk akal), dan lain-lain.⁹⁹

2) *Psikosis*

Psikosis merupakan suatu penyakit atau gangguan mental parah, yang ditandai oleh disorientasi pikiran, gangguan-gangguan emosional, disorientasi waktu, dan ruang, serta pribadi, dan pada beberapa kasus disertai halusinasi dan delusi-delusi.

Penderita menjadi sangat tidak bertanggung jawab. Reaksinya terhadap stimulus internal dan eksternal selalu keliru dan merugikan. Pada umumnya penderita dihinggapi gangguan afektif yang serius, berusaha menutup diri secara total dari realitas hidup, dan tidak mampu menilai realitas dunia sekitar. Fungsi-fungsi kejiwaan berupa inteligensi kemauan, dan perasaannya menjadi kacau.¹⁰⁰

Sering kali pasien menderita ketakutan hebat, dihinggapi depresi, delusi, halusinasi, dan ilusi optis. Tidak mempunyai insight sama sekali, mengalami regresi psikis, menderita stupor (tidak bisa merasakan sesuatupun, keadaannya seperti terbius). Gejala lainnya ialah sering mengamuk, disertai kekerasan dan serangan-serangan yang maniakal kegila-gilaan, sehingga membahayakan sekali dan mengancam keselamatan orang lain. Juga bisa berbahaya bagi diri sendiri, karena munculnya usaha-usaha untuk bunuh diri. Sehingga mereka perlu mendapatkan perawatan dalam rumah sakit jiwa.

⁹⁹ Daradjat "*Peranan Agama...*", hlm. 36-37.

¹⁰⁰ Kartono dan Andari, "*Hygiene Mental ...*", hlm. 128-129.

Jika tingkah lakunya itu menjadi begitu abnormal dan irrasional, sehingga dianggap bisa menjadi bahaya, atau bisa mengancam keselamatan orang lain dan bagi diri sendiri, maka secara hukum pasien dinyatakan gila.

Gejala klinis tersebut menimbulkan penderitaan, antara lain dapat berupa rasa nyeri, rasa tidak nyaman, terganggu, disfungsi organ tubuh, *disability* dalam kehidupan aktivitas sehari-hari yang biasa dan diperlakukan untuk perawatan diri dan kelangsungan hidup.

Seorang yang diserang penyakit jiwa (psikosis), kepribadiannya terganggu, dan selanjutnya menyebabkan tidak mampu menyesuaikan diri dengan wajar, dan tidak sanggup memahami problemnya. Sering kali orang yang sakit jiwa, tidak merasa bahwa ia sakit sebaliknya ia menganggap dirinya normal saja, bahkan lebih baik, lebih unggul, dan lebih penting dari orang lain.¹⁰¹ Sehingga orang tersebut tidak dapat membedakan realitas hidup yang sebenarnya. Macam-macam *Psikosis* adalah sebagai berikut:

a) *Schizofrenia*

Schizofrenia adalah bentuk kegilaan dengan disintegrasi pribadi, tingkah laku emosional dan intelektual yang *ambiguous* (majemuk) dan terganggu secara serius, mengalami *regresi* atau *dementia total*. Pasien banyak melarikan diri dari kenyataan hidup, dan berdiam dalam dunia fantasi.¹⁰²

b) *Psikosa manis-depresif*

Psikosa manis-deprasif adalah kekalutan/ penyakit mental serius berupa gangguan emosional dan suasana hati yang ekstrim, terus-menerus bergerak antara gembira-ria tertawa-tawa, sampai pada rasa depresi, sedih, dan putus asa.

¹⁰¹ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, hlm. 55-56.

¹⁰² Kartono dan Andari, "Hygiene Mental ...", hlm. 130-131.

c) *Psikosa paranoia (paranoia)*

Psikosa *paranoia* adalah gangguan mental amat serius, dicirikan dengan timbulnya banyak delusi penyiksaan atau delusi kebesaran.¹⁰³

Tabel 2.2

Macam-macam kelainan mental dengan materi, metode, dan evaluasinya dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Kelainan Mental	Materi	Metode	Evaluasi
<i>Neurosis</i>	Materi yang disampaikan adalah materi aqidah, ibadah, dan akhlak.	Menggunakan metode ceramah, zikir, dibacakan ayat-ayat al-Qur'an, do'a, <i>wow feeling</i> , pijat syaraf dan meminum ramuan dari sari daun Waru.	Evaluasi dilaksanakan untuk mengetahui tingkat Individu dalam memiliki pemahaman terhadap suatu informasi yang ia butuhkan, sehingga ia mampu memutuskan apa yang harus

¹⁰³ Kartono dan Andari, "Hygiene Mental ...", hlm. 134-140.

			ia lakukan terhadap hasil informasi tersebut.
<i>Psikosis</i>	Materi yang disampaikan adalah materi aqidah, ibadah, dan akhlak.	Menggunakan metode zikir, mandi malam, dibacakan ayat-ayat al-Qur'an, do'a, <i>wow feeling</i> , pijat syaraf, dan meminum ramuan dari sari daun Waru.	Evaluasi dilaksanakan untuk mengetahui tingkat kesembuhan pasien penderita kelainan mental.

c. Kelainan mental menurut Islam

Kelainan mental adalah keadaan atau gejala jiwa yang menyimpang dari keadaan atau gejala yang normal.¹⁰⁴ Dalam perspektif Islam sehat atau tidaknya mental seseorang berpijak pada aspek spiritualitas keagamaan yang berkaitan dengan iman dan akhlak.

Dalam perspektif Islam, kelainan mental sering diidentikkan dengan beberapa sifat buruk atau tingkah laku tercela (*al-akhlaq al-*

¹⁰⁴ M. Husaini B.A. dan M. Noor Hs. *Himpunan Istilah Psikologi*, (Jakarta: Mutiara, 1978), hlm. 79.

mazmumah), seperti sifat tamak, dengki, iri hati, arogan, emosional dan seterusnya.

Hasan Muhammad as-Syarqawi dalam kitabnya *Nahw 'Ilmiah Nafsi*, membagi penyakit jiwa dalam sembilan bagian, yaitu: pamer (*riya'*), marah (*al-ghadhab*), lalai dan lupa (*al-ghaflah wan nisyah*), was-was (*al-was-wasah*), frustrasi (*al-ya's*), rakus (*tama'*), terperdaya (*al-ghurur*), sombong (*al-ujub*), dengki dan iri hati (*al-hasd wal hiqd*).¹⁰⁵

Salah satu kelainan mental menurut al-Qur'an adalah sifat dengki.¹⁰⁶ Yang dijelaskan dalam Surat al-Qashash ayat 79 sebagai berikut:

فَخَرَجَ عَلَى قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ ۗ قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَلِيتَ لَنَا

مِثْلَ مَا أُوتِيَ قَارُونَ إِنَّهُ لَذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ﴿٧٩﴾

Maka keluarlah Karun kepada kaumnya dalam kemegahannya. Berkatalah orang-orang yang menghendaki kehidupan dunia: "Moga-moga kiranya kita mempunyai seperti apa yang telah diberikan kepada Karun. Sesungguhnya ia benar-benar mempunyai keberuntungan yang besar" (Surat al-Qashash/28: 79).¹⁰⁷

Menurut *mufassir*: Karun ke luar dalam satu iring-iringan yang lengkap dengan pengawal, hamba sahaya dan inang pengasuh untuk memperlihatkan kemegahannya kepada kaumnya.

Kelainan mental dalam Islam berkaitan dengan penyimpanan-penyimpangan sikap batin. Inilah yang menjadi dasar dan awal dari

¹⁰⁵ Hasan Muhammad As-Syarqawi, *Nahwa Ilm an-Nafsi al-Islami*, (Mesir: Al-Hai'ah al-Misriyah, 1979), hlm. 69.

¹⁰⁶ Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, hlm. 101.

¹⁰⁷ Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Surat al-Qashash: 79, hlm. 623.

semua penderitaan batin. Ada aspek penting yang menjadi ciri-ciri gangguan mental menurut Islam yaitu *qalb* dan *af'al* (hati dan perbuatan). Gejala-gejala kelainan mental semacam ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Hati yang menyimpang dari keikhlasan dan ketundukan kepada Allah sehingga menjadi lupa terhadap posisinya sebagai hamba Allah. Wujud dari penyimpangan ini bisa dalam bentuk *ria*, *hasad*, *ujub*, *takabur*, *tamak* dan sebagainya.
- 2) Perilaku yang terbiasa dengan pelanggaran ajaran agama disebabkan oleh dominannya peran *nafs al-ammarah* dalam kehidupan.¹⁰⁸

Beberapa sifat tercela di atas ada relevansinya jika dianggap sebagai penyakit jiwa, sebab dalam kesehatan mental (*mental hygiene*) sifat-sifat tersebut merupakan indikasi dari penyakit kejiwaan manusia (*psychoses*). Jadi pada penderitanya sakit jiwa salah satunya ditandai oleh sifat-sifat buruk tersebut.

Karena itu boleh jadi banyak yang kita tidak tahu apa saja yang disebut sehat jiwa atau normal dalam pandangan al-Qur'an, bisa saja apa yang kita anggap normal ternyata wawasan al-Qur'an mengatakan bahwa termasuk mengidap penyakit jiwa.¹⁰⁹ Penderita kelainan mental dapat disembuhkan dengan *ruqyah*. Sebagaimana Ḥadīṣ yang diriwayatkan oleh Imam Muslim sebagai berikut:

حَدَّثَنَا بِشْرُ بْنُ هِلَالٍ الصَّوَّافُ. حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَارِثِ. حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ صُهَيْبٍ، عَنْ أَبِي نَضْرَةَ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ قَالَ أَنَّ جِبْرِيلَ عَلَيْهِ السَّلَامُ آتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ يَا مُحَمَّدُ أَشْنَكَيْتَ، قَالَ: نَعَمْ. فَقَالَ جِبْرِيلُ عَلَيْهِ السَّلَامُ بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ مِنْ كُلِّ دَاءٍ يُؤْذِيكَ وَمِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ اللَّهُ يَشْفِيكَ بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ (رواه مسلم).

Bisyar bin Hilal Ash-Shawaf menceritakan kepada kami, Abdul Aziz bin Shuahaib menceritakan kepada kami, dari Abu Nadhrah, dari Abu Abi Sa'id Al Khudri, ia berkata: Bahwasanya Jibril 'Alaihis Salam datang kepada Nabi SAW, lalu berkata: 'Ya Muhammad! Sakitkah engkau?'

¹⁰⁸ Ishaq Husaini Kuhsari, *Al-Qur'an dan Tekanan Jiwa*, (Jakarta: Sadra Press, 2012) hlm. 6.

¹⁰⁹ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam*, (Malang: UIN-Malang Press, 2008), hlm. 36.

Nabi berkata: ‘Ya.’ Maka Jibril AS. berkata: ‘Dengan nama Allah, aku mohonkan *ruqyah* untukmu dari setiap penyakit yang menimpamu dan juga dari setiap jiwa maupun mata orang yang dengki. Allah akan menyembuhkan engkau. Dengan nama Allah, aku akan melakukan *ruqyah* untukmu.’ (H. R. Muslim).¹¹⁰

B. Kajian Pustaka

Dalam kajian pustaka ini, peneliti mendeskripsikan beberapa karya yang ada relevansinya dengan judul yang peneliti buat. Untuk menghindari kesamaan penulisan dan plagiasi, peneliti akan menjadikan beberapa sumber sebagai bahan kajian dalam penulisan penelitian ini. Adapun sumber yang menjadi acuan antara lain:

1. Skripsi yang disusun oleh M. Syaifullah Nim: 1199084 mahasiswa program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang tahun 2005, dengan judul “*Bimbingan Konseling Islam dalam Menanggulangi Gangguan Kejiwaan di Lembaga Rehabilitasi Mental Yayasan Jawor Semarang*”. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan konseling Islam adalah terfokus pada beberapa aspek yaitu: aspek preventive dari gangguan kejiwaan, aspek kuratif/mengobati gangguan kejiwaan, aspek rehabilitatif/menjaga agar kelayan yang telah sembuh dari gangguan kejiwaan tidak kambuh lagi dan aspek developmental/pengembangan yakni membantu kelayan memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik atau menjadi lebih baik sehingga tidak memungkinkan menjadi sebab munculnya masalah baginya.¹¹¹
2. Skripsi yang disusun oleh Puji Lestari Nim: 4100058 mahasiswa program studi Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuludin IAIN Walisongo Semarang

¹¹⁰ Imam An-Nawawi, Syarah Shahih Muslim, terj. Amir Hamzah, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2011), hlm. 404.

¹¹¹ M. Syaifullah “*Bimbingan Konseling Islam dalam Menanggulangi Gangguan Kejiwaan di Lembaga Rehabilitasi Mental Yayasan Jawor Semarang*” Skripsi, (Semarang: Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang, 2005).

tahun 2004 dengan judul “*Terapi Sufistik (menurut Syaikh Hakim Mu’inuddin Chisyti) dalam karyanya The Book of Sufi Healing*”. Penyembuhan yang dilakukan oleh Syaikh Hakim Mu’inuddin Chisyti, adalah dengan mempelajari hal-hal yang berbeda secara terpisah lalu mengkorelasikan, dan mengkoordinasikan sehingga bertemu pada suatu titik sentral, yakni kesehatan, baik itu kesehatan fisik, mental atau penyucian jiwa. Ia menguraikannya dengan sangat logis dan metodis tentang apa peranan salat, puasa, ta’awuz, atau pembacaan Al-Qur’an atau zikir kepada Allah Yang Maha kuasa, bagi kesehatan fisik dan mental atau penyucian nafs.¹¹²

3. Skripsi yang disusun oleh Bima, dengan judul “*Karakteristik Penderita Gangguan Jiwa Rawat Jalan di BPRS. Dadi Makassar*”, dalam http://Public/Documents/skripsi_penakit_jiwa.html, diakses 3 April 2013. Konsep gangguan jiwa dari DSM IV bahwa gangguan jiwa adalah suatu sindrom atau pola perilaku atau psikologis seseorang yang secara klinis cukup bermakna dan dihubungkan dengan suatu gejala penderitaan atau disability atau dengan peningkatan resiko kematian, penderita, atau kehilangan kebebasan. Dari konsep tersebut di dalam konsep gangguan jiwa didapatkan butir-butir: adanya gejala klinis yang bermakna, berupa: Sindrom atau pola perilaku dan sindrom atau pola psikologis.

Sindrom psikosis akut akan berkembang cepat dalam beberapa hari atau minggu. Akan ada laporan tentang deteriorisasi fungsi sosial dan perasaan serta kadang-kadang hygiene perseorangan. Gejala-gejala psikosis akut termasuk pikiran yang kacau, kepercayaan yang aneh, halusinasi dan pembicaraan inkoheren, adanya perilaku yang regresif, hidup perasaan yang tidak sesuai, kadang-kadang terdapat agitasi dan hiperaktifitas, kurang pengendalian diri, hilangnya pertimbangan dan

¹¹² Puji Lestari, “*Terapi Sufistik (menurut Syaikh Hakim Mu’inuddin Chisyti) dalam karyanya The Book of Sufi Healing*”, Skripsi, (Semarang: Fakultas Ushuludin IAIN Walisongo Semarang, 2004).

gangguan yang menimbulkan tindakan kekerasan/kecelakaan/mencederai diri sendiri atau orang lain, serta masalah sosial yang serius.¹¹³

4. Skripsi yang disusun oleh Ani Rahmayanti Nim: 4102015 mahasiswi program studi Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuludin IAIN Walisongo Semarang tahun 2008 dengan judul “*Bimbingan Rohani terhadap Kondisi Mental Pasien (Studi Kasus di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soeroyo Magelang)*”. Proses pelaksanaan bimbingan rohani dalam mengatasi kondisi mental pasien di RSJ Prof. Dr. Soeroyo Magelang adalah suatu rangkaian kegiatan pemberian nasehat yang Islami oleh pembimbing. Bimbingan rohani ini dilaksanakan tiap hari Rabu dan Sabtu, dilaksanakan secara langsung dan tidak langsung. Bimbingan rohani terbukti memiliki peranan dan meningkatkan kondisi mental pasien dan mampu memberikan pengaruh yang positif pada psikologis para pasien di RSJ Prof. Dr. Soeroyo Magelang, antara lain: membuat pasien lebih dekat kepada Allah SWT dan sebagai sarana agar pasien bisa cepat sembuh.¹¹⁴

Dari beberapa tema dan penelitian yang dibahas di atas berbeda dengan tema yang peneliti angkat, yaitu “Studi tentang Proses Bimbingan dan Konseling Islami dalam Menangani Penderita Kelainan Mental di Pondok Pesantren Nurussalam Ngepreh Sayung Demak”. Dalam penelitian tersebut akan di jelaskan definisi bimbingan dan konseling Islami dan proses bimbingan dan konseling Islami pada penderita kelainan mental di Pondok Pesantren Nurussalam Ngepreh Sayung Demak.

C. Kerangka Berpikir

Bimbingan dan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontinue dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimiliki secara optimal

¹¹³ Bima, “*Karakteristik Penderita Gangguan Jiwa Rawat Jalan di BPRS. Dadi Makassar*”, dalam http://Public/Documents/skripsi_penyakit_jiwa.html, diakses 3 April 2013.

¹¹⁴ Ani Rahmayanti, “*Bimbingan Rohani terhadap Kondisi Mental Pasien (Studi Kasus di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soeroyo Magelang)*”, Skripsi, (Semarang: Fakultas Ushuludin IAIN Walisongo Semarang, 2008).

dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur'an dan al-Hadīṣ Rasulullah Muhammad SAW. ke dalam diri, sehingga ia dapat hidup selaras sesuai dengan tuntunan al-Qur'an dan Al-Hadīṣ.

Bimbingan dan konseling Islami dapat digunakan dalam proses penyembuhan penderita kelainan mental, karena dalam bimbingan dan konseling Islami tersebut terdapat metode-metode seperti ibadah yang terdiri dari mandi taubat, membacakan ayat-ayat al-Qur'an, penyucian jiwa dengan zikir, do'a bersama, dan salat berjama'ah. Metode tersebut menekankan pada penderita kelainan mental untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah SWT. supaya jiwa selalu tenang.

Orang yang tidak merasa tenang, aman, serta tenteram dalam hatinya adalah orang yang sakit rohani atau mentalnya. Setiap manusia mempunyai kebutuhan-kebutuhan dasar tertentu yang diperlukan untuk melangsungkan proses kehidupan secara lancar. Kebutuhan tersebut dapat berupa kebutuhan jasmani, kebutuhan rohani, maupun kebutuhan sosial. Bila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka manusia akan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan kenyataan yang dihadapinya. Kemampuan untuk menyesuaikan diri ini akan mengembalikan ke kondisi semula, hingga proses kehidupan berjalan lancar seperti apa adanya. Untuk menemukan ketenangan batin dapat dilakukan dengan menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah SWT.¹¹⁵

Menyadari akan banyaknya orang yang menderita gangguan jiwa baik *neurosis* maupun *psikosis* yang kebanyakan dari mereka kadang tidak terurus dan tidak terobati bahkan mereka tersisih dari masyarakat, di lingkungan keluarganya pun mereka dikucilkan dan dijauhi, padahal sesungguhnya penderita gangguan mental tersebut butuh perhatian khusus dan butuh pertolongan dari lingkungan sekitarnya, kadang memang masyarakat luas tidak peduli bahkan tidak menerima keadaannya.

Dengan adanya permasalahan tersebut maka Pondok Pesantren Nurussalam dapat menjadi alternatif sebagai tempat dalam proses

¹¹⁵ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2010), hlm. 176-177.

penyembuhan penderita kelainan mental. Karena proses pelaksanaan bimbingan dan konseling di Pondok Pesantren Nurussalam tersebut terdapat metode-metode ibadah yang terdiri atas mandi taubat, membacakan ayat-ayat al-Qur'an, penyucian jiwa dengan zikir, do'a bersama, dan salat berjama'ah. Sehingga, mampu berkembang dalam kehidupan yang seimbang dan harmonis dalam kepribadian yang utuh dan bulat. Dalam hal ini proses bimbingan dan konseling Islami terhadap penderita kelainan mental agar lebih mudah dipahami dapat dilihat dalam skema berikut:

Gambar 2.3 Skema Kerangka Berpikir.

