

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Gangguan Mental

a. Pengertian Gangguan Mental

Gangguan jiwa adalah ketidakmampuan seseorang untuk beradaptasi dengan dirinya sendiri, orang lain, serta masyarakat dan lingkungan tempat tinggalnya. Gangguan jiwa terjadi karena tidak adanya keselarasan yang nyata antara fungsi jiwa, tidak ada kemampuan untuk mengatasi masalah bersama, dan tidak ada perasaan positif tentang kebahagiaan dan kemampuan sendiri.¹

Fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, emosi, sikap mental, pandangan dan keyakinan dalam hidup harus dapat saling sinergi dan bekerjasama, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya harmoni dari fungsi jiwa dapat menjauhkan seseorang dari keraguan dan ke Gundahan, serta terhindar dari kecemasan dan konflik internal dalam diri (konflik batin). Selain itu, gangguan jiwa adalah keseluruhan ekspresi psikologis patologis yang dikombinasikan dengan rangsangan sosial dan faktor patogen sekunder lainnya. Singkatnya, gangguan jiwa adalah gangguan terhadap perasaan dan keselarasan struktur kepribadian.²

Gangguan jiwa terjadi karena jiwa seseorang tidak normal, yang terlihat dari sikap, tingkah laku, dan penampilannya.³ Gangguan jiwa adalah ketidakmampuan seseorang untuk membentuk kebiasaan yang baik dan tidak mampu berintegrasi ke dalam lingkungan dengan benar dan efektif. Ketidaksanggupan ini akan

¹ Langgulung, Hasan, *Teori-Teori Kesehatan Mental*. (Selangor: Pustaka Huda, 1983), 29-38.

² Burhanuddin, Yusak, *Kesehatan Mental*. (Bandung: CV Pustaka Setia, 1999). 26.

³ Adz-dzaky, M. Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*. (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004). 33.

mengakibatkan seseorang mengalami kesulitan. Ketidakmampuan ini akan menyulitkan seseorang untuk beradaptasi, menghadapi orang lain, dan menghadapi peristiwa yang membutuhkan pengambilan keputusan.⁴ Berbeda dengan pandangan humanistik yang meyakini bahwa gangguan jiwa adalah ketidakmampuan seseorang untuk mengembangkan potensi dirinya dengan baik dan optimal. Ketidakmampuan ini seperti ketidakberdayaan, ketidakmampuan untuk berprestasi, mengembangkan dan mempraktikkan pemikiran, gagasan, pemikiran atau wawasan untuk mencapai kebahagiaan dan meningkatkan kualitas hidup.

Dari beberapa pengertian di atas, gangguan jiwa dalam penelitian ini merupakan gangguan ketenangan emosi dan keselarasan struktur kepribadian seseorang. Gangguan ini dapat menyebabkan seseorang kesulitan dalam mengatur diri sendiri, menghadapi orang lain, dan menghadapi peristiwa yang perlu ditangani.

b. Jenis Gangguan Mental

Jenis gangguan jiwa ada banyak sekali macamnya, para pakar mengelompokkannya ke dalam beberapa kategori di bawah ini:⁵

1. Kecemasan

Perasaan cemas yang diderita manusia bersumber dari hilangnya makna hidup, (the meaning of life). Secara fitri manusia memiliki kebutuhan akan makna hidup. Makna hidup dimiliki oleh manusia ketika ia memiliki kejujuran dan merasa hidupnya dibutuhkan oleh orang lain serta merasa mampu (dan telah) mengerjakan sesuatu yang bermakna untuk orang lain. Manusia yang tertimpa kecemasan merupakan manusia yang tidak memiliki prinsip

⁴ Jaya, Yahya, *Spiritualisasi Islam dalam menumbuhkan kembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. (Jakarta: Ruhama. 1994). 140.

⁵ Mubarak Ahmad, *Jiwa dalam Al-qur'an (Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern)*, (Jakarta : Paramadina, 2000). 19.

hidup sehingga hidupnya tidak bermakna. Apa yang dilakukan adalah mengikuti tren atau arus modernisasi.

2. **Kesepian**

Gangguan mental berupa kesepian bersumber dari hubungan antar manusia (interpersonal) dikalangan masyarakat yang tidak lagi hangat dan tulus. Kegersangan hubungan antar manusia ini disebabkan karena semua manusia menggunakan topengtopeng sosial untuk menutupi wajah kepribadiannya. Dalam komunikasi interpersonal, manusia modern tidak memperkenalkan dirinya sendiri tetapi selalu menunjukkan sebagai seseorang yang sebenarnya bukan dirinya. Sebagai akibat dari hubungan interpersonal yang tidak hangat, manusia modern mengidap perasaan sepi, meski ia berada ditengah keramaian.

3. **Kebosanan**

Karena hidup tidak bermakna dan hubungan dengan manusia lain tidak hangat karena tidak ada ketulusan hati, menyebabkan manusia modern menderita gangguan mental berupa kebosanan. Kecemasan dan kesepian yang berkepanjangan lambat laun juga akan menyebabkan seseorang mengalami kebosanan. Manusia seperti ini merasa bosan dengan kepura-puraan, bosan dengan kepalsuan, namun tidak tahu harus melakukan apa untuk menghilangkan kebosanan itu.

4. **Perilaku Menyimpang**

Kecemasan, kesepian dan kebosanan yang diderita berkepanjangan menyebabkan seseorang tidak tahu apa yang harus dilakukan. Dalam keadaan jiwa yang kosong dan rapuh ini, seseorang tidak mampu berfikir jauh, kecenderungan kepada memuaskan motif kepada hal-hal yang rendah menjadi sangat kuat. Manusia seperti ini mudah diajak atau dipengaruhi untuk melakukan hal-hal yang

menyenangkan, meskipun perbuatan itu menyimpang dari norma moral.

c. Faktor Penyebab Gangguan Mental

Faktor penyebab gangguan jiwa adalah kumpulan berbagai faktor tekanan atau kompleksitas masalah sehingga jarang sekali penderita gangguan jiwa disebabkan oleh faktor tunggal. Penyebab dari berbagai faktor tersebut mempengaruhi satu sama lain pada waktu yang sama atau terjadi secara tidak sengaja, kemudian terjadi ketidaknyamanan fisik yang pada akhirnya berujung pada gangguan jiwa. Singkatnya, faktor penyebab gangguan jiwa antara lain:⁶

1) Faktor Organobiologi

Faktor organobiologis adalah faktor yang disebabkan oleh zat yang mungkin berhubungan dengan zat tertentu di dalam tubuh. Faktor ini ada sejak lahir dan diwarisi oleh faktor genetik, yang membuatnya lebih rentan terhadap stres hingga akhirnya ia mengalami gangguan jiwa. Faktor ini terdiri dari :

- a) *Neurokimia* (molekul yang terlibat dan berperan aktif dalam sistem saraf)
- b) *Neurofisiologi* (fungsi sistem syaraf)
- c) *Neuroanatomi* (struktur dan organisasi sistem saraf)
- d) Tingkat perkembangan dan kematangan organik.
- e) Faktor-faktor *prenatal* dan *perinatal* (pra dan pasca kelahiran)

2) Faktor Psikologis

Faktor psikologis berhubungan dengan perilaku, fungsi mental, dan proses mental manusia. Faktor ini terdiri dari :

- a. Interaksi antara ibu-anak.

⁶ Keliat, Farida Kusumawat, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, (Jakarta: Salemba Medika, 2010), 105.

- b. Interaksi antara ayah-anak.
- c. *Sibling rivalry* (persaingan saudara atau permusuhan diantara saudara kandung)
- d. Hubungan didalam keluarga, pekerjaan, permainan, dan masyarakat.
- e. Kehilangan (*Lossing of love object*)
- f. Konsep diri (pemahaman identitas diri serta peran diri yang tidak menentu)
- g. Tingkat perkembangan emosi.
- h. Pola adaptasi dan pembelaan sebagai reaksi terhadap bahaya.
- i. Ketidakmatangan atau terjadinya *fiksasi* atau *regresi* pada tahap Perkembangan (berhenti berkembang)
- j. *Traumatic Event* (kerusakan yang melibatkan perubahan fisik di dalam otak dan kimia otak, dan mengubah respon seseorang terhadap stress masa depan)
- k. *Distorsi Kognitif* (pikiran berlebihan atau tidak rasional)
- l. Pola Asuh *Patogenik* (sumber gangguan penyesuaian diri pada anak), meliputi:
 - 1) Berlebihan dalam melindungi anak dengan alasan memanjakannya.
 - 2) Berlebihan dalam melindungi anak dengan alasan sikap “berkuasa” dan “harus tunduk saja”.
 - 3) Penolakan (*rejected child*) tidak diharapkan adanya anak.
 - 4) Menentukan norma, etika dan moral yang terlalu tinggi.
 - 5) Penerapan disiplin yang sangat keras.
 - 6) Disiplin yang semena-mena dan bertentangan.
 - 7) Perbedaan persepsi antara ayah-ibu.
 - 8) Perceraian orang tua.
 - 9) Persaingan antar saudara yang tidak sehat.

- 10) Penanaman nilai-nilai yang buruk (tidak bermoral).
- 11) Perfeksionis dan ambisi (cita-cita yang sangat tinggi si anak).
- 12) Ayah dan atau ibu yang mengalami gangguan jiwa (*psikotik* atau *non psikotik*).

3) Faktor Lingkungan (Sosial)

Faktor ini disebabkan oleh perbedaan sosial budaya di masyarakat setempat, serta ketidakmampuan individu melakukan adaptasi. Faktor ini terdiri dari :

- a. Tingkat perbedaan ekonomi
- b. Lingkungan sekitar rumah : Perkotaan dan Pedesaan.
- c. Masalah iri dari kelompok minoritas yang meliputi prasangka, fasilitas kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan yang kurang memadai.
- d. Pengaruh rasial suku dan keagamaan.
- e. Nilai-nilai berbeda didalam masyarakat.

2. Implementasi

Implementasi adalah penerapan atau pelaksanaan. Implementasi juga bisa diartikan sebagai tindakan untuk menjalankan rencana yang telah dibuat. Dibawah ini akan dijelaskan pengertian dari “implementasi” menurut para ahli, diantaranya:

- Menurut Rimar, implementasi merupakan suatu proses mendapatkan suatu hasil yang sesuai dengan tujuan atau sasaran kebijakan itu sendiri. Dimana pelaksana kebijakan melakukan suatu aktivitas atau kegiatan.
- Menurut Kadir, implementasi adalah kegiatan yang dilakukan untuk menguji data dan menerapkan system yang diperoleh dari kegiatan seleksi. Jadi dapat disimpulkan bahwa implementasi merupakan

proses untuk menguji antara konsep dengan konseptual atau antara *text* dan konteks.

- Menurut Suryono, implementasi adalah suatu proses untuk melaksanakan ide, program atau seperangkat aktifitas baru dengan harapan orang lain dapat menerima dan melakukan perubahan.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa implementasi adalah suatu proses untuk menilai, mengevaluasi dan mengukur apakah suatu peraturan atau kebijakan dapat berjalan dengan baik atau tidak, dengan begitu maka akan di nilai apakah harus ada evaluasi atau tidak terhadap program tersebut.⁷

3. Bimbingan Mental Spiritual

a. Pengertian Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental spiritual mempunyai 3 kata dasar yang berdiri sendiri terkait dengan kondisi jiwa atau psikis manusia, dan jika ketiga kata tersebut digabungkan maka akan membentuk sebuah arti yang fokus terhadap satu sudut pandang bidang bimbingan konseling yang ditinjau dari aspek Islami. Berikut akan dijabarkan masing-masing penjelasan mengenai apa yang dimaksud dengan bimbingan mental spiritual.

Bimbingan dalam "Kamus Besar Bahasa Indonesia" adalah petunjuk, penjelasan atau panduan tentang cara menjalankan sesuatu.⁸ Secara etimologis, bimbingan adalah terjemahan dari "*guide*" dalam bahasa Inggris. Kata "bimbingan" adalah kata yang berbentuk mashdar (kata benda), berasal dari kata "tuntunan" yang artinya menunjukkan, membimbing atau membimbing orang lain di jalan yang benar.⁹

⁷ Rita Prima Bendriyanti dan Leni Natalia Zulita. Implementasi E-Arsip Pada Kanwil Kementerian Agama Provinsi Bengkulu, Jurnal Media Infotama, Vol. 8 No.1. 2012.

⁸ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka 1994), Cet, Ke-2, 117.

⁹ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), Cet Ke2, 3.

Dalam pengertian terminologi, bimbingan adalah upaya membantu orang lain dengan memanfaatkan dan menciptakan potensi dirinya. Dengan cara ini, dia akan mampu mengembangkan dirinya dan membuat keputusan untuk hidupnya sendiri, dan kemudian dia akan menciptakan kehidupan yang indah, berguna dan bermanfaat untuk masa kini dan masa depan.¹⁰

Beberapa pengertian “bimbingan menurut para ahli” yang dikutip oleh Prayitno dan Erman Amti diantaranya;¹¹

1. Menurut Crow and Crow, Bimbingan adalah “bantuan yang di berikan oleh seseorang, yang akan memiliki kepribadian baik dan pendidikan yang memadai kepada seseorang individu dari setiap usia, untuk menolongnya mengemudikan kegiatan-kegiatan hidupnya sendiri, dan memikul bebannya sendiri”.
2. Stoops mengatakan bahwa bimbingan adalah “suatu proses yang berlangsung terus menerus dalam hal membantu individu dalam perkembangannya untuk mencapai kemampuan secara maksimal, dalam mengarahkan manfaat yang sebesar-besarnya bagi dirinya, orang lain maupun masyarakat di sekitarnya”.
3. Miller menyatakan, Bimbingan adalah “bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman dan pengarahan diri secara maksimal kepada keluarga dan masyarakat”.

Berdasarkan definisi bimbingan yang dikemukakan oleh para ahli di atas dan prinsip-prinsip yang terkandung dalam pemahaman bimbingan, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah mengembangkan potensi diri sebaik-baiknya dengan mengungkapkan dan

¹⁰ M. Lutfi, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Penyuluhan Konseling Islam*, (Jakarta: Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2008), 6.

¹¹ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013) Cet Ke-3 Mei, 94.

menyadarkan hakikat orang lain (yaitu dengan memahami diri sendiri dan mengambil keputusan untuk kehidupannya sendiri, Kemudian ia akan mampu mencapai kemandirian dan kehidupan yang lebih baik sehingga individu tersebut dapat memperoleh manfaat baik bagi dirinya maupun lingkungannya.

Berikutnya adalah kata mental, yang dapat diartikan sebagai kepribadian, yaitu konsistensi dinamis seseorang yang tercermin dari sikap dan perilakunya atau dilihat dari gerak mentalnya. Dalam psikiatri dan psikoterapi, kata "mental" sering digunakan sebagai sinonim dari kata "kepribadian", yang berarti bahwa "mental" adalah semua unsur jiwa, termasuk pikiran, emosi, sikap dan perasaan, integritasnya. Dan konsistensi menentukan perilaku, bagaimana menghadapi hal-hal yang membuat stres, mengecewakan atau mengasyikkan, menarik, dll.¹²

Selanjutnya adalah spiritual, secara etimologi, spirit, spiritualitas atau spiritualisme semuanya berasal dari kata "spirit". Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, spirit menunjukkan arti jiwa dan semangat. Jiwa diartikan sebagai sesuatu yang berhubungan dengan alam sadar atau psikologis. Semangat adalah fondasi untuk pertumbuhan nilai, etika, dan rasa memiliki. Ada beberapa pandangan tentang makna spiritual atau spiritualitas.

1. Mimi Doe dan Marsha Walch mengatakan bahwa, “spiritualitas adalah dasar tumbuhnya harga diri, nilai-nilai, moral, dan rasa memiliki dan memberi arah dan arti pada kehidupan, suatu kesadaran yang menghubungkan seseorang dengan Tuhan, atau apapun yang disebut dengan sumber keberadaan dan hakikat kehidupan”.¹³

¹² Dede Rahmat Hidayat, *Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah)*, (Bandung: PT Remaja Rooda Karya, 2014), 27.

¹³ Marsha Walch, Mimi Doe. *10 Prinsip Spiritual Parenting*. (Bandung: Mizan, 2001), 20.

2. Hazrat Inayat Khan, yang mengatakan bahwa “spiritualitas adalah dimensi Ketuhanan yang menjadi potensi hereditas setiap orang dan tidak terikat oleh suatu dogma agama apapun. Akan tetapi aspek spiritual suatu agama dapat dijadikan wahana di dalam menumbuhkan jiwa spiritual seorang anak, misalnya ajaran tasawuf agama Islam”.¹⁴
3. Abdul Jalil juga menjelaskan bahwa arti lain dari kata spiritualitas adalah hubungan antara orang yang sadar akan hubungan dengan Tuhan atau dengan manusia. Oleh karena itu, spiritualitas merupakan salah satu bentuk kesadaran manusia akan Tuhan atau kekuatan yang lebih besar, dan nilai-nilai tersebut diwujudkan dan diekspresikan dalam kehidupan sehari-hari dalam masyarakat.¹⁵

Dalam perspektif Islam, dimensi spiritual selalu berhubungan langsung dengan realitas ketuhanan, Tuhan Yang Maha Esa (tauhid). Spiritual tidak lagi asing bagi umat manusia, karena merupakan inti dari umat manusia itu sendiri. Spiritualitas agama mengacu pada kualitas psikologis (kesadaran), perasaan, akhlak, dan nilai luhur lainnya yang bersumber dari ajaran agama. Spiritualitas agama itu sakral, bukan humanistik, karena berasal dari Tuhan.

Spiritual dalam Islam adalah Islam itu sendiri, yang mengedepankan doktrin yang integral dan sangat diperlukan. Spiritual adalah kebenaran mutlak, perwujudan intim orang beriman, termasuk iman, kesalehan, kebijaksanaan, ketulusan, pengabdian dan penyembahan. Spiritualitas umat Islam sejati merupakan perwujudan dari visi dan nilai-nilai Islam yang diajarkan Nabi Muhammad SAW.¹⁶

¹⁴ Inayat Khan, *Kehidupan Spiritual*, terj. Imron Rosjadi (Yogyakarta: Putaka Sufi, 2002), 34 - 40.

¹⁵ Abdul Jalil, *Spiritual Entrepreneurship ; Transformasi Spiritual Kewirausahaan*, (Yogyakarta: LKiS, 2013), 24.

¹⁶ Muhammad Muhyidin, *Manajemen ESQ Power*, (Jogjakarta: DIVA Press, 2007), Cet 3, 386.

Dari uraian mengenai masing-masing arti kalimat bimbingan mental spiritual, dapat ditarik kesimpulan secara ringkas bahwa, bimbingan mental spiritual merupakan proses pendampingan, perubahan, mengajak masyarakat (klien) untuk lebih dekat dengan Allah SWT dan ajaran agama untuk membantu merubah dan memperbaiki pikiran, emosi, sikap dan emosi, sehingga merubah perilaku sehari-hari.

Bimbingan mental spiritual upaya memperbaiki dan memutakhirkan tingkah laku atau perilaku seseorang melalui bimbingan psikologis, sehingga memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang terpuji, dan bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri.

b. Konsep Bimbingan Mental Spiritual

Bimbingan mental spiritual adalah proses memberikan bantuan yang terarah, terus menerus dan sistematis kepada setiap orang sehingga dia dapat mengembangkan potensi atau sifat religiusnya dengan menginternalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam al-Quran dan Hadits Nabi ke dalam dirinya untuk mengikuti tuntunan Alquran dan Sunnah. Jika internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam Alquran dan Sunnah tercapai, dan sifat religius dikembangkan secara optimal, maka individu dapat menjalin hubungan yang baik dengan Allah SWT, manusia dan alam semesta yang merupakan perannya sebagai khalifah di muka bumi. Perwujudan peran sekaligus mengabdikan kepada Allah.¹⁷

Bimbingan mental spiritual layaknya kegiatan pembinaan konvensional, ini merupakan proses pembinaan, namun dalam segala halnya berlandaskan pada ajaran Islam yang artinya berdasarkan al-Qur'an dan Sunnah Nabi yang artinya:

1. Hidup sesuai dengan ketentuan esensi Allah SWT, sesuai dengan kodrat, sunnah dan hakikat sebagai makhluk Allah SWT.

¹⁷ A, Hallen. *Bimbingan dan Konseling*. Edisi Revisi. (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), 16-17.

2. Hidup menurut petunjuk Allah SWT yaitu sesuai petunjuk yang ditetapkan Allah melalui Rasul-Nya (ajaran Islam).
3. Hidup sesuai dengan aturan dan petunjuk Allah SWT berarti menyadari keberadaan dirinya sendiri dan menjadi ciptaan Tuhan yang diciptakan oleh Allah.¹⁸

c. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Mental Spiritual

1. Tujuan bimbingan mental spiritual
 Tujuan bimbingan mental spiritual adalah sebagai berikut :
 - a. Untuk melakukan perubahan, perbaikan, kesehatan, pembersihan mental dan spiritual. Jiwa menjadi tenang, lemah lembut dan damai (*muthmainnah*), sikap yang baik (*radliyah*), dan diilhami oleh Tuhan, Taufik dan tuntunan (*maridliyyah*).
 - b. Untuk melakukan perubahan perilaku, meningkatkan martabat yang dapat membawa manfaat bagi diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, dan lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
 - c. Untuk menghasilkan kecerdasan (emosi) pada diri individu untuk tampil dan mengembangkan toleransi, persatuan, pertolongan, dan kasih sayang.
 - d. Terciptanya kebijaksanaan spiritual dalam diri individu. menciptakan keinginan untuk menaati Tuhan, dengan tulus mematuhi semua perintahNYA, dan bertahan serta menerima ujianNYA.
 - e. Untuk membangkitkan potensi sakral, sehingga individu dapat menjalankan tugas kekhalifahan dengan baik dan benar, dapat menangani berbagai permasalahan kehidupan dengan baik,

¹⁸ Aunur Rahmat Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press 2001), cet ke-2, 14.

serta dapat memberikan manfaat dan keamanan bagi lingkungan dalam segala aspek kehidupan.¹⁹

2. Fungsi bimbingan mental spiritual

Pelayanan bimbingan dan konseling menjalankan banyak fungsi yang harus diselesaikan, dan ada beberapa pendapat tentang fungsi ini.

a. Menurut Hallen²⁰ Fungsi tersebut adalah fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi mitigasi, fungsi pemeliharaan dan pengembangan, dan fungsi publisitas.

1) Fungsi Pemahaman

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan individu (klien). Fungsi ini meliputi:

- a) Pengertian tentang diri sendiri terutama individu (klien) termasuk pengertian karakter dan kepribadian.
- b) Pengertian tentang lingkungan individu (klien), termasuk di lingkungan keluarga dan masyarakat.
- c) Pengertian tentang lingkungan yang lebih luas (termasuk di dalamnya informasi pendidikan, informasi jabatan/pekerjaan, dan informasi sosial budaya/nilai-nilai).

2) Fungsi Pencegahan

Fungsi ini akan mengarah pada pencegahan atau penghindaran berbagai masalah bagi individu (klien), yang akan mengganggu, menghambat atau menimbulkan kesulitan, dan

¹⁹ Amin,Samsul Munir. *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta : AMZAH, 2010), 43.

²⁰ A, Hallen. *Bimbingan dan Konseling*. Edisi Revisi, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), 53.

menimbulkan kerugian tertentu dalam proses pembangunan.

3) Fungsi Pengentasan

fungsi ini sebagai fungsi penyembuhan atau fungsi terapeutik yang berarti menyembuhkan. Mitigasi ini akan membantu mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi oleh individu (klien) baik melalui sifatnya, jenis dan bentuknya. Layanan dan metode yang digunakan untuk memberikan bantuan ini dapat berupa konsultasi individu atau kelompok.

4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi ini akan mengarah pada pemeliharaan dan pengembangan potensi dan kondisi positif bagi individu (klien) agar dapat mengembangkan diri secara terarah dan berkelanjutan, serta berharap individu (klien) dapat mencapai pengembangan kepribadian yang terbaik.

5) Fungsi Advokasi

Fungsi ini akan mengarah pada pertahanan pribadi (klien) untuk mengembangkan semua potensi secara optimal.

b. Menurut Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan²¹, fungsi bimbingan dan konseling adalah:

- 1) Pemahaman, artinya, membantu individu (klien) memahami dirinya (potensi) dan lingkungan sekitarnya (pendidikan, pekerjaan dan norma agama).
- 2) Preventif (pencegahan), Artinya, konselor berusaha untuk selalu meramalkan berbagai masalah yang mungkin timbul dan berusaha mencegahnya agar tidak terjadi agar individu (klien) tidak mengalami masalah tersebut..

²¹ A. Juntika, Nurihsan, Yusuf, Syamsu, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010), 15-16.

- 3) Pengembangan, dengan kata lain konselor selalu berusaha untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi individu (klien)..
- 4) Perbaikan (penyembuhan), itulah fungsi pedoman pengobatan. fungsi ini berkaitan erat dengan pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah.
- 5) Penyaluran, yaitu fungsi bimbingan dalam membantu individu memilih kegiatan dalam masyarakat.
- 6) Penyesuaian, artinya, fungsi bimbingan dalam membantu individu untuk beradaptasi secara dinamis dan konstruktif dengan kondisi dan aturan sosial serta norma agama.

d. Pelaksanaan Bimbingan Mental spiritual

Pelaksanaan bimbingan mental spiritual mencakup metode-metode berikut yang biasa digunakan dalam bimbingan yaitu:

- a) Wawancara, yaitu metode atau teknik yang digunakan untuk menemukan fakta tentang psikologi atau penyakit jiwa (mental), fakta atau pengetahuan tersebut dipandu oleh tanya jawab secara tatap muka..
- b) Observasi, yaitu cara atau teknik mengamati secara langsung sikap dan perilaku yang muncul pada waktu tertentu, sikap dan perilaku tersebut dipengaruhi oleh kondisi psikologis atau psikologisnya.
- c) Tes (kuisisioner), ini merupakan rangkaian pertanyaan yang disusun dengan memilih beberapa alternatif jawaban, yaitu dengan mengidentifikasi dan mengamati fenomena psikologis yang tidak dapat diperoleh melalui wawancara dan observasi.
- d) Bimbingan kelompok (*group Guidance*), yaitu: keterampilan coaching melalui kegiatan bersama (kelompok), seperti kegiatan diskusi, ceramah, seminar, dll.

- e) Psikoanalisa (analisa kejiwaan), yaitu teknik yang digunakan untuk menilai dan membimbing peristiwa dan pengalaman psikologis yang dialami anak. Misalnya ketakutan dan stres.
- f) Non direktif (teknik tidak mengarahkan), teknik ini memungkinkan pelanggan untuk mengekspresikan dan memecahkan masalah mereka.
- g) Direktif (bersifat mengarahkan), teknik ini dapat digunakan untuk memandu pelanggan dalam proses pembelajaran.
- h) Rasional-emosif, panduan ini bertujuan untuk mengatasi pemikiran tidak logis yang disebabkan oleh dorongan emosi yang tidak stabil.
- i) Bimbingan klinikal, dengan kata lain, dibimbing oleh keseluruhan kemampuan fisik dan mental individu.²²

Selain metode di atas, Moh. Ali Aziz dalam bukunya "Ilmu Dakwah", menguraikan tiga rentang metode dakwah yang terdapat dalam Alquran, yaitu: *bil-hikmah, bil-mauidzah hasanah dan bil-mujadalah*.²³ Firman Allah dalam surat An-Nahl ayat 125 yang berbunyi:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِلْهُمْ
بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ
أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Artinya :

Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang

²² M. Lutfi, *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan dan Penyusunan (konseling) Islam* (Jakarta: Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2008), 122-133.

²³ Moh. Ali Aziz, *Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Pranada Media, 2012), 136.

tersesat dari jalan Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.²⁴

Ayat di atas menjelaskan bahwa ajakan atau pembimbing manusia di jalan Allah harus disesuaikan dengan keadaan pemimpin atau yang diundang tersebut, karena persepsi atau tanggapan seseorang terhadap ajaran yang disampaikan sangat dipengaruhi oleh kehidupan. Pengaruh realitas dan karakteristik pribadi. Berikut ini adalah uraian metode bimbingan dari perspektif Islam :

1. Metode *bil-hikmah*

Dengan memperhatikan kondisi dan kondisi cita-cita dakwah, Dakwah memusatkan perhatian pada kemampuannya sendiri sehingga tidak lagi merasa terpaksa atau ditentang saat melaksanakan ajaran Islam selanjutnya. Dengan kata lain, dakwah *bil-hikmah* bersifat *persuasif*. Seperti dalam Firman Allah SWT tentang hikmah dalam Islam (QS.Al-Baqarah : 269) yang berbunyi :

يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ ﴿٢٦٩﴾

Artinya :

Allah menganugerahkan Al Hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al Quran dan As Sunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan Barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran.²⁵

²⁴ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 282.

²⁵ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 46.

2) Metode *bil-mauidhoh hasanah*

Metode *mauidhoh hasanah* adalah berdakwah dengan memberi nasehat atau penyampaian ajaran Islam yang bisa menyentuh hati mereka, dan kata-kata nasehat itu akan memasuki emosi mereka dengan sangat lembut, daripada membeberkan kesalahan orang lain, lebih baik menempuh jalan secara lembut biasanya bisa meluluhkan hati yang keras dan menjinakkan hati yang liar. Seperti yang tertuang dalam firman Allah SWT (QS. Fussilat ayat 34-35) yang berbunyi :

وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ
فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ﴿٣٤﴾ وَمَا
يُلْقِيهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقِيهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ﴿٣٥﴾

Artinya :

Dan tidaklah sama kebaikan dan kejahatan. Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik, maka tiba-tiba orang yang antaramu dan antara dia ada permusuhan seolah-olah telah menjadi teman yang sangat setia.

Sifat-sifat yang baik itu tidak dianugerahkan melainkan kepada orang-orang yang sabar dan tidak dianugerahkan melainkan kepada orang-orang yang mempunyai keberuntungan yang besar.²⁶

3. Metode *bil-mujadalah*

Cara *bil-mujadalah* digunakan untuk mencapai tujuan dengan menjaga pertukaran pemikiran yang terbaik, tidak menimbulkan permusuhan, dan tujuannya adalah agar lawan menerima maksud yang diajukan dengan memberikan dalil dan bukti yang kuat atau dengan menggunakan dalil rasional Allah

²⁶ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojk), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 481.

SWT. Dalam (QS.Yunus ayat 57-58) Allah SWT Berfirman:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ ﴿٥٨﴾

Artinya :

Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Katakanlah: "Dengan kurnia Allah dan rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira. Kurnia Allah dan rahmat-Nya itu adalah lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan".²⁷

3. Psikoterapi Islam

a. Pengertian Psikoterapi Islam

Psikoterapi memiliki banyak arti dan masih kurang jelas, terutama karena istilah tersebut digunakan di berbagai bidang seperti psikiatri, psikologi, bimbingan dan konseling, pekerjaan sosial (studi kasus), pendidikan dan ilmu agama.²⁸

Dalam perspektif bahasa kata psikoterapi berasal dari kata “*psyche*” dan “*therapy*”. *Psyche* mempunyai beberapa arti, antara lain:

- 1) Jiwa dan hati
- 2) Dalam mitologi Yunani, *psyche* adalah seorang gadis cantik yang bersayap seperti sayap kupu-kupu. Jiwa

²⁷ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 216.

²⁸ Rahayu, Iin tri. *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*, (Malang: UIN Malang Press, 2009) (Anggota IKAPI), 191.

- digambarkan berupa gadis dan kupu-kupu, simbol keabadian.
- 3) Ruh, akal dan diri.
 - 4) Freud percaya bahwa pelaksanaan aktivitas mental terdiri dari bagian dasar (kesadaran) dan bagian bawah sadar (tidak sadar)..
 - 5) Dalam bahasa Arab, psikologi bisa disamakan dengan "*nafs*" dengan bentuk jamak "*anfus*" atau "*nufus*". Kata ini memiliki banyak arti, antara lain: jiwa, roh, darah, tubuh, pribadi, diri dan sendiri.

Dari beberapa makna etimologis ini dapat dipahami bahwa dari perspektif yang lebih spiritual, psikologi atau *Nufs* adalah bagian dari manusia, dan setidaknya lebih banyak menyentuh aspek batin dari keberadaan manusia, daripada fisik atau Aspek fisik..

Firman Allah SWT sebagai berikut:

يَأْتِيَتْهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾

Artinya :

Hai jiwa yang tenang. (27) Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. (28) Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku, (29) dan masuklah ke dalam surga-Ku. (30) (Al-Qur'an surat Al Fajr, 89: 27-30)²⁹

وَأَذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ الْغَافِلِينَ ﴿٣٠﴾

Artinya :

Dan sebutlah (Nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, di waktu pagi dan petang, dan

²⁹ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 595.

janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai.
(205)

(Al-Qur'an surat Al A'raf, 7: 205)³⁰

Kata "*nafs*" pada ayat 205 dari surat al-A'raf di atas dapat dijelaskan dengan beberapa arti, seperti diri, roh, jiwa, dan keinginan. Oleh karena itu acuan, ingatan tidak hanya bersifat verbal, tetapi juga seluruh unsur dan komponen kesadaran hidup yaitu diri, tubuh, jiwa, keinginan dan sebutan spiritual. Kata "*therapy*" secara harfiah berarti pengobatan dan penyembuhan.

Firman Allah SWT yang memuat kata syifa:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا
فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

Artinya :

Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.(57)

(Al-Qur'an surat Yunus, 10: 57)³¹

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ
الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya :

Dan Kami turunkan dari Al Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.

(Al-Qur'an surat Al Isra, 17: 82).³²

³⁰ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 177.

³¹ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 216.

³² Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 291.

Psikoterapi adalah pengobatan penyakit melalui ilmu kebatinan, atau penerapan teknik khusus untuk mengobati penyakit jiwa, atau rehabilitasi sehari-hari dengan keyakinan agama, dan dilakukan secara pribadi dengan guru atau teman.

Pengertian psikoterapi secara istilah, ada beberapa pendapat yang dikemukakan para ahli diantaranya:³³

1. Corsini, Pengertian psikoterapi adalah proses formal interaksi antara dua pihak, setiap pihak biasanya terdiri dari satu orang, tetapi mungkin ada dua orang atau lebih. Proses ini bertujuan untuk memperbaiki keadaan tidak menyenangkan (kesusahan) salah satu dari dua pihak akibat salah satu dari kecacatan atau malfungsi berikut: fungsi kognitif (mengabaikan fungsi berpikir), fungsi emosional (menderita sakit atau kehidupan emosional). Terapis memiliki teori tentang asal mula kepribadian, perkembangan, pemeliharaan dan perubahan, serta beberapa metode pengobatan berbasis teori dan profesi yang secara resmi diakui sebagai terapis. Perilaku atau fungsi tingkah lakunya (perilaku yang tidak tepat) terkait dengan terapis.
2. Prawitasari, mendefinisikan psikoterapi sebagai proses formal interaksi antara dua orang atau lebih, salah satunya adalah "penolong" dan yang lainnya "dibantu" untuk menuju perubahan.
3. Carl Gustav Jung, Psikoterapi telah melampaui asal-usul medisnya dan tidak lagi menjadi metode untuk merawat pasien. Saat ini, psikoterapi digunakan untuk orang sehat atau orang yang berhak menikmati kesehatan.

Hamdani Bakran Adz-Dzakiey mengemukakan dalam buku "Konseling dan Psikoterapi Psikologi Islam" bahwa psikoterapi Islam mengacu pada proses

³³ Rahayu, Iin tri, *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*, (Malang: UIN Malang Press, 2009) (Anggota IKAPI), 192-195.

penyembuhan yang bersumber pada isi al-Qur'an dan Hadist nabi, baik itu secara spiritual, moral atau Penyakit fisik.³⁴

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa psikoterapi adalah proses pengobatan atau penyembuhan penyakit jiwa melalui teknik dan metode psikologis. Kata Islam adalah kata yang menjadi ciri psikoterapi menurut ajaran dan norma Islam.

Dalam psikoterapi Islam terdapat nilai-nilai sosial, dan terapis juga menjadi panutan bagi kliennya untuk menjadi agen perubahan bagi dirinya sendiri. Hal ini mencerminkan bahwa, selama ada kemauan yang tulus dan keinginan yang kuat untuk menghilangkan rasa cemas, siapa pun dapat mengubah kegelisahan yang dirasakan.

b. Tujuan dan Fungsi Psikoterapi Islam

1. Tujuan Psikoterapi Islam

Psikoterapi adalah perawatan dan pengobatan gangguan jiwa melalui metode psikologis. Teknik ini bertujuan untuk membantu seseorang mengatasi hambatan emosional dengan cara mengubah perilaku, pikiran dan emosinya, sehingga individu dapat mengatasi masalah dan mampu berkembang. Tujuan psikoterapi adalah menghilangkan gejala yang merusak atau untuk meningkatkan karakter.

Lebih khusus lagi, tujuan psikoterapi mencakup banyak aspek kehidupan manusia, termasuk.³⁵

1. Tingkatkan motivasi untuk melakukan hal yang benar.
2. Kurangi stres emosional dengan memberi kesempatan untuk mengungkapkan perasaan yang terdalam.
3. Membantu klien mencapai potensi mereka.

³⁴ Adz Dzaky, Hamdani Bakran, *Psikologi Kenabian, Prophetic Psychology*, (Yogyakarta : Beranda Publishing, 2008), 228.

³⁵ Subandi, *Psikoterapi Pendekatan Konvensional dan Kontemporer*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 7-10.

4. Ubah kebiasaan dan bentuk perilaku yang baru.
5. Mengubah struktur kognitif.
6. Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan untuk membuat keputusan yang tepat.
7. Meningkatkan pengetahuan diri dan wawasan diri.
8. Meningkatkan hubungan interpersonal.
9. Mengubah lingkungan sosial individu.
10. Ubah proses fisik untuk mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kesadaran fisik melalui latihan fisik.
11. Mengubah keadaan kesadaran, mengembangkan kesadaran diri, kontrol dan kreativitas.

Adapun tujuan dari Psikoterapi Islam ialah:³⁶

- a) Membantu setiap orang menjadi sehat jasmani dan rohani, atau mental, mental dan spiritual, atau sehat mental dan jasmani.
- b) Menggali dan mengembangkan potensi dasar sumber daya manusia, dan membimbing individu untuk mengubah kepribadian dan etika profesionalnya.
- c) Meningkatkan kualitas keyakinan, keyakinan dan tauhid dalam kehidupan sehari-hari dan kehidupan nyata.
- d) Menjadikan individu yang mampu mengetahui, mencintai dan memuaskan hakikat, jati diri dan citra diri sendiri serta hakikat yang paling sakral yaitu Allah SWT.

³⁶ Adz-Dzaky, Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam* Edisi Refisi, (Yogyakarta: Al Manar, 2015), 278.

2. Fungsi Psikoterapi Islam

Fungsi Psikoterapi Islam lebih spesifik dijabarkan yaitu :³⁷

- a. Fungsi pemahaman, untuk memberikan pemahaman tentang manusia, kehidupan mereka dan masalah dalam hidup mereka, dan bagaimana menemukan solusi yang tepat untuk masalah tersebut, yang berasal dari al-Qur'an dan As-Sunnah.
- b. Fungsi pengendalian, memberikan potensi untuk membimbing aktivitas setiap hamba Allah agar dapat dikendalikan dan selalu dalam pengawasan oleh Allah SWT.
- c. Fungsi peramalan, orang yang memiliki pengetahuan akan memiliki potensi dasar untuk dapat melakukan analisis di masa mendatang atas semua peristiwa dan perkembangan.
- d. Fungsi pengembangan, Perkembangan ilmu keislaman khususnya dari segi umat manusia dan kompleksitasnya berkaitan dengan persoalan sakral agama, baik secara teori, aplikasi maupun pengalaman
- e. Fungsi pendidikan, meningkatkan kualitas sumber daya manusia, seperti dari ketidaktahuan menjadi pemahaman, dari buruk menjadi baik, dari baik menjadi lebih baik lagi. Fungsi inilah yang menjadi tugas utama Rasulullah SAW, memberikan pendidikan kepada umatnya agar tercipta pribadi yang luar biasa dan sempurna.

c. Metode Psikoterapi Islam

Metode yang digunakan untuk memelihara kesehatan mental secara islami adalah :³⁸

³⁷ Adz-Dzaky, Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam Edisi Refisi*, (Yogyakarta: Al Manar, 2015), 271-275.

³⁸ Abdul Mujib, Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2001), 154-156.

1) *Imaniah*

Metode iman melibatkan kepercayaan pada Tuhan dan prinsip dan kepercayaan yang tidak terlihat. Keyakinan secara harfiah diartikan sebagai rasa aman (*al-aman*) dan kepercayaan (*al-amanah*). Seseorang yang percaya berarti jiwanya merasa damai dan sikapnya penuh percaya diri untuk menghadapi segala masalah dalam hidup.

Rasa aman dan percaya diri bermula dari keyakinannya pada sesuatu yang tidak terlihat, ia memiliki kekuatan dan kekuatan melebihi dirinya dan dipercaya mampu mengontrol dan mempengaruhi kehidupan jiwa manusia.

Iman adalah percaya dengan sepenuh hati bahwa Allah SWT adalah Tuhan alam semesta yang menciptakan dan mengelola alam beserta isinya. Dalam tatanan ini, Allah SWT memberikan tanda-tanda kehidupan berupa petunjuk (tuntunan)-Nya tentang kelangsungan dan keselamatan hidup, baik di dunia ini maupun di masa yang akan datang. Ada dua cara untuk menampilkan arah yang dimaksud.

- Pertama, jalur tertulis yang terkandung dalam kitab suci al-Qur'an muncul dalam bentuk perbuatan baik dan jahat atau hukum benar dan salah dengan diutusnya seorang Rasul. Jalur ini biasa disebut dengan jalur al-Qur'an atau Diniyah,
- Kedua, jalur tak tertulis yang terakumulasi dalam takdirNYA yaitu aturan-aturan dan hukum Allah SWT yang berkaitan dengan alam semesta beserta isinya. Jalur ini biasa disebut dengan jalur *kauniyah* atau *sunnatullah*.

Dengan keimanan, seseorang memiliki tempat untuk bersandar, tempat untuk mengadu, dan tempat untuk mengemis. Keimanan akan membimbing seseorang untuk mengoreksi dirinya sendiri, apakah sudah sesuai dengan hukum Tuhan ataukah tidak, jika

mengikuti hukum Tuhan tetapi tetap gagal, maka perlu mempertimbangkan hikmah dibalik kegagalan tersebut.

2) *Islamiah*

Metode Islamiah berhubungan dengan prinsip ibadah dan muamalah. Secara etimologis, Islam memiliki tiga makna, yaitu ketaatan, perdamaian, dan keamanan. Terwujudnya metode Islam dapat membentuk kepribadian muslim yang melahirkan lima karakter ideal.

- Pertama, karakter syahadat merupakan karakter yang dapat membebaskan diri dari segala kendala atau kendali waktu, seperti materi dan keinginan, kemudian hati hanya diisi dengan Allah SWT sepenuh hati. Hanya Allah yang layak disembah dan ditaati, karena Dialah yang tertinggi dari segala sesuatu. Dibutuhkan pula karakter yang senantiasa menyukai dan menaati perintah Nabi serta menjauhi larangannya serta berusaha meniru akhlakunya yang luhur, karena rasul adalah sosok manusia yang utuh.
- Kedua, karakter *mushalli* adalah karakter yang dapat berkomunikasi dengan Tuhan dan manusia. Ciri-ciri *mushalli* juga harus bersih dan suci lahir batin. Kesucian jasmani dimanifestasikan dalam wudlu, sedangkan kesucian batin dimanifestasikan dalam ketulusan dan martabat.
- Ketiga, karakter *muzakki*, ini adalah karakter yang berani mengorbankan harta miliknya untuk menjaga kesucian jiwa dan kesejahteraan seluruh umat manusia.
- Keempat, karakter *sya'im* merupakan karakter yang dapat mengontrol dan menahan nafsu yang rendah. Salah satu ciri *sya'im* adalah menghindari makan, minum, hubungan seksual.
- Kelima, karakter *haji*, ini adalah karakter yang rela mengorbankan harta benda, waktu bahkan hidup untuk memenuhi panggilan Allah SWT. karakter

ini telah melahirkan jiwa *egaliter*, wawasan yang *inklusif* dan beragam, memerangi kejahatan, dan meningkatkan wawasan wisata spiritual.

3) *Ihsaniah*

Metode *ihsan* berkaitan dengan etika atau prinsip moral. *Ihsan* secara harfiah berarti baik. Orang yang baik (*muhsin*) adalah orang yang memahami hal-hal yang baik, menggunakannya dengan tata cara yang baik, dan melakukannya dengan niat baik. Orang yang energik berarti mengambil jalan yang bebas resiko agar hidupnya bebas dari kebencian, konflik dan kecemburuan. Pernyataan *Ihsan* merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas perilaku. Kualitas ini bisa dicapai dengan mendekati diri hanya kepada Allah SWT.

a) Fase yang umum dipakai untuk kepribadian muhsin yaitu:

- Bertobat dari semua tindakan berdosa
- Menjauhi hal-hal yang meragukan
- Tidak menggantungkan hati pada gemerlap materi atau dunia
- Merasa butuh hanya kepada Allah SWT
- Sabar terhadap berbagai cobaan dan melakukan kebaikan
- Berserah diri hanya kepada Allah SWT
- Ridha terhadap segala kuasa Allah SWT
- Merasa bersyukur dengan banyaknya nikmat Allah SWT
- Ikhlas menjalankan apa saja demi Allah SWT
- Taqwa dan berharap hanya kepada Allah SWT

b) Tahapan yang menopang kesungguhan dalam menempuh kebaikan:

- *Musyarathah*, yang memberi dan menentukan syarat-syarat untuk diri sendiri, dengan cara: melengkapkan diri dengan iman dan ilmu pengetahuan, memperingati diri dari segala

kejahatan. Serta harus melakukan pendekatan yang baik.

- *Muraqabah*, mawas diri dari tindakan jahat untuk sentiasa dekat dengan Allah SWT.
- *Muhasabah*, yaitu introspeksi atau koreksi diri mulai dari perbuatannya, kata-kata, dan pikiran bahkan yang kita lakukan dalam kehidupan kita sehari-hari.
- *Mu'aqabah*, yaitu sanksi untuk diri sendiri sebab melakukan hal buruk. Caranya dengan berbuat baik untuk menghapus perbuatan buruk.
- *Mujahadah*, yaitu sangat sungguh-sungguh untuk berusaha menjadi orang baik. Dalam tahap *mujahadah* diperlukan adanya *jihad* dan *ijtihad*.
- *Mu'atabah*, menyesali segala dosanya yaitu dengan taubat yang kembali kepada hukum dan peraturan Allah SWT.
- *Mukasyafah*, yaitu membuka penghalang atau kerudung untuk mengungkapkan semua rahasia Allah SWT. Pada tingkat ini, tabir (*hijab*) rahasia antara manusia dan Tuhan mulai menghilang dan terbuka, sehingga seseorang tahu hukum dan rahasia Tuhan haqq al-Yaqin. Ketidakbahagiaan sebenarnya disebabkan oleh ketidaktahuan sarana hukum untuk memperoleh kebahagiaan.

Metode yang telah disebutkan diatas jika dilakukan dengan baik dan benar, maka akan membentuk kepribadian yang *muhsin* (*syakhsiyah islamiyah*) yang dapat ditempuh melalui beberapa tahapan, meliputi :

a. Tahapan pemulaan (*al-bidayah*)

Pada tahapan ini, seseorang merasa rindu kepada Kholik-nya. Ia sadar dalam kerinduannya itu terdapat tabir (*al-hijab*) yang menghalangi hubungannya, sehingga ia berusaha menghilangkan tabir tersebut. Tahapan ini disebut juga tahapan

takhalli. *Takhalli* adalah mengosongkan diri dari segala sifat-sifat yang kotor, tercela, dan maksiat.

- b. Tahapan sesungguhnya dalam menempuh kebaikan (*al-mujahadat*)

Pada tahapan ini kepribadian seseorang telah bersih dari sifat-sifat tercela dan maksiat, kemudian ia berusaha secara sungguh-sungguh untuk mengisi diri dengan tingkah laku yang baik. Tahapan ini disebut juga tahapan tahalli. Tahalli adalah upaya mengisi diri dengan sifat-sifat yang baik.

- c. Tahapan merasakan (*al- muziqat*)

Pada tahapan ini seseorang hamba tidak sekedar menjalankan perintah Allah dan menjauhi larangannya, namun ia merasa kenikmatan, kedekatan, kerinduan, dengan-Nya. Tahapan ini disebut juga *tajalli*. *Tajalli* adalah menampakkannya sifat-sifat Allah SWT.

Bagi para sufi biasanya didahului oleh dua proses, yaitu *al-fana'* dan *al-baqa'*. Seseorang apabila mampu menghilangkan wujud jasmaniah, dengan cara menghilangkan nafsu-nafsu impulsifnya dan tidak terikat oleh materi atau lingkungan sekitar maka ketika ia telah *al-fana'*. Kondisi itu kemudian beralih pada ke-*baqa*-an wujud *ruhaniah*, yang ditandai dengan tetapnya sifat-sifat ketuhanan. Setelah tahap ini telah dilalui kemudian datang apa yang disebut *al-hal*, suatu kondisi di mana spiritual pribadi telah mencapai kebahagiaan tertinggi yang diinginkan.

Disamping metode yang telah dijabarkan sebelumnya, Beberapa metode ibadah dalam psikoterapi Islam untuk pemeliharaan kesehatan mental secara spesifik adalah :

1. Psikoterapi dengan Shalat

Salah satu kewajiban bagi seorang muslim yang dilakukan lima kali sehari, yang menjadi penghapus dosa bagi orang-orang yang mengerjakannya, shalat dengan khusyu' dan ikhlas akan membersihkan orang

yang mengerjakannya, dan mencegahnya dari kejahatan.³⁹

Ibadah sholat yang membekas di jiwa adalah doa yang rendah hati, yang diperoleh melalui pengetahuan dan latihan dengan betul. Seperti halnya yang telah ditunjukkan oleh Nabi yang menjadikan doa sebagai penawar kepada perasaan tertekan dan sebagai salah satu cara kepada-Nya untuk mendapatkan bantuan apabila berhadapan dengan masalah, dan berdoa sebagai satu cara untuk bersantai. Doa dapat membawa semangat manusia kepada Allah SWT yang membuat hati menjadi tenang, tegar dan lapang, bahagia dan damai.⁴⁰

2. Psikoterapi dengan Dzikir dan Membaca al- Qur'an
Dzikir secara harafiah berarti ingatan, dan dalam arti lain, dzikir artinya wujud kesadaran yaitu wujud eksistensi, yakni hubungan makhluk yang menyatukan kehidupannya dengan Sang Pencipta.⁴¹

Dzikir adalah salah satu cara hamba berkomunikasi dengan Tuhan, dapat membebaskan dirinya dari kebahagiaan duniawi dan menyucikan ruh dengan mendekatkan dirinya kepada Allah SWT.⁴²

Ada beberapa bentuk dzikir, ada yang jelas (*jahr*), ada yang diucapkan di dalam hati (*khofi*), ada yang dilakukan secara perorangan, dan ada yang dilakukan dengan mengikuti sekelompok orang dengan menggunakan teknik tertentu..⁴³

³⁹ Sholeh, Muhammad, et.al, *Agama Sebagai Terapi Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 143-145.

⁴⁰ Ibnu Qayyim, *Menuju Kesucian Hati, terjemahan Laghatsatul Lahfan Min Mashaidiy Syaithon, oleh Nuroddin Usman, Lc. MA*, (Yogyakarta: Mardiyah Press, 2004), 380-381.

⁴¹ Rizki Joko Sukmono, *Psikologi Dzikir*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2008), 33.

⁴² Amir an-Najar, *Ilmu Jiwa Tasawwuf*, (Bandung: Penerbit Mizan, 2004), 218-219.

⁴³ M.A Subandi, *Psikologi Dzikir*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 34-35.

Melakukan dzikir secara kolektif dapat meningkatkan niat dan taqwa masyarakat, menumbuhkan persaudaraan, serta membantu mereka yang kuat dalam kehidupan bermasyarakat, sehingga dapat lahir orang-orang yang tidak mudah putus asa dan tidak takut masalah hidup.⁴⁴

3. Psikoterapi dengan Doa

Doa adalah penyembuh gangguan kecemasan, dapat memainkan efek *katarsis* (pembersih) bagi mereka yang berlatih, dan kata-katanya yang baik otomatis menjadi nasehat otomatis bagi dirinya sendiri.⁴⁵

Bentuk doa bisa berupa permohonan untuk diri sendiri (permohonan), permohonan untuk orang lain (penjelasan), pengakuan dan penyesalan atas kesalahan, memohon ampunan (pengakuan dosa), berteriak dan memohon ampun dalam kondisi mendesak (menghela napas), Memberi penghormatan dan tujuan (ibadah), pengharapan kehadiran Tuhan (berdoa), dan mengungkapkan rasa syukur kepada-Nya.⁴⁶

4. Psikoterapi dengan Puasa

Dalam kitab “Ihya’Ulumiddin”, mengatakan bahwa lapar memiliki banyak manfaat, antara lain: 1) hati yang bersih; 2) bisa merasakan nikmatnya dzikir; 3) kehilangan harga diri dan kebahagiaan; 4) mengingat Hukum Allah SWT, ingat orang yang mengalami bencana; 5) mempermudah ibadah di malam hari.⁴⁷

Puasa adalah perasaan yang membuat orang belajar taat dan takut kepada Allah SWT, selalu terasa dijaga, sehingga berbuat jahat itu tidak mudah, bahkan jika

⁴⁴ Amir an-Najar, *Ilmu Jiwa Tasawwuf*, (Bandung: Penerbit Mizan, 2004), 220.

⁴⁵ Ustman Najati, *Ultimate Psychology*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2008.), 398-399.

⁴⁶ Larry Dossey, dalam buku *Mustamir, Potensi SQ, EQ, IQ Al Faatihah*, (Jakarta: Diva Press, 2009), 287.

⁴⁷ Al-Ghazali, *Ihya’ Ulumiddin, terjemah Ihya’ Ulumiddin jilid 5, terj. Moh. Zuhri, et al.*, (Semarang: Asy-Syfa, 2009), 219-231.

tidak ada yang melihat. Latih kesabaran seseorang agar bisa mendapatkan apa yang diinginkannya pada waktu yang ditentukan. Kondisi pelatihan jiwa ini diharapkan dapat menaklukkan jiwa manusia dan menjadikannya suci dan sabar.

5. Psikoterapi dengan Tobat

Tobat bermakna memulihkan ke keadaan semula, memulihkan jiwa seseorang ke keadaan semula.⁴⁸ Beberapa orang akan meninggalkan hal-hal yang haram, dan memprioritaskan pengambilan keputusan yang baik kepada Allah SWT.⁴⁹

Ada dua aspek penting dalam taubat, ilmu dan kesabaran, melalui ilmu yang ia ketahui bahwa kesalahannya adalah sumber dosa. Kemudian usahakan untuk memurnikan pikiran dengan sabar sesuai dengan petunjuk ulama.⁵⁰

Tobat membuka harapan bagi manusia akan kehidupan yang baru, tanpa bayangan masa lalu, serta menjadi aktifitas yang senantiasa diperbaharui agar semakin mengokohkan lembar yang masih putih. Serta berusaha untuk terus melatih jiwanya agar tidak tergiur kembali untuk berbuat maksiat.

B. Penelitian Terdahulu

Guna memperkuat penelitian makalah ini, peneliti terlebih dahulu mereview penelitian sebelumnya dari berbagai penelitian baik berupa makalah maupun jurnal sebelumnya yang berkaitan dengan subjek yang akan diteliti.

Tujuan penelitian terdahulu adalah menemukan topik yang sama dengan judul makalah yang akan dipelajari. Penelitian terdahulu meliputi:

⁴⁸ Hasyim Muhammad, *Dialog antara Tasawuf dan Psikologi*, (Bandung: Pustaka Pelajar, 2002), 30.

⁴⁹ Amir An Najar, *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern*, (Bandung: Mizan, 2004.), 45.

⁵⁰ Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin, terjemah Ihya' Ulumiddin jilid 7, terj. Moh. Zuhri, et al.*, (Semarang: Asy-Syfa, 2009), 280-281.

1. Penelitian ilmiah dengan judul “Penyembuhan Pasien Gangguan Jiwa di Pondok Pesantren Salafiyah Al-Qodir Wukirsari Cangkringan Sleman Yogyakarta (Telaah dari Ilmu Pendidikan)”.⁵¹

Penelitian ini membahas tentang pelaksanaan rehabilitasi bagi pasien gangguan jiwa dan mendeskripsikan nilai pendidikan agama Islam di dalamnya. Nilai-nilai pendidikan agama Islam menjadi elemen esensial dalam proses rehabilitasi. Disini dijelaskan bahwa; 1) Penyembuhan klien yang menyangkut gangguan jiwa di pesantren Al-Qodir didasarkan pada Al-Qur’an dan al-Hadis. Yaitu berdasarkan Q.S. 9 : 128-129, depresi mengacu pada Q.S. 6 : 103, mania (demon omania) pada Q.S. 1 : 1-7, Q.S. 29 : 116-118, Q.S. 37 : 1-10, Q.S. 59 : 22-24. 2). Penelitian ini membahas langkah-langkah rehabilitasi selama fase diagnosis (Kyai menanyakan pasien atau anggota keluarga tentang gangguan jiwa yang mereka alami) dan massage (tindak lanjut proses diagnosis, neurorefleksologi dengan menggunakan metode-metode tertentu).

Persamaan :

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 1) Sama-sama mengacu pada unsur-unsur kependidikan Islam yang ada dalam proses terapinya.

Perbedaan :

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 1) Jangkauan rehabilitasi pasien lebih luas, yang mencakup pasien gangguan jiwa akibat penyalahgunaan narkoba.

⁵¹ Makrus Jamjani, *Penyembuhan Pasien Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren Salafiyah Al-Qodir Wukirsari Cangkringan Sleman Yogyakarta (Telaah dari Ilmu Pendidikan)*, Skripsi tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Perpustakaan UIN, 2006).

- 2) Mengkolaborasikan penyembuhan dengan ilmu medis (obat) dan ilmu batin (pijat dan dzikir)
2. Penelitian ilmiah dengan judul Terapi Gangguan Jiwa: Proses “Terapi Humanis” di Pondok Pesantren Al-Qodir Cangkringan Sleman-Yogyakarta”.⁵²

Penelitian ini membahas tentang terapi humanistik yang digunakan oleh Pondok Pesantren Al-Qodir Cangkringan Sleman saat menangani santri tunagrahita. Perlakuan yang dilakukan tidak membedakan siswa sehat dengan siswa tunagrahita. Santri khusus ini memiliki kebebasan menghirup udara segar dan kebebasan beraktivitas di pesantren. Berbagai tahap dilakukan untuk menyembuhkan santri yang mempunyai gangguan jiwa sebagai berikut: 1) terapi rehabilitasi, 2) terapi lingkungan, 3) psikofarmakoterapi (terapi obat), 4) dan terapi somatic.

Hasil dari penyembuhan ini adalah santri dikembalikan ke keluarga masing-masing dalam kondisi sembuh seperti semula dan bekerja sesuai dengan keinginan santri.

Persamaan :

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 1) Sama-sama mengacu pada unsur-unsur kependidikan Islam yang ada dalam proses terapinya.

Perbedaan :

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 2) Penelitian ini lebih menekankan pada terapi humanis yang mengedepankan penyembuhan

⁵² Maesyaroh Nurohmah, *Terapi Gangguan Jiwa: Proses “Terapi Humanis” di Pondok Pesantren Al-Qodir Cangkringan Sleman-Yogyakarta*. Skripsi, Tidak Diterbitkan, (Yogyakarta:Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga, 2015)

- pasien/santri berdasarkan kesadaran jati dirinya (pengenalan karakter).
- 3) konsen penelitian ini lebih fokus pada manajemen pendidikan, yang menjadi objek penelitiannya.
 - 4) Penelitian ini lebih fokus pada manajemen pendidikan, yang didalamnya dijabarkan perencanaan, pengorganisasian, penggerakan dan pengawasan dalam proses pendidikan yang ada di pesantren Al Qodir.
3. Penelitian ilmiah dengan judul “Terapi Mandi Terhadap Pecandu Narkotika di Pondok Pesantren Al-Qodir Sleman Yogyakarta”.⁵³ Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek dua orang pengasuh dan terapis di Pondok Pesantren Al-Qodir Cangkringan. Subjek penelitian ini adalah dua orang klien yang sedang memberikan pelayanan rehabilitasi pecandu narkoba di Pondok Al-Qodir menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumen untuk mengumpulkan data. Tahap terapi dimulai dari tahap persiapan (terapis menyiapkan sarana, membangunkan santri pecandu narkotika dan membaca do’a masuk kamar mandi), tahap pelaksanaan (niat mandi, berwudhu, menyiramkan air keseluruhan tubuh) dan tahap penutup (membaca do’a keluar dari kamar mandi dan pemberian sugesti dari terapis). Manfaat terapi mandi bagi pecandu narkotika secara fisik dan psikis, yaitu secara fisik mengembalikan saraf-saraf yang telah rusak, mengetes tingkat kecanduan, memperlancar aliran darah, mencegah dan mengobati penyakit. Sedangkan

⁵³ Muslimah, *Terapi Mandi Terhadap Pecandu Narkotika di Pondok Pesantren Al-Qodir Sleman Yogyakarta, Skripsi, tidak diterbitkan*, (Yogyakarta : Perpustakaan UIN 2014).

secara psikis membersihkan jiwa dari hal yang diharamkan Allah SWT.

Persamaan :

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 1) Sama-sama menggunakan terapi mandi untuk pengobatan pasien.

Perbedaan :

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 2) Penelitian ini lebih fokus kepada terapi mandi yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Qodir.
 - 3) Jangkauan rehabilitasi pasien lebih luas, yang mencakup pasien gangguan jiwa akibat penyalahgunaan narkoba.
4. Penelitian ilmiah dengan judul “Proses Terapi Islam Terhadap Penderita Gangguan Kejiwaan di Pondok Pesantren Inabah 13 Yogyakarta (Studi Kasus Pada 3 Santri Inabah 13)”⁵⁴

Adapun isinya adalah terapi islam meliputi 1) penyadaran terhadap klien, 2) shalat, 3) dzikir. 4) mandi (hydro therapy). Subjek penelitiannya meliputi pembina dan 3 santri di pondok inabah 13, sedangkan obyek penelitiannya proses terapi Islam terhadap penderita gangguan kejiwaan. Proses terapinya meliputi 1) tahap awal (penyadaran), 2) tahap terapi fisik, 3) tahap terapi pikiran dan jiwa, 4) tahap terapi jiwa.

Persamaan :

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

⁵⁴ Marshonah, *Proses Terapi Islam Terhadap Penderita Gangguan Kejiwaan di Pondok Pesantren Inabah 13 Yogyakarta (studi kasus pada 3 santri inabah 13)*, Skripsi, tidak diterbitkan.(Yogyakarta : Perpustakaan UIN 2009).

- 1) Penelitian sama-sama fokus pada terapi Islami yang dilakukan untuk pengobatan.

Perbedaan :

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 1) Menggunakan metode terapi yang bervariasi meliputi mandi, shalat, dzikir, dan talqin, metode penunjang dan metode tambahan.
5. Penelitian ilmiah dengan judul “Terapi Dzikir untuk Mengatasi Gangguan Mental Psikosomatik (Studi Kasus di Pondok Inabah Suryalaya Tasikmalaya Jawa Barat)”.⁵⁵

Isi dari penelitian ini adalah tentang Pondok Pesantren Suryalaya yang menggunakan ayat-ayat Alquran berupa terapi agama untuk mengatasi gangguan jiwa pada salah satu aspek dzikir. Penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan. Terapi diawali dengan *hydrotherapy* (mandi taubat), dilanjutkan dengan talqin dzikir, dzikir harian, dzikir mingguan (khataman) atau dzikir bulanan (manaqiban). Hal ini memiliki nilai somatherapy bagi gangguan mental dan psikomatik yang sesuai dengan terapi dan bimbingan konseling dalam kajian psikologi atau kajian kedokteran. Religious therapy cukup efektif, karena hasil penelitian menunjukkan 93,3 % kesembuhan, jauh dibanding terapi kedokteran jiwa yang hanya mencapai 64,4%. Dzikir yang digunakan yaitu dzikir khafi ataupun jahr, karena remaja putra disana mengikuti tarekat *Qadiriyyah Naqsabandiyah*. Dalam pengobatannya menggunakan mujahadah dan barang lain yang bisa memberikan ketenangan untuk anak asuh. Untuk anak dengan

⁵⁵ Sandi Fuadhi, *Terapi Dzikir untuk Mengatasi Gangguan Mental Psikosomatik (Studi Kasus di Pondok Inabah Suryalaya Tasikmalaya Jawa Barat)*, Skripsi, tidak diterbitkan, (Yogyakarta : Perpustakaan UIN 2006).

gangguan jiwa ringan, membutuhkan waktu selama 90 hari pengobatan, anak dengan gangguan jiwa sedang bisa sampai 180 hari. Meskipun mereka tidak dapat pulih 100% karena kerusakan saraf akibat pengobatan.

Persamaan :

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 1) Sama-sama menggunakan metode terapi Islam dalam penyembuhan pasien.

Perbedaan :

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

- 1) Penelitian berfokus pada penyembuhan gangguan mental psikosomatik.
- 2) Metode terapi menggunakan ayat-ayat atau surah dalam al-Qur'an sebagai terapi dzikir.
- 3) Pasien rehabilitasi mencakup pasien penyalahgunaan narkoba.

C. Kerangka Berfikir

Format bagan berikut menunjukkan kerangka berfikir dalam penelitian ini :

Gambar 2.1. Kerangka Berfikir

