

BAB IV PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati Jawa Tengah

1. Sejarah Singkat Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Garuwan Kecamatan Juwana Kabupaten Pati-Jawa Tengah

Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati didirikan pada tahun 2000 M di Desa Garuwan, Kecamatan Juwana, Pati, Jawa Tengah oleh Mbah Yai Fatkhur Rohman Thoyib (Mbah Sarimbit), atas petunjuk Al Alamah Al Waro' Az Zaahid Al Arif billah Al Kamil Khadrotus Syaikh Mbah Ahmad Fadlil, pendiri Pondok Pesantren As Sa'adah di Desa Asempapan, Kecamatan Trangkil, Kabupaten Pati, Jawa Tengah, dan juga atas saran dari guru lainnya. Keberdirian Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati tidak terlepas dari berkah para guru utamanya:

- a. Mbah Ahmad Fadlil
- b. Mbah Muhaiminan Gunardo
- c. Mbah Abdul Wakhid Dahlan.¹

Mbah Kyai M. Fatkhur Rohman Thoyib, yang dikenal sebagai Mbah Sarimbit, lahir di desa terpencil, Garuwan, Juwana, Pati, Jawa Tengah, pada 16 Juli 1973. Beliau berasal dari keluarga petani sederhana, anak dari Sastro Supadi bin Wiro Wakiman bin Suro dan Saini binti Sanah binti Thoyib. Pada usia sekitar 14 tahun, tahun 1987, Mbah Sarimbit menjadi santri di Pondok Pesantren Assa'adah di desa Asempapan, Trangkil, Pati, Jawa Tengah, yang diasuh oleh Assyaikh Al Alamah Al Mukarom Al Waro' Azzahid Al Arif Billah Mbah Ahmad Fadlil. Meskipun menghadapi keterbatasan ekonomi dan dukungan orang tua, beliau tekun dalam tirakat, bahkan setiap malam mencari ikan di tempat pembuangan air wudlu untuk mencukupi kebutuhan. Saat belajar di pondok pesantren, Mbah Sarimbit selalu memanfaatkan waktu untuk belajar dan wiridan, tanpa waktu untuk bermain atau bergurau. Dalam berkomunikasi

¹ Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

dengan teman sepondok, beliau selalu menggunakan bahasa Jawa dengan sopan.²

Mbah Sarimbit menunjukkan sikap tawaduk terhadap guru, berusaha menyenangkan hati guru, dan tidak pernah menunda atau menolak perintah guru. Dengan hati yang penuh disiplin, beliau selalu mematuhi peraturan pondok tanpa melanggarnya. Meskipun ekonominya tidak mendukung, beliau hanya tinggal di Pondok Pesantren Assa'adah selama 2 bulan, tetapi penyesalan terus membekas di hatinya. Meskipun tidak lagi di pondok, Mbah Sarimbit tetap mempertahankan ketaatan kepada gurunya. Pada usia 15 tahun (1988), beliau bekerja untuk membantu kebutuhan orang tua. Selama periode tersebut, Mbah Sarimbit belajar fiqih, Al-Qur'an, tasawuf dari Al Mukarom Al Alamah Al Waro' Az Zahid Al Kamil Al Arif Billah, yaitu ahli assror Mbah Ali Muhtar di Kadilangu Trangkil Pati. Beliau juga memperoleh pengetahuan dalam bidang pengobatan, kebatinan, dzikir, dan ilmu kanuragan. Sejak usia 15 tahun, Mbah Sarimbit sudah menjalankan tirakat putih dan pati geni di bawah bimbingan langsung Mbah Ali Muhtar.³

Setelah wafatnya guru beliau, Mbah Ali Muhtar, pada hari ke-40, Mbah Sarimbit ditemui oleh beliau dalam pengalaman spiritual. Pesan yang disampaikan Mbah Ali Muhtar kepada Mbah Sarimbit antara lain:⁴

- a. Mengambil kitab-kitab yang dimilikinya yang dibawa oleh seseorang bernama Paujan, serta dari orang lainnya. Saat itu, Meskipun belum mengenal Paujan, Mbah Sarimbit akhirnya meminta kitab-kitab Mbah Ali Muhtar yang dibawa oleh Paujan.
- b. Melanjutkan dzikir dan berkhidmat kepada guru pertamanya, yaitu Syaikh Ahmad Fadil di Asempapan. Mbah Ali Muhtar menegaskan bahwa "kamu akan berhasil," dan akhirnya, Mbah Sarimbit meneruskan berkhidmat dan mempelajari ilmu dzikir, tasawuf, fiqih, dan ilmu olah batin dari Mbah Ahmad Fadil di Asempapan.

Pada usia sekitar 24 tahun (1997), Mbah Sarimbit mulai dilatih untuk melakukan bertapa (uzlah) dan langsung dibimbing

² Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

³ Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

⁴ Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

oleh Mbah Ahmad Fadil sendiri. Tempat-tempat yang sering digunakan untuk bertapa, seperti puncak gunung Muria, puncak Morotopo, dan lokasi lain di Jawa-Madura, menjadi tempat praktik uzlah hingga tahun 2003 ketika beliau mencapai usia 30 tahun. Guru beliau, Mbah Ahmad Fadhil, dengan tulus mendidik, melatih, dan memperjuangkan agar muridnya memperoleh ridha dari Allah. Perjalanan berat yang dilalui oleh guru beliau dan guru-guru sebelumnya, termasuk Mbah Ahmad Fadhil, serta upaya keras dari Mbah Sarimbit sendiri, semoga mendapatkan maghfirah, salamah, rahmat, fadl, dan ridlo dari Allah, serta syafa'at Rasulullah SAW. Semoga kita semua dapat berkumpul dengan mereka di hari kiamat dan masuk surga tanpa hisab serta terhindar dari siksa neraka, Amiin Ya Robbal 'Alamiin.⁵

Selain itu, Mbah Sarimbit juga menjadikan kholwat di tempat-tempat yang dihuni oleh para wali serta tempat keramat lainnya, merasakan keberkahan dari ajaran guru beliau. Pada tahun 1997, Mbah Ahmad Fadhil memerintahkan beliau untuk bergabung dalam Bai'at tariqah dari Mbah Abdullah Salam Kajen, yang saat itu dipandu oleh Mbah Rohmat Nur. Pada usia 24 tahun, di tahun yang sama, beliau belajar ilmu tashawuf dan ilmu Thariqah Syathariyah wa Syadziliyah yang dipandu oleh Hadrotus Syaikh Al Alamah Al Waro' Azzaahid Al Kamil Al Arif Billah, yaitu ahli Asror, Al Mursyid Simbah Abdul Wakhid Dahlan Al Mutamakin. Di Jawa Tengah, khususnya di Pati, tepatnya di desa Garuwan kecamatan Juwana, Thariqah Syathariyah diteruskan dan dikembangkan oleh Hadrotus Syaikh Simbah Muhammad Fatkhur Rohman Thoyib (Mbah Sarimbit) mulai tahun 2000. Ia menerima ijazah Mutlaqoh Thariqah Syathariyah wa Syadziliyah pada hari Rabu Kliwon bulan April tahun 1999 dari Hadrotus Syaikh Al Alamah Al Waro' Azzahid Al Arif Billah Al Mursyid Simbah Abdul Wakhid Dahlan Al Mutamakin, pendiri Pondok Pesantren Darut Tauhid di desa Trowolu, kecamatan Ngaringan, kabupaten Grobogan, Jawa Tengah. Mbah Sarimbit juga mendapatkan ijazah mutlaq atau kemursyidan Thariqah Al Mu'tabaroh An-Nahdliyah dan Thariqah Syathariyah dari Al Alamah 'Az Zahid Al Waro' Al Arif Billah Al Mursyid Simbah Abi Syifa'nufal Abdullah bin Muhtadi Bendakerep Cirebon pada hari yang sama tahun 2001.⁶

⁵ Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

⁶ Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

Mbah Sarimbit, atau Mbah Yai M. Fatkhur Rohman Thoyib, mendapatkan ijazah Thariqah Syadziliyah dari Al Alamah Al Waro' Azzaahid Al Arif Billah Al Mursyid Hadrotus Syaikh Muhaiminan Gunardo di Pondok Pesantren Bambu Runcing Parakan, Temanggung, Jawa Tengah, pada tanggal 12 Maulud 1995. Pada tahun 1999, beliau juga memperdalam Thariqah Syadziliyah dari Hadrotus Syaikh Al Alamah Al Waro' Azzahid Al Arif Billah Al Mursyid Simbah Ahmad Abdulkag bin Dalhar di Watu Congol, Muntilan, Magelang. Pada tahun 1997, Mbah Sarimbit bergabung dalam Bai'at Thariqah Naqshbandiyah Kholidiyah Arwaniyah di Kajen, Pati, Jawa Tengah, kepada Al Alamah Al Waro' Azzahid Al Arif Billah Al Mursyid Simbah Abdullah Salam, melalui bimbingan Al Mursyid Al Alamah Al Waro' Azzahid Al Arif Billah KH. Rohmat Nur Kajen. Pada bulan Maulud tahun 2001, beliau juga menerima ijazah dzikir alawiyah dari Al Habib Al Alamah Al Waro' Azzaahid Al Mursyid Al Arif Billah Habib Anis dari Solo. Pada tahun yang sama, beliau menyelesaikan khataman kitab hadits Bukhari di bawah bimbingan sang Habib. Pada tahun 2010, Mbah Sarimbit juga menerima bai'at dari Al Alamah Al Waro' Azzaahid Al Arif Billah Al Mursyid Thariqah Syathoriyah Simbah Mudzakir di Gubuk Sari, Kendal.

Pada tahun 2012, Mbah Sarimbit juga menerima ijazah Thariqah Syathariyah wa Syadziliyah dari Al Alamah Al Waro' Azzahid Al Arif Billah Al Mursyid Simbah KH. Khasbullah di Cilacap. Selain itu, beliau juga mengamalkan Thariqah Qodariyah wa Naqshbandiyah dari Mranggen. Jama'ah yang telah menerima ijazah Thariqah Syathariyah dari beliau, Simbah M. Fatkhurrohman Thoyib, meluas dari daerah sekitarnya, Pati, hingga wilayah lain, bahkan sampai ke luar Jawa dan ke luar negeri.⁷

Di Jawa Tengah, khususnya di daerah Pati dan sekitarnya, Thariqah Syattariyah diteruskan oleh Syekh Fathur Rohman Thoyyib al Garwani sekitar tahun 2001. Beliau menerima ijazah dari Syekh Abdul Wahid Dahlan Bandung sari Ngaringan. Mbah Sarimbit juga memperoleh ijazah mutlaq/mursyid dari keluarga Mbah Adnan Benda kereb Cirebon, yaitu Mbah Abu Syifa Naufel. Beliau juga berkhidmat kepada Mbah Ali Muhtar Kadilangu hingga wafatnya sekitar tahun 1996. Pada hari ke-40

⁷ Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

setelah wafatnya, beliau ditemui dan dipesankan untuk meneruskan dzikir oleh Syech Ahmad Fadlil di Asempapan Trangkil Pati. Dari Mbah Fadlil inilah, beliau mendapat isyarat tentang Thariqah Syattariyah, sehingga mendapatkan amanah kemursyidan dari Mbah Wahid Dahlan Trowolu dan Mbah Abu Syifa Noufel Cirebon. Salah satu keanehan dari Mbah Sarimbit Juwana adalah:

- a. Mbah Kyai M. Fatkhur Rohman Thoyib (Mbah Sarimbit) sering ditemui dan diajari oleh wali dan para guru.
- b. Saat Mbah Kyai M. Fatkhur Rohman Thoyib (Mbah Sarimbit) mengisi pengajian di suatu desa, kepala desa tidak senang dan menghina beliau. Mbah Sarimbit berdoa, dan seketika terjadi angin kencang serta hujan lebat.
- c. Ada seseorang yang tersesat saat naik haji karena terpisah dari rombongan, lalu ditemui oleh Mbah Sarimbit dan diantar ke rombongannya. Padahal, Mbah Sarimbit sendiri tidak naik haji. Akibat insiden tersebut, orang tersebut menjadi khidmat pada Mbah Sarimbit dan menjadi jamaah beliau.
- d. Ada santri Mbah Sarimbit yang melihat beliau di rumah, padahal tahu sebelumnya beliau pergi.⁸

2. Letak geografis Pondok Pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati

Lokasi Pondok Pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati terletak di Dukuh Garuan RT. 04 / RW. 03, Desa Sejomulyo, Juwana, Garuan, Sejomulyo, Kec. Pati, Kabupaten Pati, Jawa Tengah 59185. Batas-batas wilayah/arah lokasi pondok pesantren Assetresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati Jawa Tengah adalah:⁹

- a. Bagain utaranya berdekatan dengan Desa Tluwah dan Desa Karangrejo.
- b. Bagain selatannya berdekatan dengan kecamatan Jakenan
- c. Bagain baratnya berdekatan dengan dengan Desa Mintomulyo
- d. Bagain timurnya berdekatan dengan dengan Desa Brigin
Desa Sejomulyo dekat dengan pemerintahan kabupaten Juwana, yaitu:

⁸ Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

⁹ Hasil Observasi Penelitian di Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

- a. Lokasi kecamatan, dengan jarak $\pm 6,5\text{km}$
- b. Lokasi pusat pemerintahan kota, dengan jarak $\pm 6,5\text{km}$
- c. Lokasi ibukota kabupaten, dengan jarak $\pm 6,5\text{km}$
- d. Lokasi ibukota provinsi, dengan jarak $\pm 63\text{km}$.¹⁰

3. **Visi, Misi, dan Motto Pondok Asstresiyah Pesantren Darul Ubudiyah Sejati Garuwan Juwana**

Setiap Pondok Pesantren memiliki visi dan misi yang merupakan landasan seperti pondasi bagi bangunan. Tanpa visi dan misi, Pondok Pesantren rentan mengalami keretakan atau bahkan keruntuhan. Hal serupa juga berlaku untuk Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Garuwan Juwana, yang juga memiliki visi dan misi seperti berikut:

- a. Visi : “Mengurangi kebodohan dan menjalankan program pemerintah menjunjung negara dan agama”.
- b. Misi : “Membina anak-anak pecandu narkoba dan orang gila sebagaimana layaknya seorang santri”

Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Garuwan Juwana memiliki tujuan tidak hanya memberikan pengajaran dan pemahaman ilmu agama, tetapi juga memberikan pengobatan bagi mereka yang mengalami gangguan jiwa. Motto pondok ini adalah:

"Ojo ngarepke mulyo yen durung wani rekoso. Moh jogo berarti moh mulyo," yang berarti bahwa kesuksesan tidak akan datang jika tidak bersedia bersusah payah.¹¹

4. **Struktur Pengurus Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati**

Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati, seperti lembaga lainnya, memiliki susunan kepengurusan yang melibatkan Pembina, Ketua, Bendahara, Keamanan, dan seksi-seksi lainnya. Struktur ini ditetapkan oleh atasan atau pengasuh pondok untuk penempatan tugas yang sesuai. Dengan adanya susunan kepengurusan, tujuannya adalah memastikan pembagian tugas dan tanggung jawab merata sesuai bidang masing-masing anggota. Berikut adalah susunan kepengurusan di Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati:

¹⁰ Hasil Observasi Penelitian di Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

¹¹ M. Fatkhur Rohman Thoyib, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

- a. Pengasuh : M. Fatkhur Rohman Toyib (*Mbah Sarimbit*)
- b. Ketua Pondok : Agus Widodo
- c. Wakil Ketua : Mohamad Sholahudin Al Ayubi
- d. Sekretaris : Muhammad Syaiful Hajad
- e. Bendahara : Petrik Hasan Basri
- f. Keamanan : Abas Jamaluddin

5. Sarana dan Prasarana Pondok Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati

Sarana prasarana (Sapras) memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan pelaksanaan kegiatan di Pondok Pesantren Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Garuwan Juwana. Meskipun rencana kegiatan telah disusun dengan baik, tanpa dukungan Sapras, pelaksanaan kegiatan belajar mengajar (KBM) tidak dapat mencapai hasil optimal. Pengamatan penulis menunjukkan bahwa Sapras, baik yang berada di dalam maupun di luar ruangan, sangat mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan di pondok tersebut. Hal ini tidak hanya memastikan rencana terlaksana sesuai dengan yang direncanakan, tetapi juga membuka peluang bagi santri untuk menyalurkan bakat dan minat mereka.¹²

Sapras yang ada di Pondok Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Garuwan Juwana adalah:

Tabel 4.1

Sarana dan Prasarana Pondok Asstresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati

No	Jenis Prasarana	Jumlah Ruang	Jumlah ruang Kondisi Baik	Jumlah Ruang Kondisi Rusak	Keterangan Sapras PonPes As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati
1.	Tempat Sholat	2	-	-	Baik Semua
2.	Tempat Kamar Tidur	30	-	-	Baik Semua
3.	Aula pesantren	2	-	-	Baik Semua
4.	Ruang Kantor	2	-	-	Baik Semua
5.	Tempat Wudlu	2	-	-	Baik Semua

¹² Dokumentasi Pondok Pesantren As-stresiyah Darul Ubudiyah Sejati, dikutip Tanggal 23 Oktober 2023

No	Jenis Prasarana	Jumlah Ruang	Jumlah ruang Kondisi Baik	Jumlah Ruang Kondisi Rusak	Keterangan Sapraps PonPes As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati
6.	Tempat Kamar Mandi	20	-		Baik Semua
7.	Ruang Dapur	1	-		Baik Semua
8.	Alat Rebana	10	-	-	Baik
9.	Lahan Parkir	1	-	-	Baik
10.	Kolam Ikan	6	-	-	Baik

6. Data Pasien di Pondok Pesantren As-Stresiyah

Tabel 4.1

Data-data Pasien Yang Masuk Di Pondok Pesantren As-Stresiyah

No	Nama	Usia	Alamat	Faktor Gangguan
1.	AP	18 Tahun	Jepara	Bulliyang
2.	S	17 Tahun	Pemalang	Bulliyang
3.	HA	17 Tahun	Pati	Pergaulan
4.	EST	24 Tahun	Sukoharjo	Cita-Cita yang belum tercapai
5.	ZA	27 Tahun	Demak	Pekerjaan
6.	TG	23 Tahun	Sragen	Asmara
7.	NI	21 Tahun	Semarang	Pergaulan
8.	HK	26 Tahun	Jepara	Gen
9.	RU	20 Tahun	Solo	Keluarga
10.	HE	24 Tahun	Kudus	Pekerjaan
11.	MAI	23 Tahun	Batang	Mistis

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Pelaksanaan Terapi Doa Sebagai Media untuk Mengobati Gangguan Jiwa di Pondok Pesantren As-Stressiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati

Penting untuk menyadari bahwa doa adalah sarana komunikasi antara manusia dan Allah SWT. Saat berdoa, perlu memperhatikan tata cara, adab berdoa, serta bacaan doa yang sesuai dengan tema kebutuhan yang diungkapkan. Semua ini merupakan aspek yang harus diperhatikan saat berdoa.

Hasil dari Wawancara dengan ketua pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati mengindikasikan bahwa terapi doa di sana menggunakan doa-doa umat Islam yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadis. Pendekatan ini digabungkan dengan aspek modern melalui terapi psikologis, mencerminkan usaha konkret dalam upaya lahiriyah:

“pada dasarnya kita membuka ruang untuk pasien gangguan jiwa secara umum, jika tema yang dibicarakan terapi do'a, maka saya pribadi seolah-olah membuka ruang hanya kepada pasien muslim mas, maka dari itu saya tegaskan bahwa terapi do'a yang kita gunakan adalah do'a-do'a agama islam seperti itu, dan adapun do'anya yaitu do'a yang dikombinasikan dengan terapi psikologis sebagai wujud ikhtiar lahiriyah”¹³

Dari sini dapat dikatakan bahwa terapi do'a yang digunakan di pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati mencakup do'a-do'a umat islam yang artinya berdasar pada Al-Qur'an dan Hadis, dengan dikombinasikan dengan cara modern yakni terapi psikologis.

Terkait dengan proses, ketua pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati menerangkan bahwa:

“kita melakukan pendekatan pada pasien gangguan jiwa tergantung tingkat depresi/tingkat kerusakan mental yang dialami pasien mas, dengan cara mengajak berbicara tatap muka dengan pasien dan nanti ketemu seberapa nglanturnya dia, yaa bisa dikatakan trauma masa lalunya dapat kelihatan, dengan itu kemudian kita menggunakan metode ceramah dengan bercerita seolah-olah mengikuti apa yang pasien itu inginkan, dan setelah itu sesekali kita baru masuk ke ranah terapi do'a, yaitu terapi dzikir dengan dasar untuk mendorong pasien melakukan perbuatan, tindakan dan perjuangan dalam rangka menegakkan sikap, kita sebut itu sebagai potensi *muthmainnah* (ketenangan, kedamaian) potensi *radhiyah* (yang

meridhai atau berlapang dada) dan potensi *mardhiyah* (yang diridhai oleh Allah)¹⁴

Dari sini dapat dikatakan bahwa terapi do'a yang digunakan di pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati pada awalnya harus tau potensi kerusakan mental pasien, setelah diketahui maka pembimbing masuk kedalam kehidupan pasien dengan ranah obrolan sebelum akhirnya terapi do'a dilaksanakan dengan mempertimbangkan potensi *muthmainnah*, potensi *radhiyah* dan potensi *mardhiyah*.

Sedangkan dalam segi waktu pelaksanaan, ketua pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati menerangkan sebagai berikut:

“Yaa perlu kita sadari mas, dalam teori-teori juga banyak bahwa beberapa jenis gangguan mental istilahnya tanda-tanda atau indikasi kejiwaan yang tidak stabil kan meliputi sifat Pemarah, Dendam, Pendengki, Sombong, Berburuk sangka, Was-was, Pendusta, Serakah, Berputus asa, Pelupa/lalai, Pemalas, Kikir, Hilangnya perasaan malu. Itu semua biasanya kalau sudah menyatu seseorang akan kehilangan arah dan jadinya ODGJ, makanya disini kadang ada pasein yang emosional, ada yang pemalas dan ada yang serakah, dalam arti dikeseharian selama di pesantren ini ya, dan itu semua yang terparah ketika ada pasien yang sudah tak malu untuk melepas baju, paka penanganannya juga berfariatif lamanya, ada yang sampai hitungan 1-2 tahun adapula yang 3 bulan sudah bisa dipulangkan walaupun masih dalam pantauan jarak jauh ya, seperti itu mas tergantung tingkat kerusakan yang dialami begitu, tapi kembali lagi pada dorongan individu dan do'a itu pula yang paling berperan¹⁵

Dari sini dapat diketahui bahwa waktu pelaksanaan secara keseluruhan meliputi waktu satu sampai dua tahun,

2023 ¹⁴ Agus widodo, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 05 November

2023 ¹⁵ Agus Widodo, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 05 November

adapun yang tercepat yakni tiga bulan, dan disitu dilihat seberapa besar gangguan jiwa yang dialami oleh pasien.

ketua pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati juga menerangkan sebagai berikut:

“yang kita utamakan yakni, penanganan awal dulu mas, intinya kita harus tau itu dia sakit karena traumatis atau stress karena pekerjaan atau apa, terapi do’a yang kita lakukan, secara syariat kita ajak wudhu, lalu kita ketahui apakah masih bisa diajak komunikasi dengan baik, kemudian kita ajak mendengarkan murotal, lalu setelahnya masuk kedalam hakikat dari terapi itu sendiri yakni, proses dimana pasien harus didisiplinkan untuk mengikuti arahan-arahan agama, seperti sholat, baca do’a keseharian dll”¹⁶

Kesimpulan dari deskripsi tersebut adalah bahwa terapi doa, khususnya terapi dzikir, diarahkan untuk mencapai potensi muthmainnah (ketenangan, kedamaian), potensi radhiyah (penerimaan dan kelapangan dada), dan potensi mardhiyah (keridhaan Allah). Waktu pelaksanaan terapi untuk setiap pasien bervariasi tergantung pada tingkat gangguan jiwa yang dialami oleh pasien tersebut.

2. Implikasi doa dalam prosesi terapi gangguan jiwa di pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati.

Doa memiliki makna yang besar sebagai tanda penghambaan kepada Allah dan sebagai sarana memohon berbagai kebaikan serta perlindungan dari bencana. Manusia secara alamiah menginginkan kehidupan yang bahagia dan sehat, baik secara jasmani maupun rohani.¹⁷ Di masyarakat barat modern yang cenderung mengadopsi pendekatan psikologi dan kesehatan mental, sementara dalam Islam, solusi terhadap masalah kejiwaan cenderung bersifat religius dan spiritual. Di pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati, implikasi doa dalam terapi gangguan jiwa sangat ditekankan, sejalan dengan pendekatan yang lebih bersifat religius spiritual. Hasil wawancara dengan wakil ketua dan pembimbing pasien menunjukkan bahwa:

¹⁶ Agus widodo, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 05 November 2023

¹⁷ Yusuf al-Qardhawiy, Hakikat Tauhid dan Fenomena Kemusyrikan, (Jakarta: Rabbani Press, Cet; I, 1998), h. 42.

“gangguan jiwa dalam paradigma kami merupakan suatu perkara yang sangat berarti, dikarenakan gangguan jiwa merupakan pergeseran antara manusia normal dan tidak, dalam contohnya gini, manusia dapat dikatakan jiwa manusia sehat itu karena memiliki pikiran dan hati serta nafsu yang terkendali, sedangkan jika ketiga aspek itu ada yang bergeser, maka itu dikatakan gangguan jiwa, istilahnya kalau orang sekarang mengatakan ‘kena mental’, dan kena mental akibat peristiwa tertentu itu bisa karena pikiran yang sangat dalam atau kekecewaan yang mendalam, sehingga sulit untuk mengontrol diri, satu-satunya cara yaitu dengan terapi, dan dari berbagai terapi, terapi doa yang paling hebat menurut saya”¹⁸

Dapat disimpulkan bahwa terapi doa di pondok pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati ditekankan karena dianggap sebagai pengendali terhebat dalam diri seseorang. Ini terjadi ketika individu menyadari posisinya sebagai manusia yang diciptakan dan memiliki kesadaran diri sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah SWT. Proses terapi gangguan jiwa di pondok pesantren ini lebih terperinci, dibagi menjadi Tahap Kesadaran Sebagai Hamba dan Tahap Komunikasi, seperti yang dijelaskan oleh wakil ketua pondok:

" Inti dari terapi ini adalah membangkitkan kesadaran, terutama kesadaran akan kehambaan dan kesadaran akan kelemahan sebagai manusia. Kesadaran ini membawa seseorang yang berdoa ke dalam keadaan kerendahan diri. Tanpa kesadaran akan kelemahan ini, kesungguhan dalam berdoa sulit dicapai. Hakikat berdoa adalah meminta, dan yang meminta harus memiliki derajat yang lebih rendah daripada yang diminta. Setelah menyadari kelemahan dan penyakit yang dialami serta menyadari kebesaran Allah, langkah selanjutnya adalah berkomunikasi dengan Allah, yang menjadi bagian penting dari proses terapi ini."¹⁹

Setelah menyadari segala kelemahan dan keterbatasan diri, tahap selanjutnya adalah mengisi diri dengan kesadaran akan

¹⁸ Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

¹⁹ Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

kebesaran Allah, kasih sayang-Nya, dan terutama sebagai Maha Penyembuh. Pada tahap ini, pemahaman tentang hakikat sakit pun muncul, bahwa sakit berasal dari Allah dan hanya Allah yang dapat menyembuhkannya, sebagaimana diungkapkan oleh narasumber sebagai berikut:

"Seseorang tidak dapat berdoa jika mereka tidak mengenal atau meyakini bahwa Sang Penyembuh memiliki kekuatan untuk menyembuhkan. Keyakinan merupakan syarat mutlak dalam berdoa karena Allah sesuai dengan prasangka hamba-Nya; jika hamba-Nya memiliki prasangka baik, maka Allah pun memberikan kebaikan sebaliknya. Kegagalan utama dalam mendapatkan jawaban Allah atas doa seringkali disebabkan oleh keraguan kita. Kadang-kadang saat berdoa, hati kita mungkin berkata, "Apakah doaku akan dikabulkan?" atau "Mudah-mudahan dikabulkan." Meskipun niatnya tidak ingin mendahului Allah, sebenarnya itu adalah tanda keraguan terhadap kemampuan Allah untuk mengabulkan doa kita."²⁰

Dari keterangan di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam terapi doa, yang hakikatnya adalah meminta, fokus utama adalah pada kesabaran dalam berdoa sebagai penekanan emosional pada pasien. Setelah itu, tahap komunikasi menjadi krusial. Setelah sadar akan kelemahan dan penyakit yang dialami, serta kesadaran akan kebesaran Allah, tahap komunikasi ini dapat mengambil berbagai bentuk

- a. Pengungkapan pengakuan segala kesalahan dan dosa, merupakan langkah awal karena dengan hati yang bersih, kontak dengan Allah akan lebih jernih dalam proses terapi doa.
- b. Pengungkapan kegundahan hati dan kegelisahan yang dialami adalah tahap yang dapat memberikan efek katarsis, di mana segala permasalahan dikeluarkan dari diri, dan dalam konteks ini, disampaikan kepada Allah. Melalui pengungkapan ini, hubungan dengan Allah menjadi lebih dekat. Tahap ini seolah merupakan bentuk curhat seperti seorang anak kepada ibunya, di mana kejujuran dan kedekatan tanpa menyembunyikan apapun dapat terwujud. Melalui tahap ini, jika dilakukan

²⁰ Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

dengan benar, sudah menjadi suatu bentuk terapi bagi jiwa, mirip dengan ketika seorang klien mencurahkan perasaannya kepada seorang psikolog yang mendengarkan dengan penuh penerimaan dan kasih sayang.

- c. Permohonan doa kesembuhan terhadap apa yang dialami bukanlah tuntutan yang memaksa Allah untuk mengabulkan. Oleh karena itu, doa yang diucapkan harus disertai dengan kerendahan hati dan sikap butuh kepada Allah. Sebagai seorang hamba yang berdoa, posisinya adalah sebagai seseorang yang meminta, bukan memaksa. Hamba tersebut hanya diberi wewenang untuk meyakini bahwa doanya akan dikabulkan, tanpa hak untuk memaksa Allah untuk mengabulkannya.
 - d. Tahap menunggu dengan diam namun hati tetap mengadakan permohonan kepada Allah merupakan suatu bentuk komunikasi antara yang meminta dan yang memberi. Setelah proses permohonan disampaikan, tahap pemberian atau dijawabnya doa harus ditunggu dengan kesabaran. Syarat untuk menerima jawaban ini adalah dengan sikap rendah diri, terbuka, dan tenang, tanpa tergesa-gesa. Sikap ini memungkinkan untuk menangkap kalam Allah (jawaban doa) yang mungkin berupa pemahaman, pencerahan, ilham (enlightenment), atau perubahan emosi dari kegelisahan menjadi ketenangan, atau dari kesedihan menjadi hilangnya kesedihan.
 - e. Tahap ini adalah tahap respon yang diberikan oleh Allah sebagai jawaban doa yang kita panjatkan. Dalam tahap ini, sikap pasrah total kepada Allah menjadi kunci, mengikuti kehendak dan keinginan-Nya. Sikap ini memungkinkan kita untuk menerima dengan tulus jawaban dari Allah.
- 3. Hasil Terapi Doa Sebagai Media Untuk Mengobati Pasien Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati.**

Terapi Doa sebagai salah satu pengobatan Islami yang diyakini mempunyai kekuatan doa-doa memiliki keistimewaan tersendiri. Dalam Berdoa lafadz-lafadz yang dijadikan pedoman dalam mengobati berasal dari sumber ayat-ayat Al-Qur'an. Dalam setiap lafadz doa tersebut memiliki makna dengan berbagai tafsiran yang mendalam. Adapun maksud yang di inginkan terhadap terapi Doa ini adalah dapat memberikan terapi Islami terhadap kesehatan jiwa ataupun ketenangan jiwa seseorang. Terapi doa ini merupakan salah satu metode yang mudah

diamalkan disetiap harinya oleh para pasien sebagai media untuk menurunkan gangguan kejiwaan. Dengan ini para pasien diharapkan menjadi pribadi yang mampu menjalankan fungsinya sebagai makhluk sosial serta dapat mencapai pembentukan identitas diri pasien. Proses terapi doa ini merupakan salah satu media untuk menyebut dan mengingat Allah SWT. Proses tersebut merupakan deskripsi dari aplikasi relaksasi Islami untuk mengurangi rasa takut, menurunkan tingkat kemarahan, kecemasan serta dapat menurunkan gangguan kejiwaan pada seseorang. Selain itu, pendekatan melalui terapi doa akan mampu memberikan dampak positif bagi seseorang yang melakukannya sehingga terapi doa dapat memberikan ketenangan jiwa serta dapat mengurangi gangguan psikologi pada seseorang.²¹ Dalam terapi doa terdapat makna yang dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang. Karenanya doa merupakan salah satu upaya yang dapat mendorong seseorang untuk mengingat Allah SWT dengan melafadzkan asma Allah SWT secara berulang-ulang dengan nada yang tenang.

Menurut Wakil Ketua Pondok Bapak Sholahudin Al-Ayubi terapi doa yang diterapkan pada pasien Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati memiliki manfaat yang diantaranya yaitu :

Pertama, Menetralkan Diri. Pada awal mula pasien datang di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati, disetiap diri mereka ada banyak energi negatif yang memenuhi pikirannya. Dengan dilakukannya terapi doa ini dapat berguna untuk para pasien gangguan jiwa dalam menurunkan gangguan psikologis pada seseorang sehingga pasien akan merasakan pembersihan jiwa dari hal-hal negatif. Dengan upaya ini maka para pasien akan menjadi seorang yang tidak mudah cemas, tidak mudah khawatir dan tidak mudah takut akan adanya sesuatu yang belum jelas.²²

Kedua, Meneguhkan Jiwa. Salah satu visi dari Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati yaitu memulihkan klien menuju harkat dan martabat tinggi berbasis

²¹ Farichah Andriani, Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Psikologi Islam Melalui Implementasi Terapi Dzikir Dalam Pengembangan Kesehatan Mental Masyarakat Eks Pasien Covid-19, Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam : Institut Agama Islam Negeri Kudus, Vol. 5, No. 1, (2012), Hlm. 5.

²² Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

spiritual agama. Dalam memulihkan klien berawal dari jiwa dan pikiran yang sehat. Pada realitanya manusia sering dilanda adanya rasa ketakutan, mudah marah dan kekhawatiran. Gangguan Jiwa datang kepada seseorang karena seseorang tersebut tidak memiliki pegangan yang kuat sehingga sulit untuk menentukan identitas dirinya yang mengakibatkan seseorang akan mudah untuk digoyahkan. Gangguan jiwa adalah salah satu hal yang sering ditemukan dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan ketidaknormalan pada sikap seseorang. Namun gangguan jiwa akan datang terus menerus sehingga menjadi gangguan psikologis berkepanjangan maka menjadi tidak baik untuk kesehatan psikologis seseorang. Dari poin-poin di atas, narasumber juga memberikan contoh pelaksanaan proses komunikasi, yaitu sebagai berikut:

"Marilah kita bangkitkan niat dalam diri untuk meminta kesembuhan dari Allah. Santailah tubuh kita, kendorkan dari ujung kaki hingga kepala, tanpa ada tegangan pada otot tubuh. Kesadari setiap keluhan yang dirasakan, perhatikan dengan kesadaran bahwa kita lemah dan tak berdaya. Saksikan kebesaran Allah melalui alam semesta, bagaimana Dia menggerakkan dan menghidupkan semuanya. Allah adalah Sang Pemberi Hidup dan Kematian, Dia yang memberi kesembuhan dan menentukan penyakit. Luahkan semua keluhan kepada-Nya, mohon kesembuhan dengan penuh ketulusan. Tetaplah rileks, dalam posisi penuh permohonan dan pasrah kepada Allah, sertai dengan keyakinan bahwa doa kita akan dijawab. Bersabarlah menanti jawaban doa, tetaplah diam, namun teruslah memohon kepada Allah."²³

Dari uraian ini, dapat disimpulkan bahwa proses terapi doa yang diterapkan di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati melibatkan dua aspek, yaitu tahap kesadaran sebagai hamba dan tahap komunikasi.

Pertama, Mengurangi Kecemasan. Seperti yang sudah diuraikan sebelumnya oleh penulis, bahwa upaya penanganan pasien gangguan jiwa yang berada di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati menggunakan metode medis. Dalam memperhatikan kondisi pasien, pemberian

²³ Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

terapi sangatlah dibutuhkan. Pada terapi doa selain untuk menenangkan jiwa seseorang, doa juga dapat menurunkan kecemasan pada seseorang. Oleh karena itu, dengan berdoa maka pasien akan terbiasa dengan ketenangan jiwa yang dihadirkan melalui lafadl-lafadl Allah SWT sehingga akan dapat mengurangi rasa kecemasan pada diri pasien penderita gangguan jiwa.²⁴

Kedua, Menjadi Pribadi yang Percaya Diri. Salah satu manfaat dzikir yaitu membentuk pribadi yang dapat percaya diri. Sebagaimana pendapat dari Ibnu Athai'illah As-Sakandari yang dikutip oleh M. Amin Syukur bahwa manfaat dzikir salah satunya dapat memberikan ketenangan jiwa dan dapat memberikan kebahagiaan terhadap seseorang sehingga seseorang akan mudah untuk percaya diri. Selain itu, dzikir juga dapat menurunkan rasa kekhawatiran sehingga dapat memberikan efek ketenangan pada seseorang untuk dapat membentuk suatu pribadi yang baik.²⁵ Menurut Bapak Sholahudin Al-Ayubi, “Dengan datangnya ketenangan jiwa dan ketenangan pada pikiran seseorang serta didasari dengan rasa kuatnya iman yang didapatkan dari terapi doa, maka dengannya kepercayaan diri pada seseorang akan semakin meningkat”. Rasa percaya diri sangatlah berperan dalam kehidupan seseorang saat berinteraksi dengan orang lain di lingkungan sekitarnya. Maka dari itu, pembimbing terapi menjadikan doa sebagai salah satu upaya untuk menumbuhkan rasa percaya diri pada pasien sehingga mereka akan mampu menjadi seseorang yang tidak mudah takut dalam menghadapi pilihan kehidupan.²⁶

Manfaat terapi doa yang diperoleh oleh pasien tingkatannya berbeda-beda diantara pasien satu dengan pasien yang lainnya. Berikut merupakan pendapat dari beberapa pasien Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati yang telah menerima terapi doa pada kitab Hizib Nawawi

²⁴ Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

²⁵ M. Amin Syukur, Sufi Healing : Terapi dengan Metode Tasawuf, (Jakarta, Erlangga : 2019), Hlm. 70-71.

²⁶ Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

dengan kondisi psikologisnya telah mencapai tingkat kesembuhan 65% - 80%, yang diantaranya sebagai berikut :

Pertama, saudara AP. AP merupakan salah satu Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati yang berasal dari Jepara. Tingkat kesembuhan dari saudara AP ini sudah mencapai tingkat kesembuhan 80%. Faktor dari saudara AP mengalami gangguan jiwa salah satunya adalah Bulliyang. AP merasa cemas dikarenakan AP sering dijauhi oleh teman-temannya. Selain itu AP merasakan kecemasan mengenai masa depannya. Ketika pertama kali datang ke pondok pesantren, AP menunjukkan gejala anti sosial, kekhawatiran dan gelisah. Sebelum melaksanakan terapi doa saudara AP ini mengalami beberapa gejala yang diantaranya saudara ini sering mengalami susah tidur dan menurunnya napsu makan, pusing di bagian kepala, ujung jari yang terasa dingin sampai sering mengeluarkan keringat dingin. Setelah 1 tahun mengikuti terapi doa kitab Hizib Nawawi tersebut AP mendapatkan ketenangan dalam jiwanya, yang mulanya sering mengalami susah tidur dan menurunnya napsu makan, pusing di bagian kepala, ujung jari yang terasa dingin sampai sering mengeluarkan keringat dingin. Setelah melakukan terapi doa tersebut AP sudah tidak merasakan gejala-gejala kejiwaan tersebut. Menurutnya, terapi doa kitab Hizib Nawawi membuatnya tambah ingin mendekatkan diri kepada Allah SWT, menjadikannya lebih tenang dan AP juga merasakan Lebih Tenang dan senang.²⁷

Kedua, pasien TG. Pasien TG ini merupakan salah satu pasien C yang berasal dari Seragen. Tingkat kesembuhan dari saudara TG ini sudah mencapai tingkat kesembuhan 75%. Faktor dari saudara TG mengalami gangguan jiwa yaitu kisah asmaranya. TG merasa cemas dikarenakan TG ditinggalkan oleh kekasihnya. Selain itu TG merasakan kecemasan mengenai masa depannya. Sebelum datang ke panti, TG menunjukkan gejala sering pusing kepala, nafsu makan tidak teratur, mudah emosi, tatapan mata yang tajam dan gelisah. Setelah 6 Bulan mengikuti terapi doa kitab Hizib Nawawi tersebut TG mendapatkan ketenangan dalam jiwanya, yang mulanya sering merasakan kepala pusing maka setelah melakukan terapi dzikir, TG sudah tidak merasakan gejala-gejala kecemasan tersebut. Menurutnya, terapi doa Kitab Hizib Nawawi membuatnya menjadi lebih tenang.²⁸

²⁷ AP, Wawancara oleh penulis, transkrip 12 November 2023.

²⁸ TG, Wawancara oleh penulis, transkrip 12 November 2023.

Ketiga, saudara EST ini merupakan salah satu pasien Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati yang tingkat kesembuhannya telah mencapai 60%. SK diserahkan di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati ini dikarenakan pasien EST mempunyai gangguan kejiwaan yang berawal dari adanya cita-cita yang belum tercapai. Awal mula EST datang ke panti pada tahun 2021. Sebelumnya EST menunjukkan kekhawatiran yang berlebihan sehingga ingin lari dari kenyataan dan juga rasa takut yang tinggi. Selain itu EST ini mengalami gejala fisik yang berupa Emosi, Teriak-teriak, Suka membuat gaduh, susah tidur, dan sering kabur.

Dengan demikian, setelah EST mengikuti terapi doa kitab Hizib Nawai efek yang dirasakan oleh EST adalah merasakan lebih rileks, tidak mudah cemas dan lebih bersikap tenang. Yang sebelumnya EST ini mengalami gejala fisik yang berupa Emosi, Teriak-teriak, Suka membuat gaduh, susah tidur, dan sering kabur. Setelah melaksanakan terapi doa, pasien EST telah mengalami penurunan pada gejala gangguan kejiwaan yang dialami sebelumnya. Perubahan tersebut dapat ditandai dengan yang dulunya pasien EST mengalami Emosi, Teriak-teriak, suka membuat gaduh, susah tidur, dan sering kabur. sekarang sudah berkurangan dari gejala gangguan jiwa tersebut.²⁹

Keempat, HE ini merupakan salah satu pasien Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati yang tingkat kesembuhannya telah mencapai 60%. HE diserahkan di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati ini dikarenakan pasien HE mempunyai gangguan kejiwaan yang berawal dari dunia pekerjaan. Awal mula HE datang ke Pondok pada tahun 2020. Sebelumnya HE sudah sembuh dan sudah kembali kepada keluarganya. Namun, disaat HE mengenal dunia pekerjaan, pasien HE mengalami gangguan kecemasan kembali. Sebelumnya HE menunjukkan rasa mudah emosi yang berlebihan. Selain itu HE mengalami gejala fisik yang berupa isi kepala yang sering merasa kebingungan, suka emosi/marah, nafsu makan hilang, susah tidur dan detak jantung yang tidak beraturan. Menurut HE, manfaat terapi doa yang diperoleh untuk kesehatan mental salah satunya ialah bahwa Berdoa/berdzikir dapat menurunkan gangguan kejiwaan pada seseorang selain itu berdoa/dzikir diyakini bahwa doa-doa mampu menjadikan jiwa seseorang menjadi tenang.

²⁹ EST, Observasi oleh penulis, Transkrip 12 November 2023

Dengan demikian, setelah HE mengikuti terapi doa kitab hizib nawawi, efek yang dirasakan oleh HE adalah merasakan lebih rileks dan lebih bersikap tenang. Sebelumnya HE ini mengalami gejala fisik yang berupa isi kepala yang sering merasa kebingungan, suka emosi/marah, nafsu makan hilang, susah tidur dan detak jantung yang tidak beraturan. Setelah melaksanakan terapi doa, pasien HE telah mengalami penurunan pada gejala gangguan kejiwaan yang dialami sebelumnya.³⁰

Selanjutnya, indikator keberhasilan terapi doa bagi pasien penderita gangguan jiwa yaitu pasien penderita gangguan jiwa secara relatif tidak hanya dinilai dari bagaimana pasien melaksanakan keberagamaannya. Melainkan para pasien akan dilihat dari bagaimana pasien sadar akan aktifitas pada kesehariannya serta dapat berkomunikasi dengan baik di lingkungan sekitar. Menurut wakil ketua pondok sebagai penerapi:

“Indikator keberhasilan adalah kondisi ketika pasien kembali ke rumah maka pasien akan dapat bersosialisasi dan berkomunikasi dengan baik di masyarakat, dapat menata kehidupannya secara teratur dan menurunnya gejala-gejala yang dahulunya telah dialami. Adapun gejala yang dimaksud adalah adanya rasa khawatir, gelisah dan takut yang dapat menimbulkan detak jantung yang tidak beraturan, tertutup dengan keadaan, lebih mengasingkan diri, sering pusing kepala, mual, nafsu makan yang berkurang dan lain sebagainya”³¹

C. Analisis Data Penelitian

1. Analisis Pelaksanaan Terapi Doa Sebagai Media untuk Mengobati Gangguan Jiwa di Pondok Pesantren As-Stressiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati

Terapi doa, atau yang umumnya disebut sebagai Terapi Islam, merupakan suatu pengobatan dan penyembuhan yang mencakup aspek mental, spiritual, moral, dan fisik. Pendekatan ini mengandalkan bimbingan dari ajaran Islam, termasuk Al-Qur'an dan Assunnah Nabi saw. Terapi doa juga

³⁰ HE, Observasi oleh penulis, Transkrip 12 November 2023

³¹ Mohamad Sholahudin Al Ayubi, Wawancara Pribadi, dikutip Tanggal 12 November 2023

dianggap sebagai terapi spiritual Islami, yang mengakui bahwa keimanan dan hubungan dekat dengan Allah memiliki peran penting dalam upaya pemulihan dari gangguan mental, seperti depresi, dan permasalahan kejiwaan lainnya, serta meningkatkan kualitas hidup manusia. Lebih dari sekadar menyembuhkan gangguan psikologis, terapi spiritual Islami menekankan pada pembangunan kesadaran diri agar manusia dapat memahami hakikat dirinya. Pada intinya, terlibat dalam terapi spiritual Islami tidak hanya untuk kesembuhan, tetapi juga untuk mencari makna hidup dan mengaktualisasi diri.³²

Berdasarkan temuan di atas, terlihat bahwa pelaksanaan terapi doa yang diterapkan adalah terapi dzikir. Dzikir dianggap sebagai suatu nutrisi yang sangat bernutrisi bagi jiwa, karena melalui dzikir, seseorang dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT dan menjaga jiwa dari sifat lalai dan ingkar. Kedua sifat ini dianggap sebagai celah yang dapat dimanfaatkan setan untuk menyesatkan manusia, sebagaimana dinyatakan dalam firman Allah SWT dalam QS. AzZukhruf/36 dan QS. Ar-Ra'd/13:28:

وَمَنْ يَعِشْ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقِصَنَّ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ

Artinya : “Barangsiapa yang berpaling dari pengajaran Tuhan Yang Maha Pemurah (Al Quran), kami adakan baginya syaitan (yang menyesatkan) maka syaitan itulah yang menjadi teman yang selalu menyertainya”

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram”

Terkait dengan Pelaksanaan terapi do'a dengan metode dzikir ada beberapa pendapat terkait hal itu, diantaranya:

Pendapat pertama terkait pelaksanaan terapi doa dengan metode dzikir adalah dari Ibnu Qayyim al-Jauziyah, yang menyatakan bahwa dzikir adalah makanan pokok bagi hati dan ruh. Jika seseorang kekurangan siraman dzikir, maka hatinya menjadi seperti tubuh yang kekurangan makanan pokok. Pernyataan ini menekankan pentingnya berzikir kepada Allah

³² Ahmad Razak, dkk, ,Terapi Spiritual Islam Suatu Model Penanggulangan Gangguan Depresi’, *Dakwah Tabligh*, Vol 14, No.01 (2013): h.145

dalam segala kondisi untuk memenuhi kebutuhan fundamental, menjaga kesegaran, kesehatan, dan ketenangan hati serta ruh. Ibnu Qayyim al-Jauziyah juga menyatakan bahwa dzikir mendapat ridha Allah, menjauhkan dari setan, meredakan kesedihan dan kesusahan, membawa rezeki, membuka pintu ma'rifah, merupakan tanaman surga, menghindari perkataan yang salah, mencerminkan ketaatan, membangkitkan jiwa, dan menyembuhkan lemah iman

Pernyataan di atas diperkuat oleh pandangan Imam Husain Azhahiri, yang menekankan bahwa seseorang yang ingin mempertahankan kehidupannya harus memiliki tingkat keimanan qolbi. Individu dengan keimanan qolbi akan terus-menerus berzikir, mengingat Allah dalam setiap situasi, dan yakin bahwa hanya Allah yang menjadi pelindung seluruh kehidupannya. Keimanan qolbi memberikan kekuatan untuk mengatasi ketakutan, kesedihan, kecemasan, stres, dan depresi, karena jiwa yang penuh iman tidak merasa takut terhadap masa depan. Pendapat ini menunjukkan bahwa kegiatan zikir dan doa tidak hanya berdampak pada akhirat, tetapi juga membentuk kualitas hidup individu secara lahir dan batin selama menjalani tugas hidup di dunia ini.³³

Usaha psikoterapi dengan pendekatan keagamaan dapat dianjurkan, terutama mengingat mayoritas pasien yang mengalami penderitaan batin akibat depresi adalah orang-orang Muslim. Al-Quran, Hadits, dan pemikir Islam memberikan pedoman tentang bagaimana menjalani kehidupan tanpa rasa cemas, tegang, konflik, stres, atau depresi. Salah satu cara yang dianjurkan adalah dengan memperbanyak zikir dan doa kepada Allah sebagai Maha Penyembuh.

Fatwa dari Majelis Perkembangan Kesehatan dan Syara' Departemen Kesehatan RI juga menyoroti bahwa seorang dokter sebaiknya memiliki pengetahuan tentang penyakit pikiran dan jiwa serta obatnya. Dalam konteks ini, melakukan amal kebajikan, berzikir, berdoa, memohon dan mendekati diri kepada Allah, serta bertaubat dianggap sebagai obat yang sangat baik untuk penyakit tersebut. Pentingnya kesediaan penerimaan batin dan kepercayaan pada obat kebatinan serta manfaatnya

13. ³³ Dadang Hawari, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa, hal. 12-

juga ditekankan sebagai faktor yang memengaruhi hasil pengobatan”.³⁴

Pernyataan di atas diperkuat oleh pandangan Dadang Hawari, yang menyebutkan bahwa dzikir dan doa, dari perspektif ilmu kedokteran jiwa atau kesehatan mental, dapat dianggap sebagai terapi psikiatrik yang setingkat lebih tinggi daripada psikoterapi konvensional. Hal ini disebabkan oleh unsur spiritual dan keagamaan dalam dzikir dan doa, yang mampu membangkitkan harapan dan kepercayaan diri pada klien atau penderita. Dampaknya, kekebalan tubuh dan kekuatan psikis meningkat, mempercepat proses penyembuhan. Terapi ini diakui sebagai pendekatan holistik dalam dunia kedokteran modern, di mana penggunaan obat dan tindakan medis lainnya juga tetap diperhitungkan

Taufiq Pasiak, sebagai ahli kedokteran dan agamawan, menambahkan bahwa zikir, dalam makna sempitnya, yakni menyebut nama Allah secara berulang-ulang, dapat efektif sebagai pereda ketegangan dan kecemasan. Dr. Ralp Snyderman, Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Duke, menyoroti bahwa dalam perawatan kesehatan, ilmu pengetahuan tanpa dimensi kerohanian, keimanan, dan keagamaan (zikir dan doa) cenderung kurang efektif, sehingga terapi medis dan praktik zikir serta doa sebaiknya dilakukan secara bersama-sama.³⁵

Pernyataan di atas diperkuat oleh pandangan Rosleny yang mengutip Imam al-Ghazali, yang menyatakan bahwa hati berfungsi sebagai pusat perubahan, pusat kebijaksanaan, dan pusat perbuatan. Dalam kerangka ini, kebijaksanaan dan perubahan positif dapat dipengaruhi oleh aktivitas hati, seperti dzikir dan doa. Pemahaman ini sejalan dengan ajaran agama Islam, yang menempatkan hati sebagai inti dari spiritualitas dan moralitas, dalam hadis disebutkan:

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْعَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ
الْجَسَدُ كُلُّهُ . أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

Artinya : “Ingatlah bahwa di dalam jasad itu ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia

³⁴ *Sumpah dokter dan susila kedokteran ditinjau dari segi hukum Islam fatwa No. 9 10 publikasi kesepuluh madjelis pertimbangan kesehatan dn sjara' departemen kesehatan R.I. (Jakarta, Djembatan 1960)*

³⁵ Dadang Hawari, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa, hal. 25

rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati (jantung)”(HR. Bukhari Muslim).

Dari hadits tersebut, memang terlihat bahwa baik buruk perbuatan kita ditentukan oleh hati. Ajaran Islam mengenai hal ini menekankan pentingnya ber-dzikir. Dzikir dapat menjadi materi pokok syifa' (terapi) dan metode/cara syifa (terapi) itu sendiri. Sebagai contoh, dengan ber-dzikir, hati kita dapat menjadi tenang dan tentram, menghilangkan gelisah, kekhawatiran, sedih, dan ketidaktenangan. Pengertian dzikir, yaitu mengingat Allah melalui keyakinan, ucapan, dan perbuatan, ditegaskan dalam QS. Thaha: 14, yang menyatakan: "...dan Dirikanlah shalat untuk mengingat Aku..”³⁶

Pendapat kelima, yang disampaikan oleh Utsman Najati, menekankan bahwa ketenangan hati sangat terkait dengan kebersihan hati. Sebuah hati yang tidak bersih tidak mampu menciptakan ketenangan. Menurutnya, kebersihan hati adalah dasar utama bagi ketenangan batin. Dalam pandangan Utsman Najati, dzikir memiliki peran kunci dalam menjaga kebersihan hati dan menjadikan hati seseorang menjadi tenang. Oleh karena itu, dzikir memiliki urgensi yang tinggi dalam hati seorang Muslim, dan meninggalkannya dianggap sebagai suatu hal yang sangat tidak dianjurkan. Dzikir dianggap memiliki banyak keistimewaan yang penting sebagai bekal dalam menjalani dakwah. Syekh Hasan al-Basri mengungkapkan keindahan dalam tiga hal: shalat, dzikir, dan tilawatul Qur'an, dan menyarankan untuk mengejar keindahan tersebut, sebab jika tidak, pintu-pintu kebaikan akan tertutup”.³⁷

2. Analisis Implikasi Doa dalam Prosesi Terapi Gangguan Jiwa di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati

Doa memiliki peran signifikan dalam lingkup psikoterapi, khususnya dalam ranah kedokteran jiwa atau terapi psikiatrik. Penerapan doa dan dzikir dalam konteks ini melibatkan unsur spiritual, kerohanian, dan keagamaan. Kedua elemen tersebut diyakini mampu memicu perasaan harapan dan kepercayaan diri pada individu yang mengalami tantangan kesehatan mental,

³⁶ Dadang Hawari, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa, hal. 28

³⁷ Utsman Najati, Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa, hal. 325.

yang pada akhirnya dapat meningkatkan imunitas dan mempercepat proses penyembuhan.³⁸

Pendekatan psikologis yang memasukkan dimensi spiritual atau agamawi, termasuk melibatkan doa dan dzikir, memberikan pendekatan holistik yang mengakui hubungan erat antara kesehatan mental dan spiritual. Pendekatan ini dihargai dalam berbagai budaya dan agama sebagai sarana untuk mencapai keseimbangan dan kesejahteraan secara menyeluruh. Berdasarkan temuan di atas, implikasi dari doa dapat dibagi menjadi dua tahap, yaitu Tahap Kesadaran Sebagai Hamba dan Tahap Komunikasi. Definisi kesehatan mental oleh WHO sebagai "keadaan kesejahteraan di mana individu menyadari kemampuannya, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan berbuah, serta mampu memberikan kontribusi pada masyarakatnya." Dalam konteks ini, komunikasi interpersonal memiliki dampak signifikan pada kesehatan mental seseorang. Komunikasi interpersonal memengaruhi cara individu berpikir dan menerima pesan dari orang lain. Sebagai contoh, peran orang tua dalam berkomunikasi dengan anak dapat memengaruhi cara anak berpikir dan merespons pesan, sehingga tindakan yang diambil oleh anak mencerminkan pengaruh dari komunikasi dengan orang tua.

Tidak hanya itu, lingkungan pertemanan, lingkungan kerja, dan tempat-tempat di mana komunikasi interpersonal terjadi dapat memiliki dampak signifikan pada kesehatan mental seseorang. Berada dalam lingkungan yang positif dan mendukung cenderung membawa dampak positif pada kesehatan mental, sementara sebaliknya dapat berakibat sebaliknya. Sebagai contoh, kasus bullying di antara pelajar seringkali menyebabkan stres dan ketakutan pada korban. Ketika korban tidak memiliki seseorang untuk berkomunikasi, pikiran mereka dipenuhi dengan pertanyaan dan rasa gelisah terkait peristiwa tersebut. Ini dapat berujung pada perasaan depresi dan, dalam kasus yang lebih buruk, dapat mendorong perilaku menyakiti diri sendiri.

Saat ini, banyak dokter spesialis kejiwaan yang mengintegrasikan komunikasi sebagai teknik pengobatan. Pendekatan mereka dalam merawat pasien tidak hanya terfokus

³⁸ Rivaldi, M., Kusmawati, A., & Tohari, M. A. (2020). Intervensi Sosial Melalui Terapi Psikoreligius pada Remaja Penyalahgunaan Narkoba. *Khidmat Sosial: Journal of Social Work and Social Services*, 1(2), 127-137.

pada diagnosis dan pemberian obat, tetapi juga melibatkan komunikasi dan konseling. Keberadaan psikolog dan psikiater membantu pasien agar merasa lebih terbuka, terutama bagi mereka yang merasa kesulitan menemukan teman atau tempat untuk mengekspresikan pikiran mereka. Pendekatan ini mencerminkan peran penting komunikasi interpersonal dalam pemulihan kesehatan mental.

Komunikasi memiliki peran krusial dalam membentuk hubungan yang efektif, terutama dalam konteks komunikasi antarpribadi perawat dengan pasien gangguan jiwa di Rumah Sakit Ratumbusang. Berdasarkan penelitian, komunikasi ini diimplementasikan sebagai komunikasi terapeutik, yang membantu perawat dalam merawat dan menangani pasien gangguan jiwa. Relevansi komunikasi dalam praktik keperawatan jiwa dapat dijelaskan sebagai berikut: Pertama, komunikasi menjadi alat untuk membangun hubungan terapeutik, melibatkan penyampaian informasi dan pertukaran pikiran serta perasaan. Kedua, komunikasi menjadi cara untuk mempengaruhi perilaku orang lain. Ketiga, komunikasi dianggap sebagai inti dari hubungan terapeutik perawat dengan pasien gangguan jiwa, yang tidak mungkin terwujud tanpa adanya komunikasi.³⁹

Berdasarkan temuan di atas, jenis komunikasi yang diterapkan adalah Komunikasi Terapeutik. Komunikasi Terapeutik merupakan bagian dari komunikasi antarpribadi dalam bidang kesehatan, khususnya dalam keperawatan, yang menekankan rasa kepercayaan, sikap suportif, dan sikap terbuka dari perawat maupun pasien. Dalam menyampaikan pesan dalam komunikasi terapeutik, perawat perlu berhati-hati karena hal ini menyangkut aspek psikologis pasien, dan perawat harus memahami kondisi pasien. Pengertian komunikasi terapeutik, seperti yang dikutip oleh Videbeck dalam buku ajar keperawatan jiwa, adalah suatu konsep interaksi antarpribadi antara perawat dan pasien. Selama interaksi berlangsung, perawat berfokus pada kebutuhan khusus pasien untuk meningkatkan pertukaran informasi yang efektif antara perawat dan pasien. Keterampilan

³⁹ SUMANGKUT, C. E., Boham, A., & Marentek, E. A. (2019). Peran Komunikasi Antar Pribadi Perawat dengan Pasien Gangguan Jiwa di Rumah Sakit Ratumbusang Manado. *Acta Diurna Komunikasi*, 8(1).

menggunakan teknik komunikasi terapeutik membantu perawat memahami dan berempati terhadap pengalaman pasien.⁴⁰

Pernyataan di atas diperkuat oleh pendapat Rosyidi dalam buku *Prosedur Praktik Keperawatan*, yang menjelaskan tujuan dari komunikasi terapeutik, yaitu:

- a. Meningkatkan kesadaran diri, penerimaan diri, dan penghargaan diri pasien.
- b. Identitas diri yang jelas, serta peningkatan integritas diri.
- c. Membantu dalam membangun hubungan antarpribadi yang intim, interdependen, yang melibatkan pemberian dan penerimaan dengan kasih sayang.
- d. Peningkatan fungsi dan kemampuan pasien untuk mencapai tujuan yang realistis.⁴¹

Marek Jantos dan Hosen Kiat mengidentifikasi setidaknya empat kemungkinan mekanisme yang terkait dengan doa dan pengaruhnya terhadap kesehatan dan kesejahteraan individu, yaitu: doa sebagai respons relaksasi, doa sebagai ekspresi emosi positif, doa sebagai saluran untuk intervensi supranatural, dan semua ini memerlukan pembimbingan melalui komunikasi yang baik.⁴²

Lebih lanjut, terapi do'a tidak hanya berfokus pada penyembuhan gangguan psikologis, tetapi lebih substansial pada pembangunan kesadaran diri (self-awareness) agar manusia dapat memahami hakikat dirinya. Mereka yang terlibat dalam psikoterapi tidak hanya mencari kesembuhan, tetapi juga bertujuan untuk menemukan makna hidup dan mengaktualisasi diri.⁴³

Kemudian terapi do'a dengan Alquran sebagai media atau cara memberikan pelayanan penyembuhan (Syifa) pada gangguan kesehatan, baik kesehatan fisik maupun psikis. Terapi menggunakan al-Qur'an dibagi menjadi dua cara antara lain: 1)

⁴⁰ Evans, L., Guthrie, G., & Videbeck, S. (2008). Assessing the integration of electricity markets using principal component analysis: Network and market structure effects. *Contemporary Economic Policy*, 26(1), 145-161.

⁴¹ Hartawan, R., Priyanto, P., & Rosyidi, I. (2018). Hubungan beban kerja perawat dengan perilaku caring di instalasi rawat inap ruang bedah. *Jurnal Kepemimpinan Dan Manajemen Keperawatan*, 1(2), 29.

⁴² Koenig, H. G. (2007). Religion, spirituality and medicine in Australia: research and clinical practice. *Medical Journal of Australia*, 186(10), S45.

⁴³ Widyana, R., & Tim Asosiasi Psikologi Islam, T. A. P. I. (2020). Psikologi Islam: Kajian Teoritik dan Penelitian Empirik.

Membaca dengan penuh konsentrasi, melalui epistemologi yang telah ditentukan. Misalnya seseorang yang membacakan akan mendapat pengaruh, baik bagi diri yang membacanya maupun bagi yang dido'akan dengan wasilah membaca Alquran. Lantunan suara dan ritme yang ditawarkan para sufi dalam pembacaan Alquran diyakini dapat menyembuhkan gangguan jiwa dan memiliki energi untuk menjaga kesehatan jiwa. Itulah sebabnya Rasulullah saw. menyarankan agar membaca dengan tartil. Apalagi jika diwarnai dengan keindahan suara dan fasihnya lidah. 2) Memahami kandungan yang terdapat dalam ayat-ayat tertentu, sesuai dengan kebutuhan. Adapun secara teknis, seseorang memulai dengan membaca dan memahami kandungan maknanya. Lalu dibukalah mata hati agar mampu membaca kandungan atau maknanya. Melalui cara ini ayat Alquran akan dirasakan hidup di segala zaman. Akhirnya dirasakan akan mampu menawarkan solusi bagi segala persoalan.⁴⁴

Al-quran tidak sekedar kitab suci yang isinya sekedar tuntunan ibadah mahdhah atau ghairu mahdhah. Namun ternyata memiliki kemampuan terapi bagi jiwa. Sebagaimana terdapat dalam beberapa ayat di dalamnya, antara lain dalam surat Al-Isra ayat 82, yang berbunyi: *“Dan kami turunkan dari Alquran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Alquran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian”*. Syekh Ibrahim Muhammad al-Jamili memandang bahwa setiap huruf dalam Alquran mengandung obat bagi penyehatan gangguan jiwa. Bahkan apabila dilakukan secara tepat, huruf-huruf tersebut akan mampu dijadikan media penyembuhan pada gangguan fisik. Gangguan dalam bahasan psikoterapi Islam dikenal dengan istilah syaitan.⁴⁵

Sedangkan dalam ruang lingkup tasawuf psikoterapi do'a terdapat beberapa poin penting untuk terapi jiwa agar sembuh dari penyakit gangguan jiwa, diantaranya yakni ikhlas, Seorang yang ikhlas dapat dikatakan sebagai seorang yang religius-spiritual. Seorang yang religius, sebagaimana diungkapkan oleh Emmons, Barret & Schnitker (2008), adalah seorang yang prososial karena mudah berempati, jujur, adil dan

⁴⁴ Sumarni, S. (2019). Proses Penyembuhan Gejala Kejiwaan Berbasis Islamic Intervention Of Psychology. *NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam*, 3(2), 134-147.

⁴⁵ Sumarni, S. (2019). Proses Penyembuhan Gejala Kejiwaan Berbasis Islamic Intervention Of Psychology. *NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam*, 3(2), 134-147.

menunjukkan penghargaan pada norma-norma prososial. Perilaku yang ditunjukkan dalam konteks sosial adalah perilaku menolong, altruisme, serta memiliki sikap anti-kekerasan dan menghindari konflik. Oleh karena itu tidak mengherankan apabila ikhlas dimaknai dalam wujud manifestasi dan efeknya yaitu sebagai perilaku menolong.⁴⁶

Kemudian Ridho, secara umum, Ridho dipahami sebagai perasaan suka, senang, berkenan atau kerelaan, dan ketulusan yang bersumber dari dua pihak yang berinteraksi atau sedang menjalin kerja sama dan kesepakatan. Ridho dapat terjadi pada seluruh lini kehidupan yang dijalankan secara positif. Ridho merupakan sesuatu yang diterima dengan lapang dada, apa yang terjadi kepada diri kita adalah sesuatu yang sudah ditetapkan oleh Allah dan kita harus tetap sabar ikhlas menerimanya.⁴⁷

Syukur, Al-Jauziyah mengatakan bahwa syukur adalah sebuah tujuan (mengarah kepada Allah Azza wa Jalla). Sabar merupakan tindakan terpuji karena menyampaikannya pada syukur. Kebersyukuran kepada Allah swt. dapat diwujudkan dengan hati, lisan, maupun perbuatan (anggota tubuh). Menurut berbagai penelitian, intervensi kebersyukuran telah menunjukkan berbagai keunggulan, seperti dapat meningkatkan penerimaan orang tua terhadap anak retardasi mental, meningkatkan kesejahteraan penyandang disabilitas fisik, meningkatkan kebermaknaan hidup dan menurunkan tingkat depresi.⁴⁸

Qanaah, menurut bahasa qanaah artinya menerima apa adanya atau tidak serakah. Sedangkan secara istilah ialah satu akhlak mulia yaitu menerima rezeki apa adanya dan menganggapnya sebagai kekayaan yang membuat mereka terjaga statusnya dari meminta-minta kepada orang. Sedangkan menurut Hamka, qanaah ialah menerima dengan cukup, yang di dalamnya mengandung lima perkara pokok, yakni sebagai berikut: 1) Menerima dengan rela apa adanya. 2) Memohon tambahan yang sepantasnya kepada Allah yang dibarengi dengan usaha. 3)

⁴⁶ Utama, K. Ikhlas= Prososial?(Studi Komparasi Berdasar Caps).

⁴⁷ Sumarni, S. (2020). Proses Penyembuhan Gejala Kejiwaan Berbasis Islamic Intervention Of Psychology. *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 9(1), 1-18.

⁴⁸ Sumarni, S. (2019). Proses Penyembuhan Gejala Kejiwaan Berbasis Islamic Intervention Of Psychology. *NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam*, 3(2), 134-147.

Menerima dengan sabar akan ketentuan Allah. 4) Bertawakal kepada Allah. 5) Tidak tertarik oleh tipu daya dunia.⁴⁹

Sabar, dalam kitab *Ihya' Ulumiddin*, Imam al-Ghazali berkata, “Sabar adalah menerima dengan lapang dada hal-hal yang menyakitkan dan menyusahkan serta menahan amarah atas perlakuan kasar. Barang siapa masih mengeluh bila diperlakukan buruk oleh orang lain, maka hal itu menunjukkan masih buruknya akhlak orang tersebut, karena akhlak yang mulia sesungguhnya adalah menerima secara lapang dada semua bentuk perlakuan yang menyakitkan.”⁵⁰

2. Hasil Terapi Doa Sebagai Media untuk Mengobati Gangguan Jiwa di Pondok Pesantren As-Stressiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati

Menurut Ahmad Farid dalam memandang dari sudut kesehatan jiwa, doa dalam upaya mengingat Allah SWT itu mempunyai unsur psikoterapeutik yang mendalam. Sama halnya dengan psikoreligius yang penting dan berguna dalam psikoterapeutik. Oleh karena itu, terapi doa merupakan salah satu upaya yang dapat dijadikan sebagai obat serta penerang hati seseorang.⁵¹ Khususnya dalam menurunkan gangguan jiwa di pondok pesantren.

Berdoa atau Dzikir merupakan salah satu bentuk dari ibadah yang kuat oleh seorang hamba kepada Allah SWT dengan cara mengingat Allah SWT. Sebagaimana pendapat dari Subandi bahwa dzikir selain dijadikan sebagai terapi juga merupakan wujud keimanan kita kepada Allah SWT karena terapi memiliki peranan relaksasi dalam kehidupan manusia.⁵² Salah satu manfaat dari terapi doa adalah sebagai daya tarik energi positif. Adapun manfaat berdoa sendiri diantaranya yaitu bahwa doa atau dzikir dapat menenangkan jiwa, doa memberikan ketenangan jiwa dan kebahagiaan, dapat menjauhkan diri dari sifat-sifat buruk dan dapat menaikkan derajat seorang hamba yang senantiasa mengingat Allah SWT. Argumen tersebut diperkuat oleh Ibnul Qayyim yang dikutip oleh Amin Abdullah

⁴⁹ Andriani, I., & Mz, I. (2019). Konsep Qana'ah dalam Mewujudkan Keluarga Harmonis Perspektif Alquran. *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam*, 3(1), 64-73.

⁵⁰ Al-Ghazali, I. (2008). *Ringkasan ihya'ulumuddin*. Akbar Media.

⁵¹ Ahmad Farid, Zuhud dan Kelembutan Hati, (Depok : Pustaka Khazanah Fawa'id, 2016), Hlm. 148-149.

⁵² Ahmad Farid, Zuhud dan Kelembutan Hati, (Depok : Pustaka Khazanah Fawa'id, 2016), Hlm. 148-149.

Asy Syaqaawy bahwa doa dapat bermanfaat bagi seorang muslim sehingga doa dapat menjadikan hati seseorang menjadi tenang.⁵³ Dengan hal ini, maka banyak sekali manfaat dari doa yang didapatkan bagi seorang hamba dari yang normal ataupun abnormal yang senantiasa selalu dekat dengan Allah SWT dalam hidupnya. Hal ini sama dengan upaya yang telah diimplikasikan terapi doa di Pondok pesantren as-stresiyah darul ubudiyah sejati juwana pati. Oleh karena itu, Allah SWT telah memerintahkan semua hamba yang beriman untuk tetap berdoa kepada Allah SWT agar dapat memperoleh ketenangan jiwa.

Sebagaimana yang telah diuraikan di atas, melalui terapi doa yang telah diterapkan terhadap para pasien gangguan jiwa yang berada di Pondok Pesantren As-Stresiyah Darul Ubudiyah Sejati Juwana Pati maka para pasien akan mampu mengenal bagaimana dirinya dalam mengingat Allah SWT melalui kalimat-kalimat doa atau dzikir pada kitab hizib nawawi. Kitab hizib nawawi juga bisa memberikan terapi tersendiri untuk melengkapi mengenai ilmu pengetahuan serta dapat mengembangkan potensi para remaja yang mengalami gangguan jiwa. Dengan ini, maka Allah SWT akan senantiasa bersama orang-orang yang selalu mengingat Allah SWT melalui pelaksanaan berdoa.

⁵³ Mir Valiuddin, Zikir dan Kontemplasi Dalam Tasawuf, (Bandung, Pustaka Hidayah : 1996), Hlm.84-93