

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di era sekarang ini telah kita rasakan adanya dampak-dampak dari globalisasi, misalnya dari segi pola kehidupan masyarakat yang cenderung tidak sehat. Akibatnya berdampak buruk pada masyarakat, baik secara fisik maupun psikis. Hal tersebut dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, salah satunya yaitu kanker. Kanker adalah salah satu penyakit yang populer di masyarakat juga mematikan dan salah satu penyebab kematian terbesar di Indonesia. Meningkatnya angka kematian penyakit kanker diperkirakan akan semakin bertambah apabila sering mengkonsumsi tembakau terutama bagi penduduk usia lanjut dan selalu membiasakan gaya hidup yang tidak sehat.

Kanker merupakan suatu penyakit yang diawali oleh perkembangan dan penularan sel-sel secara tidak normal serta bisa berakibat kematian. Kanker adalah proses penambahan sel yang tumbuh dan tidak terkontrol serta menyebabkan tumor, hal ini menyebabkan bagian-bagian disekitarnya *bermetastatis*.¹

Ketika mendengar kata kanker, tentunya yang terlintas dipikiran kita pasti adalah penyakit yang mengerikan. Penyakit kanker, relatif susah ditemukan pengobatannya dan menjadi sesuatu hal yang sangat menakutkan bagi sejumlah orang. Kanker termasuk penyakit yang mematikan diantara penyakit lain yang membahayakan. Apabila seseorang telah terveronis mengalami penyakit kanker, maka seseorang tersebut akan terbayang kematian terutama kanker payudara.²

Kanker mempunyai berbagai macam jenis salah satunya yaitu kanker payudara. Kanker payudara diawali dengan bertumbuhnya sel-sel dalam payudara.

¹ Zahra Devina Nurmaharani, Proses Koping Religius Pada Wanita Dengan Kanker Payudara. *Jurnal Psikologika*, Vol 22, No. 1 (2017): 17.

² Wawan Supriyanto, *Kanker Pengobatan & Penyembuhannya*. (Yogyakarta: Parama Ilmu, 2015), 12-13.

Pertumbuhan sel payudara mengacu pada tumor ganas yang tidak terkendali karena pergantian yang tidak normal dari keturunan atas struktur pertumbuhan sel. Gejala klinis yang dialami kanker payudara diawali dengan adanya benjolan pada payudara yang tidak terasa sakit dan nyeri. Dalam berbagai persoalan, benjolan tersebut dapat diraba menggunakan tangan. Dengan tanda-tanda semakin mengerasnya benjolan dan tidak teraturnya pada wujud, ukuran, atau berat payudara.

Penyembuhan kanker payudara secara total masih sangat diragukan, mengingat kanker payudara merupakan penyakit yang kronis. Selain itu juga memerlukan biaya yang tinggi dan jangka waktu pengobatan yang lama. Trauma bagi pasien penderita kanker payudara merupakan hal yang akan terjadi, dan kondisi tersebut dapat memberi dampak negatif pada pasien sendiri maupun keluarganya. Perasaan yang dialami pasien antara lain rasa nyeri dan penderitaan, ketakutan menghadapi kematian dan kekhawatiran akan masa depan. Ketika penderita kanker membayangkan akan terjadinya perubahan dalam hidupnya di masa depan, dapat meningkatkan kecemasan yang berlebihan terhadap individu akibat penyakit yang diderita ataupun akibat dari proses penanganan suatu penyakit. Penderitaan fisik dan mental akan dihadapi pasien akibat penyakit yang parah seperti kanker, pada umumnya pasien akan memiliki penerimaan diri yang rendah, merasa putus asa, cemas, frustrasi, bosan, tertekan, dan memiliki rasa harga diri yang rendah. Kanker merupakan penyakit serius dan dapat mengancam nyawa yang berakibat pada tubuh dan ketentraman keadaan hati pasien. Diagnosa kanker adalah merupakan penyakit yang dapat menjadi pemicu gangguan mental pada beban psikologis. Gangguan kecemasan dan stress yang paling sering muncul akibat diagnosa kanker.³

Dari berbagai dampak tersebut akan menjadi pengaruh dari fungsi psikologis penderita kanker. Dapat

³ Dwi Adji Norontoko, dkk, Peningkatan Self Efficacy Melalui Intervensi Psikoreligi pada Pasien Kanker yang Mengalami Depresi. *Jurnal Keperawatan*, Vol 9, No. 2, (2016): 109.

dikatakan bahwa, pasien kanker pada umumnya mengalami stres akibat dari diagnosis dan pengobatan kanker yang dialami. Stres secara tidak langsung dapat menyebabkan perubahan biokimia dalam tubuh yang menyebabkan tubuh menjadi rawan kanker, stres juga dapat menyebabkan sel kanker dapat berkembang secara abnormal. Hal ini dikarenakan ketika individu stres, kekebalan tubuh (imunitas) akan melemah, dan sel-sel kanker akan lebih mudah berkembang.⁴

Stres merupakan upaya pembiasaan diri. Apabila seseorang tidak bisa mengatasinya keadaan psikologisnya dengan baik, maka akan berdampak parahnya keadaan pada fisik, perbuatan yang tidak wajar, serta depresi berat. Daya tahan stres pada setiap orang berbeda-beda. Penilaian stres terhadap tiap orang berbeda-beda (faktor internal) dan masing-masing orang memiliki cara sendiri untuk mengatasinya. Dan tututan setiap orang berbeda (faktor eksternal) disebabkan oleh antara lain: tergantung pada: umur, intelegensi, attitude, perasaan, dan tatanan sosial masyarakat. Stres juga merupakan manifestasi dari ketidaktenangan hati. Perasaan tersebut akan mempengaruhi seseorang terlebih dalam menjalani kehidupan sehari-hari untuk pasien kanker yang harus menjalankan perawatan.

Dari masalah-masalah yang dihadapi oleh banyak manusia di era sekarang adalah pada kesehatan mental. Islam sebagai agama yang mengandung nilai-nilai spiritual yang tinggi, maka sangat dibolehkan dalam penyelesaian masalah-masalah psikologi manusia. Kandungan ajaran Islam seperti ibadah, iman, dan tasawuf dapat mempunyai metodologi yang tersusun bagi perubahan kesehatan mental. Metode ini bersumber dari syari'at Islam dan metodenya boleh disebut sebagai psikoterapi Islam.

Psikoterapi Islam adalah usaha Islamisasi sains (*Islamization of knowlwdge*). Metode yang digunakan adalah melalui pencerahan dan aplikasi nilai-nilai al-Qur'an dan al-Sunnah. Kandungan al-Qur'an maupun al-

⁴ Zahra Devina Nurmarhani, Proses Koping Religius Pada Wanita Dengan Kanker Payudara. *Jurnal Psikologika*, Vol 22, No. 1 (2017): 18.

Sunnah yang diambil adalah kandungan yang berkaitan dengan masalah ibadah, iman, dan tasawuf. Kapasitas ibadah, iman, dan tasawuf mempunyai nilai spiritual, yang boleh dijadikan sebagai metode psikoterapi. Psikoterapi ini, bisa membuat psikologi manusia menjadi tenang, tenteram, dan secara disadari maupun tidak mampu memberikan hal positif pada kesehatan mental dalam mencapai kebahagiaan, dan memperoleh ketenangan.⁵

Dalam memahami stres yang dialami pada penderita kanker payudara diantaranya menjalani terapi dzikir, diikuti dengan penguatan secara psikologis dan mengingatkan terhadap dosa-dosa serta pemberian motivasi agar pasien kembali semangat untuk hidup. Pasien yang menderita kanker payudara dibimbing untuk berdzikir dengan menyebut nama Allah SWT, berdo'a dan mengingat-Nya.

Dalam pernyataan Prof. H.M Amin Syukur yang dikutip dalam buku "Dzikir Menyembuhkan Kanker" beliau menjelaskan semakin yakin bahwa berdo'a, berdzikir, dan bertawakkal mempunyai kekuatan luar biasa. Ada kekuatan psikoreligius, yang dalam keilmuan termasuk dalam cabang *psikoneuro- endokrinologi* atau *psikoneuro- endokrin- imunologi*. Ini dapat dijelaskan kondisi psikis akan memengaruhi saraf dan saraf akan memengaruhi kelenjar, kelenjar akan mengeluarkan cairan *endokrin*, dan cairan ini akan memengaruhi ketebalan tubuh.⁶

Beliau yakin bahwa, dzikir dan do'a menangani tugas yang sangat mendasar dalam suatu proses pengobatan kanker. Do'a merupakan harapan dan kemauan yang bisa memberikan kekuatan luar biasa kepada manusia. Itulah mengapa Nabi SAW bersabda, "Do'a adalah pedang bagi seorang mukmin." Fungsi utama kekuatan dzikir pada tubuh yaitu untuk melindungi keteraturan suhu tubuh supaya terwujudnya keadaan jiwa

⁵ Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Psikoterapi & Konseling Islam*. (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), 16.

⁶ M. Amin Syukur, *Dzikir Menyembuhkan Kanker*. (Jakarta: Erlangga, 2017), 171.

yang tenang, damai, tenang, dan terarah. Dzikir juga suatu metode yang dapat dilakukan dalam menyatukan energi positif.⁷

Dzikir yaitu mengingat Allah SWT dengan mengucapkan lafadz-lafadz Allah. Dzikir juga dapat diartikan mengingat Allah dengan semua sifat-sifat-Nya, dari pengertian dzikir tersebut tidak hanya sebatas pada bacaan dzikir itu sendiri, akan tetapi meliputi segala bacaan ataupun perilaku kebaikan lainnya sebagaimana yang diperintahkan dalam agama. Inti dari dzikir adalah menghadirkan Allah SWT. Kemudian terapis membacakan arti dari makna dzikir itu sendiri, agar dapat menyentuh rohani pasien, kemudian dzikir yang diberikan terapis kepada pasien juga diiringi dengan diingatkan kembali akan dosa-dosa sehingga pasien dapat kembali mengingat Allah SWT dan akan lebih mendekatkan diri kepada-Nya.

Dzikir termasuk hal yang dibutuhkan oleh hati, tanpa dzikir hati akan menjadi hampa dan terasa tidak tenang. Dzikir dapat menenangkan hati bagi orang yang melakukannya. Dzikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas dzikir mendorong seseorang untuk mengingat Tuhan, menyebut kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Dzikir juga mampu mengingatkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah semata, sehingga dzikir mampu memberi segesti yang positif. Maka, dapat dikatakan bahwa ketenangan hati perlu dimiliki pasien kanker untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan secara optimal.⁸

Terapi dzikir ternyata sudah diterapkan di Rumah Sakit, salah satunya di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus. Proses terapi dzikir yang diterapkan untuk pasien dan keluarganya diberi penguatan secara psikologis. Terapi menjelaskan bahwa takdir seperti rizqi, jodoh, dan mati, hanya Allah yang tahu. Dan Allah lah yang mengaturnya.

⁷ M. Amin Syukur, *Dzikir Menyembuhkan Kanker*, 176.

⁸ Tim Belanoor, *Do'a dan Dzikir Sepanjang Masa*. (Jakarta: Niaga Swadaya, 2010), 229.

Kita sebagai seorang hamba harus yakin akan takdir dan ketentuan Allah. Kita sebagai hmbanya berdo'a dan berikhtiar, namun Allah yang menentukan dan seorang hamba harus sabar, tidak boleh putus asa. Sesungguhnya orang yang sedang sakit, ia sedang diuji dan disayang oleh Allah SWT.

Selanjutnya pasien dibimbing mengucapkan kalimat *استغفر الله العظيم* dan *سبحان الله* sebanyak tiga kali beserta artinya, dan memahami makna dari kalimat istighfar dengan bertujuan agar pasien tersentuh hatinya dan agar lebih meresapi. Terapis juga mengingatkan agar pasien tidak marah dan stres, karena stres dapat menambah parah penyakit yang kita derita. Dzikir kepada Allah bisa mendatangkan rasa aman, tenang dalam jiwa karena aktivitas ini merupakan bentuk terapi bagi kegelisahan yang bisa dirasakan orang saat menghadapi dirinya lemah dan tidak mampu menghadapi tekanan dan bahaya. Setelah itu terapis mendo'akan pasien dan memberikan motivasi, serta mengingatkan bahwa pasien harus sabar dan yakin bahwa bisa sembuh.⁹

Dari uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Psikoterapi Religius Dzikir Untuk menurunkan Stres Pada Penderita Kanker di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus Kecamatan Kaliwungu Kota Kudus”.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini dimaksudkan untuk membatasi masalah dalam penelitian kualitatif. Dalam tanggapan penelitian kualitatif, gejala dari suatu obyek itu bersifat holistik (menyeluruh, tidak dapat dipisah-pisahkan), sehingga penelitian kualitatif tidak akan menentukan penelitiannya hanya berdasarkan variabel penelitian, tetapi keseluruhan kondisi sosial yang diteliti yang meliputi unsur lokasi (*place*), pelaku (*actor*), dan aktivitas (*activity*) yang saling berhubungan dan bergabung.¹⁰ Penelitian ini

⁹ Hasil wawancara dengan Ibu Evi Fikliya selaku Terapis Rumah Sakit Islam Sunan Kudus, pada tanggal 23 Maret 2019, pukul 10.00 WIB.

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Bandung: CV Alfabeta, 2016), 207.

akan difokuskan pada “Analisis penerapan psikoterapi religius dzikir pada penderita kanker untuk menurunkan stres” yang ada di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Terapi religius dzikir apa saja yang diterapkan pada pasien penderita kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus?
2. Bagaiman terapi dzikir yang dilakukan bagi pasien kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus?
3. Bagaimana kondisi stres yang dialami pasien kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas maka tujuan dalam penelitian kualitatif ini adalah untuk mendapatkan deskripsi mendalam terkait:

1. Untuk mengetahui dzikir apa saja yang diterapkan di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus
2. Untuk menjelaskan terapi dzikir yang dilakukan bagi pasien kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus.
3. Untuk mengetahui tentang kondisi mental pasien kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian diharapkan dapat menambah khasanah peneliti tentang peran psikoterapi religius dzikir untuk menurunkan stres pada penderita kanker payudara
 - b. Menambah ilmu pengetahuan berupa hasil penelitian ilmiah dalam pengembangan ilmu pengetahuan dibidang psikoterapi dalam penanganan depresi atau stres
 - c. Membarikan sumbangan pemikiran sebagai solusi atas masalah-masalah yang dihadapi masyarakat di era sekarang pada kesehatan mental

2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi peneliti dengan diretapkannya terapi alternatif terapi dzikir untuk memecahkan masalah yaitu membantu mencegah terjadinya akibat kelanjutan dari stres yang berkepanjangan, menambah wawasan pengetahuan dan mampu mengaplikasikan secara langsung.
 - b. Bagi pelayanan kesehatan untuk meningkatkan pemberian pelayanan dan mengintegrasikan keislaman serta memberikan rekomendasi pilihan terapi diantara terapi lain yang telah dipakai.
 - c. Dapat memberikan informasi bagi Rumah Sakit Islam Sunan Kudus tentang peran psikoterapi religius dzikir untuk menurunkan stres.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan bertujuan untuk mempermudah dalam penelaahan penelitian dan mempermudah pemahaman. Dalam laporan penelitian ini, sistematika penulisan terdiri dari lima bab, masing-masing dari uraian tersebut secara garis besar dapat dijelaskan sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Dalam bab ini merupakan pendahuluan yang materinya sebagian besar menyempurnakan usulan penelitian yang berisikan tentang latar belakang masalah, fokus penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan

BAB II KERANGKA TEORI

Dalam bab ini menguraikan teori-teori yang mendasari pembahasan secara terperinci yang memuat tentang pengertian Psikoterapi Islam, obyek Psikoterapi Islam, Fungsi dan tujuan Psikoterapi Islam, pengertian terapi dzikir, manfaat terapi dzikir, pengertian

stres, tingkatan stres, pengertian penyakit kanker, penyebab penyakit kanker.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, *setting* penelitian, subyek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, pengujian keabsahan data, dan teknik analisis data.

BAB IV

ANALISIS DATA RUMAH SAKIT DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini menguraikan tentang gambaran umum rumah sakit, seperti sejarah rumah sakit, struktur organisasi, dan data pasien rumah sakit, proses terapi religius, metode pelaksanaan terapi religius, dan kondisi psikologis penderita kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus.

BAB V

PENUTUP

Brisikan tentang kesimpulan dari serangkaian pembahasan skripsi berdasarkan analisis yang telah dilakukan serta saran-saran berupa masukan secara umum kepada pembaca terkait terapi dzikir dan masukan bagi penelitian selanjutnya, dan penutup.