

BAB II DESKRIPSI TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Bimbingan Rohani

a. Pengertian Bimbingan Rohani

Bimbingan merupakan terjemahan dari *guidance* dalam bahasa Inggris. Dalam kamus bahasa Inggris *guidance* diartikan dengan kata asli *guide*, yang diartikan sebagai berikut: menunjukkan jalan (*showing the way*), mengarahkan (*governing*), memberikan nasihat (*giving advice*).¹ Secara istilah bimbingan dalam bahasa Indonesia diberi arti yang selaras dengan arti-arti yang disebutkan di atas, akan muncul dua pengertian yang agak mendasar yaitu :

- 1) Memberikan informasi yaitu menyajikan pengetahuan yang dapat digunakan untuk mengambil suatu keputusan atau memberitahukan sesuatu sambil memberikan nasihat.
- 2) Mengarahkan, menuntun ke suatu tujuan. Tujuan itu mungkin perlu diketahui oleh kedua belah pihak.²

Bimbingan tidak sama dengan pendidikan, walaupun pendidikan sering disebut juga sebagai bimbingan (bimbingan merupakan bagian saja dari pendidikan karena pendidikan lebih luas cakupannya dibandingkan dengan bimbingan).

Yang dimaksud bimbingan (Islami) dalam tulisan ini adalah proses pemberian bantuan “arahan” terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat (berlandaskan Al-Qur’an dan Sunnah Rasul).

Bimbingan (Islami) merupakan proses pemberian bantuan, artinya bimbingan tidak menentukan atau mengharuskan, melainkan sekedar membantu individu (pasien). Individu dibantu, dibimbing, agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah (meskipun dalam keadaan sedih atau menderita rasa sakit sekalipun).³ Dari pengertian tersebut, maka hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah berarti menyadari eksistensi diri sebagai

¹ Nurul Hidayati, *Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit*, Vol. 5 No. 2. 2014. 209. Diakses pada tanggal 14 Maret 2019

² Luddin, *Dasar-Dasar Konseling: Tinjauan Teori dan Praktek*, (Bandung: Citapusta Media Perintis, 2010), 11

³ Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, (Kudus: STAIN Kudus, 2009), 43

mahluk Allah yang diciptakan Allah untuk mengabdikan kepada-Nya (dalam arti yang seluas-luasnya).

Dengan menyadari eksistensinya sebagai mahluk Allah, maka dalam hidupnya akan berperilaku yang tidak keluar dari ketentuan dan petunjuk Allah sehingga akan tercapailah kehidupan yang bahagia di dunia dan di akhirat, yang menjadi idam-idaman setiap muslim.

Sedangkan yang dimaksud dengan rohani pasien adalah keadaan rohani (dimensi ruh yang jauh lebih tinggi dari alam pikiran dan tahapannya pun di atas alam sadar atau *supra-conscious*) seseorang yang sedang mendapatkan cobaan rasa sakit.⁴

Dengan adanya bimbingan rohani, diharapkan pasien dapat mengambil hikmah di balik cobaan sakit yang diberikan Allah kepadanya (pasien). Karena dengan keadaan sakit, manusia (pasien) dapat menyadari sisi positifnya, antara lain: mendapat kesempatan untuk beristirahat dari segala aktivitas (dalam soal ibadah, ada tuntunan khusus bagi orang yang sedang sakit), menjadi penebus dosanya (pasien) dan pelajaran “baik” baginya (pasien) untuk masa yang akan datang, tanda Allah sayang padanya (pasien), sebagai sarana untuk “latihan” bersabar atau berserah diri hanya kepada-Nya dan lain-lain.

Secara sederhana dapat diartikan bahwa yang dimaksud dengan bimbingan rohani pasien adalah memberikan bantuan “arahan” atau nasihat kepada seseorang yang sedang terkena musibah (cobaan sakit) agar rohaninya tetap atau kembali fitrah (selalu mengingat ataupun mendekatkan diri pada Allah SWT) untuk mendapatkan ridho Allah (bahagia di dunia dan bahagia di akhirat).

Bimbingan rohani Islam merupakan kegiatan yang diberikan kepada pasien dan keluarganya selama menjalani perawatan rumah sakit terutama berkaitan dengan memberikan pembinaan spiritual agama dan dukungan moral. Tujuan kegiatan ini adalah (a) Menyadarkan penderita agar dia dapat memahami dan menerima cobaan yang sedang dideritanya. (b) Ikut serta memecahkan dan meringankan problem kejiwaan yang sedang dideritanya. (c) Memberikan pengertian dan bimbingan penderita dalam melaksanakan kewajiban keagamaan harian yang harus dikerjakan dalam batas kemampuannya. (d) Perawatan dan pengobatan dikerjakan

⁴ Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, 44

dengan berpedoman tuntunan Islam, memberikan makan, minum obat dibiasakan diawali dengan bacaan “*Bismillahirrahmanirrahim*” dan diakhiri dengan bacaan hamdalah “*Alhamdulillahirobbilalamin*”. (e) Menunjukkan perilaku dan bicara yang baik sesuai dengan kode etik kedokteran dan tuntunan agama.⁵

b. Tujuan Bimbingan Rohani

Tujuan bimbingan rohani Islam pada dasarnya memberikan tuntunan atau memberikan terapi psikis yang berupa dorongan spiritual dan rasa optimisme kepada mereka yang menderita sakit, karena dengan kondisi psikis yang stabil akan sangat menunjang penyembuhan diri dari sakit, terlebih lagi yang menderita penyakit psikosomatik. Adapun tujuan dari bimbingan rohani Islam menurut Faqih yaitu:

- 1) Tujuan umum: Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.
- 2) Tujuan khusus :
 - a) Membantu individu agar mampu menghadapi masalah.
 - b) Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.
 - c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan terjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.⁶

Dengan adanya tujuan di atas diharapkan para petugas rohani bisa membimbing pasien dalam mengatasi masalahnya dengan mengabdikan dirinya dan mencari keridhaan Allah. Dengan demikian visi bimbingan rohani Islam yang merupakan salah satu bentuk pelayanan yang diberikan kepada pasien agar mendapatkan penurunan rasa cemas pasien dapat optimal. Jadi, yang harus diperhatikan oleh rumah sakit dalam memberikan pelayanan dan pengobatan kepada pasien selain melalui diagnosa obat atau fisik oleh dokter juga harus diberikan nasehat dan pengarahan kepada pasien oleh petugas rohani kaitannya dengan psikis untuk selalu sabar dan ikhlas

⁵ Zalussy Debby Styana, dkk, “Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih”, Vol. 36, No. 1 (2016) ISSN 1693-8054, doi: <http://dx.doi.org/10.21580/jid.36.1.1625>

⁶ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jogjakarta: UII Press, 2001), 36-37

dalam menerima cobaan dari Allah agar dapat mengamalkan ajaran agama dan menjadi lebih dekat dengan Allah SWT.

c. Fungsi Bimbingan Rohani Pasien

Adapun fungsi bimbingan rohani secara umum adalah sebagai berikut:

- 1) Fungsi Preventif: Yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
- 2) Fungsi Kuratif atau Korektif: Yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.
- 3) Fungsi Presertatif: Yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama.
- 4) Fungsi Developmental atau Pengembangan: Yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.⁷

d. Metode Bimbingan Rohani

H. M. Barrie Isham berpendapat bahwa, “Di samping pasien butuh perawatan dan pengobatan medis, seorang pasien juga membutuhkan santunan rohani, karena betapapun ringan penyakit yang dideritanya sedikit banyak pasti akan mempengaruhi rohaninya”.⁸

Adapun metode bimbingan rohani islam di rumah sakit, diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Lisan; ini disampaikan dengan cara bertatap muka. Dilakukan dengan cara mendatangi pasien satu persatu ke kamar atau ke ruangan pasien dalam suasana yang tidak terlalu formal dan penuh keakraban, karena penderita sangat heterogen. Santunan spiritual dengan cara seperti ini sangat efektif.
- 2) Tulisan dan lukisan; yang dimaksud melalui tulisan di sini adalah suatu proses bimbingan rohani menggunakan tulisan dan gambar-gambar yang bernafaskan Islam, ayat-ayat suci al-Qur’an, ungkapan hadis dan lain-lain yang bertemakan kesehatan dipajang dalam ruangan-ruangan.

⁷ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam...*37

⁸ Nurul Hidayati, *Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit*, Vol. 5 No. 2. 2014. 215. Diakses pada tanggal 14 Maret 2019

Selain itu juga menerbitkan buku-buku tuntunan berdo'a untuk orang sakit.

- 3) Audio; dengan pengeras suara yang terkoneksi ke setiap kamar pasien dapat digunakan sebagai media penyampaian pesan-pesan spiritual kepada pasien. Adapun sumber siarannya diisi dengan materi antara lain: pelantunan ayat-ayat suci al-Qur'an dan terjemahannya, pengumandangan adzan di setiap waktu sholat tiba, musik dan lagu-lagu yang bernafaskan Islam.
- 4) Akhlak; yaitu perbuatan-perbuatan nyata yang mencerminkan ajaran Islam yang dapat dinikmati serta didengarkan oleh pasien. Rohaniawan hendaknya memiliki jurus jitu untuk menaklukkan hati dan jiwa seseorang, sehingga dapat menguasai hati dan jiwa pasiennya. Hal-hal yang dapat dijadikan untuk memikat hati dan jiwa pasien, di antaranya: 1) Mulai dengan senyuman; 2) Mulai dengan salam; 3) memperindah penampilan.⁹

Dengan perilaku-perilaku santun di atas yang ditampilkan oleh rohaniawan kepada pasiennya, diharapkan akan menggugah dan mempengaruhi kejiwaan pasien sehingga jiwa menjadi tenang dan akan mempercepat kesembuhan pasien.

e. Menghilangkan Rasa Cemas Melalui Al Qur'an

Setiap muslim meyakini bahwa al-Qur'an diturunkan Allah SWT untuk memberi hidayah kepada setiap manusia, pedoman hidup manusia dan menyembuhkan berbagai penyakit hati yang menjangkiti manusia bagi mereka yang diberi hidayah oleh Allah 'azza wa jalla dan dirahmati-Nya. Seperti yang terdapat di dalam firman-Nya.

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 penyembuh dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian." (QS Al-Isra: 82).¹⁰

⁹ Nurul Hidayati, *Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit*, Vol. 5 No. 2. 2014. 217-218. Diakses pada tanggal 14 Maret 2019

¹⁰ <https://tafsirweb.com/4686-surat-al-isra-ayat-82.html>

Dalam firman Allah SWT tersebut telah dijelaskan begitu jelas, bahwa al-Qur'an sebagai penyembuh dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Yang harus digaris bawahi yaitu kalimat “bagi orang-orang yang beriman”. Setiap muslim hendaknya memiliki keyakinan yang kuat bahwa al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakit baik itu jasmani maupun rohani.

Allah senantiasa dekat dengan para hamba-Nya, Allah memberi petunjuk bagi hamba-Nya yang beriman pada-Nya, Allah juga memerintahkan hamba-Nya untuk senantiasa yakin dalam menjalani hidup dan yakin akan kehidupan di akhirat nanti, adapun ayat-ayat al-Qur'an yang bisa dibaca untuk mengurangi kecemasan dan rasa takut yang dialami pasien di rumah sakit:

لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا ۗ

Artinya: “Janganlah kamu berduka cita, sesungguhnya Allah selalu bersama kita”. (dalam QS. At-Taubah: 40)¹¹

Ketika menghadapi suatu ujian, tak perlu bersedih hati, kebahagiaan dan kesedihan kadang datang silih berganti tergantung bagaimana kita menghadapinya dan mengambil pelajaran darinya. Kembalikan segalanya pada sang pencipta bahwa segala yang terjadi adalah ketetapan yang terbaik dari Nya.

وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ

Artinya: “Dan hanya kepada Allah hendaknya kamu berharap”.(QS. Al-Insyirah: 8)¹²

Orang mukmin senantiasa berharap hanya kepada Allah, bukan kepada orang lain atau berbangga diri berharap sepenuhnya dari diri sendiri. Dalam setiap kepentingan hendaknya melibatkan Allah dengan memohon kemudahan dan keberkahan dari Nya termasuk juga memohon kesembuhan.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ

رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا

كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ

¹¹ <https://tafsirweb.com/3056-surat-at-taubah-ayat-40.html>

¹² <https://tafsirweb.com/12840-surat-al-insyirah-ayat-8.html>

لَنَا بِهِ ۖ وَأَعْفُ عَنَّا وَأَغْفِرْ لَنَا وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَأَنْصُرْنَا عَلَىٰ

الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Artinya: Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maafilah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum kafir yang lemah." (QS. Al-Baqarah: 286)¹³

Jelas sekali dalam firmah tersebut Allah senantiasa mengasihi hamba Nya, tidak akan diberikan ujian jika hamba-Nya tidak sanggup melewati. Karena itu tidak selayaknya kita berputus asa dalam menghadapi segala tantangan hidup termasuk ketika kita tertimpa musibah seperti mengalami sakit.

Hendaknya setiap umat muslim mampu mengamalkan ayat-ayat al-Qur'an di atas dalam kehidupan sehari-hari agar kita senantiasa mampu memperbaiki diri dan menjadi manusia dengan kualitas keimanan yang lebih baik. Sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

2. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah keadaan emosi yang meningkat disertai perasaan cemas atau takut. Serupa pada perasaan takut, subyek merasa dirinya terancam. Akan tetapi, berlainan halnya dengan perasaan takut, subyek sering memandang sumber ancaman dalam arti samar-samar atau tidak jelas.¹⁴ Definisi dari kecemasan sebagai emosi yang ditandai oleh perasaan

¹³ <https://tafsirweb.com/1052-surat-al-baqarah-ayat-286.html>

¹⁴ Junita Nurmala Sari, *Pengaruh Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif Kanker Servik*, Universitas Sumatra Utara. Diakses pada tanggal 20 April 2019

berbahaya, ketegangan dan distress yang diantisipasi oleh sistem saraf yang simpatetik.¹⁵

Kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh. Emosi seperti sedih dan sakit umumnya akan hilang dengan hilangnya penyebab kemunculannya, namun tidak dengan kecemasan. Kecemasan umumnya bersifat akut dan inilah permasalahan yang sedang banyak dihadapi pada masa ini.

Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas.¹⁶ Kecemasan mirip dengan rasa takut tapi dengan fokus yang kurang spesifik, sedangkan ketakutan biasanya respon terhadap beberapa ancaman langsung, sedangkan kecemasan ditandai dengan kekhawatiran tentang bahaya yang tidak terduga yang terletak di masa depan.

Kecemasan merupakan fitrah manusia tatkala merasa tidak percaya diri dalam menghadapi permasalahannya. Kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).¹⁷ Pendapat tersebut menunjukkan bahwa tekanan perasaan yang dialami oleh seseorang ataupun masalah yang dihadapi seseorang memang sering kali menyebabkan munculnya emosi yang kurang stabil sehingga orang tersebut akan merasakan sebuah kekhawatiran dan kecemasan.

Kondisi seseorang yang sakit secara fisik tidak hanya merasakan sakit secara fisik, tetapi berkaitan pula dengan dengan kondisi psikologis dan spiritualnya. Pasien yang dirawat di rumah sakit umumnya akan mengalami cemas, gelisah, stres, galau, frustasi, emosional, merasa berdosa dan berbagai kondisi psikologis dan spiritual lainnya. Demikian juga, tingkatan atau derajat dari kondisi psikologis dan spiritualnya.

¹⁵ Dona Fitri Annisa, *Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)*, Vol. 5, No. 2, 2016, 94. Diakses pada tanggal 20 April 2019

¹⁶ Dona Fitri Annisa, *Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)*, 94

¹⁷ Drajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1996), 27

Ada pasien yang cemas dan gelisah disebabkan karena dihantui perasaan dan pemikiran yang berkenaan dengan besarnya biaya pengobatan. Ada juga pasien yang khawatir dengan penyakitnya yang tidak sembuh-sembuh. Ada yang cemas karena merasa kesepian dan tidak nafsu makan.

Secara spiritual, ada pasien yang merasa dirinya jauh dari Tuhannya disebabkan karena banyak meninggalkan kewajibannya sebagai seorang yang beragama. Ada juga pasien yang berpikir bahwa sakit yang dideritanya sebagai ujian dari Tuhan kepadanya.

Kecemasan yaitu suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan.¹⁸ Dari pendapat tersebut juga dapat kita ketahui bahwa sebuah ancaman pada diri seseorang terutama terhadap kesehatan dianggap sebagai suatu hal yang membahayakan dirinya, bahkan hidupnya. Hal ini menyebabkan tergoncangnya emosi pada orang tersebut. Emosi ini terkadang tidak stabil dan adanya perasaan khawatir, takut ataupun cemas.

Ansietas merupakan gejala emosi seseorang yang berhubungan dengan sesuatu di luar dirinya dan mekanisme dari yang digunakan dalam mengatasi permasalahan. Ada beberapa teori yang menjelaskan mengenai asal ansietas. Teori tersebut antara lain:

1) Teori psikoanalisis

Dalam pandangan psikoanalisis, ansietas adalah konflik emosional yang terjadi antara dua elemen kepribadian yaitu id dan superego. Id mewakili dorongan insting dan impuls primitive seseorang dan dikendalikan oleh norma-norma budaya seseorang. Ego berfungsi memenuhi tuntutan dari dua elemen tersebut, dan fungsi ansietas adalah mengingatkan ego bahwa ada bahaya.

2) Teori interpersonal

Dalam pandangan interpersonal, ansietas timbul dari perasaan takut terhadap penolakan saat berhubungan dengan orang lain. Hal ini juga dihubungkan dengan trauma pada masa pertumbuhan, seperti kehilangan dan perpisahan dengan orang yang dicintai. Penolakan terhadap eksistensi diri oleh orang lain maupun masyarakat akan menyebabkan individu yang bersangkutan menjadi

¹⁸ Sundari, *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005), 51

cemas. Namun bila keberadaannya diterima oleh orang lain, maka ia akan merasa tenang dan tidak cemas. Dengan demikian, ansietas berkaitan dengan hubungan antar manusia.

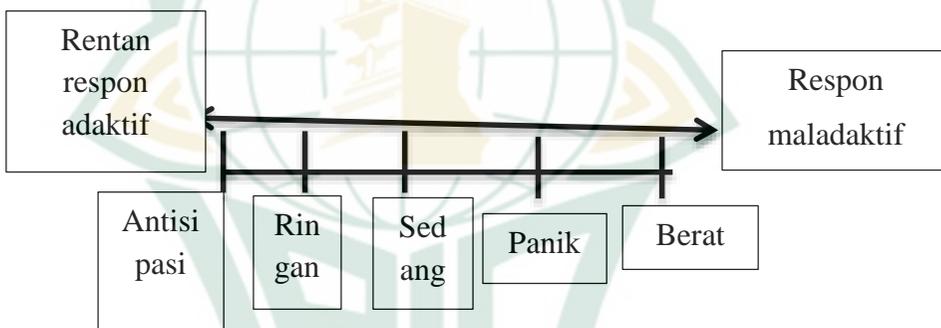
3) Teori Perilaku

Menurut pandangan perilaku, ansietas merupakan hasil frustrasi. Ketidakmampuan atau kegagalan dalam mencapai suatu tujuan yang diinginkan akan menimbulkan frustrasi atau keputusasaan. Keputusasaan inilah yang menjadikan seseorang menjadi ansietas.¹⁹

b. Tingkat kecemasan

Tingkat kecemasan menurut Astuti dapat di klasifikasikan ke dalam empat kategori, di antaranya:

Tabel rentan respon ansietas
 Sumber stuart dan sundeen 1998



Gambar 2.1. Rentan respon ansietas

1) Kecemasan Ringan

Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan persepsinya. Kecemasan ringan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas. Manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah kelelahan, iritabel, persepsi meningkat, kesadaran tinggi, mampu untuk belajar, motivasi meningkat, dan tingkahlaku yang sesuai situasi.

¹⁹ Asmadi, Ns., *Konsep Dasar Keperawatan*, (Jakarta: Kedokteran EGC, 2008), 165-166

2) Kecemasan sedang

Memungkinkan seseorang memusatkan pada masalah yang penting dan mengesampingkan yang lain sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang terarah. Manifestasi yang terjadi pada tingkat ini, yakni kelelahan meningkat, kecepatan denyut jantung, pernapasan meningkat, ketegangan otot meningkat, bicara cepat dengan volume tinggi, persepsi tinggi, persepsi menyempit, mampu untuk belajar namun tidak optimal, kemampuan konsentrasi menurun, perhatian selektif dan terfokus pada rangsangan yang tidak menambah ansietas, mudah tersinggung, tidak sabar, mudah lupa, marah dan menangis.

3) Kecemasan berat

Sangat mengurangi persepsi seseorang. Seseorang dengan kecemasan berat cenderung untuk memusatkan pada suatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berfikir tentang hal lain. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan perhatiannya manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah mengeluhkan pusing, sakit kepala, mual, tidak dapat tidur (insomnia), sering kencing, diare, palpitasi, persepsi menyempit, tidak bisa belajar secara efektif, berfokus pada dirinya sendiri dan keinginan untuk menghilangkan kecemasan tinggi, perasaan tidak berdaya, bingung, disorientasi.

4) Panik

Panik berpengaruh dengan terperangah, ketakutan, teror, karena mengalami kendali. Orang yang sedang panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Tanda dan gejala yang terjadi pada keadaan ini adalah susah bernafas, dilatasi pupil, palpitasi, pucat, diaphoresis, pembicaraan inkoheren, tidak dapat merespon terhadap perintah yang sederhana, berteriak, menjerit, mengalami halusinasi dan delusi.²⁰

c. **Faktor Penyebab Kecemasan (Ansietas)**

Ada dua jenis ansietas yaitu ansietas primer dan sekunder. Ansietas primer tidak disebabkan oleh keadaan pengobatan atau pemakaian obat, sedangkan ansietas sekunder

²⁰ Astuti, Endang Sri dan Resminingsih, *Bahan Dasar untuk Pelayanan Konseling pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid I*, (Jakarta: grasindo, 2010), 19-20

berkaitan dengan pemakaian obat-obatan tertentu atau gangguan medis atau psikiatrik.²¹

Namun faktor yang dapat menjadi pencetus seseorang merasa cemas dapat berasal dari diri sendiri (faktor internal) maupun dari luar dirinya (faktor eksternal). Namun demikian pencetus ansietas dapat dikelompokkan ke dalam dua kategori yaitu :

- 1) Ancaman terhadap integritas diri, meliputi ketidakmampuan fisiologis atau gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari guna pemenuhan terhadap kebutuhan dasarnya.
- 2) Ancaman terhadap system diri yaitu adanya sesuatu yang dapat mengancam terhadap identitas diri, harga diri, kehilangan setatus/peran diri, dan hubungan interpersonal.²²

d. Karakteristik Berdasarkan Tingkatan Ansietasnya (cemas)

Ada beberapa karakteristik berdasarkan tingkat ansietas. Menurut Asmadi karakteristik-karakteristik tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Tingkat Ansietas Ringan
 - a) Berhubungan dengan ketegangan peristiwa sehari-hari;
 - b) Kewaspadaan meningkat;
 - c) Persepsi terjadap lingkungan meningkat;
 - d) Dapat menjadi motivasi positif untuk belajar dan menghasilkan kreativitas;
 - e) Respon fisiologis: sekali nafas pendek, nadi dan tekanan darah meningkat sedikit, gejala ringan pada lambung, muka berkerut, serta bibir bergetar;
 - f) Respon kognitif: mampu menerima rangsangan yang kompleks, konsentrasi pada masalah, menyelesaikan masalah secara efektif, dan terangsang untuk melakukan tindakan;
 - g) Respon perilaku dan emosi: tidak dapat duduk tenang, tremor halus pada tangan, dan suara kadang-kadang meninggi.
- 2) Tingkat Ansietas Sedang
 - a) Respon fisiologis: sering nafas pendek, nadi ekstra sistol, dan tekanan darah meningkat, mulut kering,

²¹ Kee, Joyce dan Hayes, Evelyn, *Farmakologi Pendekatan Proses Keperawatan*, (Jakarta: buku kedokteran EGC, 1996), 246

²² Asmadi, Ns., *Konsep Dasar Keperawatan*, 168

- anoreksia, diare/konstipasi, sakit kepala, sering berkemih, dan letih;
- b) Respon kognitif: memusatkan perhatiannya pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, lapang persepsi menyempit, dan rangsangan dari luar tidak mampu diterima;
 - c) Respon perilaku dan emosi: gerakan tersentak-sentak, terlihat lebih tegang, bicara banyak dan lebih cepat, susah tidur, dan perasaan tidak aman.
- 3) Tingkat Ansietas Berat
- a) Individu cenderung memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan hal yang lain;
 - b) Respon fisiologis: napas pendek, nadi dan tekanan darah naik, berkeringat dan sakit kepala, pengelihan berkabut, serta tampak tegang;
 - c) Respon kognitif: tidak mampu berfikir berat lagi dan membutuhkan banyak pengarahan/tuntunan, serta lapang persepsi menyempit;
 - d) Respon perilaku dan emosi: perasaan terancam meningkat dan komunikasi menjadi terganggu (Verbalisasi Cepat).
- 4) Panik
- a) Respon fisiologis: napas pendek, rasa tercekik dan palpitasi, sakit dada, pucat, hipotensi, serta rendahnya koordinasi motorik;
 - b) Respon kognitif: gangguan realitas, tidak mampu berfikir logis, persepsi terhadap lingkungan mengalami distorsi, dan ketidakmampuan memahami situasi;
 - c) Respon perilaku dan emosi: agitasi, mengamuk dan marah, ketakutan, berteriak-teriak, kehilangan kendali atau control diri (aktivitas motoric tidak menentu), perasaan terancam, serta dapat membuat sesuatu yang membahayakan diri sendiri dan/atau orang lain.²³

Dalam teori kesehatan yang diungkapkan oleh M. Sholeh bahwa penyembuhan penyakit banyak ditentukan oleh kemampuan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Daya tahan tubuh dibangun dari perasaan, pemikiran dan jiwa pasien yang tenang dan tentram.²⁴ Sedangkan dalam tataran realitas sering

²³ Asmadi, Ns., *Konsep Dasar Keperawatan...*167

²⁴ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: Kencana, 2017), 138

kali dijumpai petugas medis datang ke ruang-ruang pasien untuk melakukan pemeriksaan fisik yang dideritanya tanpa melakukan dialog (komunikasi terapeutik) kepada pasien. Petugas medis tidak peduli dengan perasaan apa yang menghantui dalam diri pasien.

Secara psikis, seseorang yang tenang jiwanya tidak akan merasakan kecemasan berlebihan (*over anxiety*), tidak mudah mengalami stres, depresi dan frustrasi. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk membantu pasien yang mengalami kecemasan yaitu dengan penyuluhan kesehatan, kerohanian, pendampingan pasien dan konsultasi dengan ahli jiwa. Semakin banyak dukungan dari keluarga atau teman dapat membantu mengurangi kecemasan pasien.

B. Hasil Penelitian Terdahulu

Tinjauan pustaka (*Related Studi*) adalah temuan penelitian terkait sebelumnya. Dalam kesempatan yang lalu, peneliti telah menemukan penelitian tentang bimbingan konseling, beberapa penelitian tersebut antara lain adalah sebagai berikut:

1. Umi Inayati, Hubungan Bimbingan Rohani Islam dengan Motivasi Kesembuhan pasien di RSUD Muhammadiyah Gombong Kebumen. IAIN Walisongo Semarang. 2006. Penelitian ini menghasilkan adanya hubungan erat antara bimbingan rohani Islam dengan kesembuhan pasien. Dengan adanya bimbingan rohani Islam di RSUD Muhammadiyah Gombong Kebumen, sehingga pasien termotivasi untuk berobat ke RSUD tersebut, pasien juga termotivasi untuk lebih bersabar dalam menerima ujian dari Allah dan dapat lebih mendekatkan diri pada Allah seperti halnya berdoa, berzikir dan mengerjakan sholat sesuai kemampuan fisiknya. Selain itu, juga dapat memotivasi pasien bersikap optimis bahwa penyakit yang di deritanya akan sembuh.²⁵
2. Anisa, Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Terhadap Religiusitas Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Islam Surabaya, IAIN Ampel Surabaya, 2011. Penelitian ini menghasilkan adanya pengaruh bimbingan konseling Islam terhadap religiusitas pasien rawat inap di Rumah Sakit Islam Surabaya. Hal ini dapat dilihat dari perhitungan hasil penelitian yang menunjukkan hasil sebesar

²⁵ Umi Inayati, Hubungan Bimbingan Rohani Islam dengan Motivasi Kesembuhan pasien di RSUD Muhammadiyah Gombong Kebumen, Skripsi (2006), diakses pada 10 Maret, 2019, <http://eprints.iain-surakarta.ac.id/1374/1/skripsi%20lengkap.pdf>

94,09%. Sehingga pengaruh bimbingan konseling Islam terhadap religiusitas = 94,09% dan sisanya 5,91 di tentukan oleh factor lain.²⁶

3. Farah Nilawati, *metode Bimbingan Rohani bagi Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Surakarta*, UIN Sunan Kalijaga. Yogyakarta, 2012. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa Syiar dakwah adalah memiliki cara khusus saat menerapkan bimbingan rohani yaitu dengan cara lisan, tulisan, dan lukisan serta audio visual, sehingga sangat tepat sekali dengan menerapkan ketiga metode tersebut. Dan dapat memberikan wawasan baru bagi para pembaca akan pentingnya rohaniwan dalam membimbing pasien khususnya pada rohaninya.²⁷
4. Fahri Muiz, *Peranan Bimbingan Rohani Islam sebagai Upaya Penyembuhan Pasien di Rumah Sakit Islam Klaten*. STAIN Surakarta, 2008. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa peranan Bimbingan Rohani Islam mempunyai peran yang sangat besar sebagai upaya membantu kesembuhan para pasien di Rumah Sakit Islam Klaten yaitu : pertama, bimbingan Rohani Islam mampu membantu pasien di Rumah Sakit Islam Klaten menenangkan jiwa dari goncangan penyakit yang diderita, kedua, mengembalikan kepercayaan diri dan motivasi pasien, dan ketiga, membantu para pasien untuk tetap tabah dalam menghadapi ujian dari Allah SWT. Selama ini pasien sangat merasakan bahwa pelayanan di Rumah Sakit Islam dengan Rumah Sakit Umum sangat berbeda, yaitu ketika pasien berobat rawat inap di Rumah Sakit Islam maka akan mendapatkan dua pelayanan yaitu pelayanan medis dan pelayanan Bimbingan Rohani.²⁸

Berbeda dengan skripsi-skripsi di atas, yang mengupas tentang berbagai bentuk pelaksanaan dan pelayanan bimbingan rohani kepada pasien. Sementara penelitian ini tentang pengaruh bimbingan rohani terhadap kecemasan pasien di RSI Sultan Hadlirin Jepara. Dimana

²⁶ Anisa, *Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Terhadap Religiusitas Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Islam Surabaya*, Skripsi (2011), diakses pada 10 Maret, 2019, <http://digilib.uinsby.ac.id/9207/>

²⁷ Farah Nilawati, *Metode Bimbingan Rohani bagi Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Surakarta*, Skripsi (2012), diakses pada 10 Maret 2019, http://digilib.uin-suka.ac.id/26506/1/13220045_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf

²⁸ Fahri Muiz, *Peranan Bimbingan Rohani Islam sebagai Upaya Penyembuhan Pasien di Rumah Sakit Islam Klaten*, Skripsi (2008), diakses pada 10 Maret, 2019, <http://eprints.iain-surakarta.ac.id/1413/1/Download%20File.pdf>

penelitian ini adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan rohani terhadap kecemasan pasien di RSI Sultan Hadlirin Jepara. Maka dari itu, penelitian tentang pengaruh Bimbingan Rohani terhadap Kecemasan pasien di RSI Sultan Hadlirin Jepara ini perlu dilakukan.

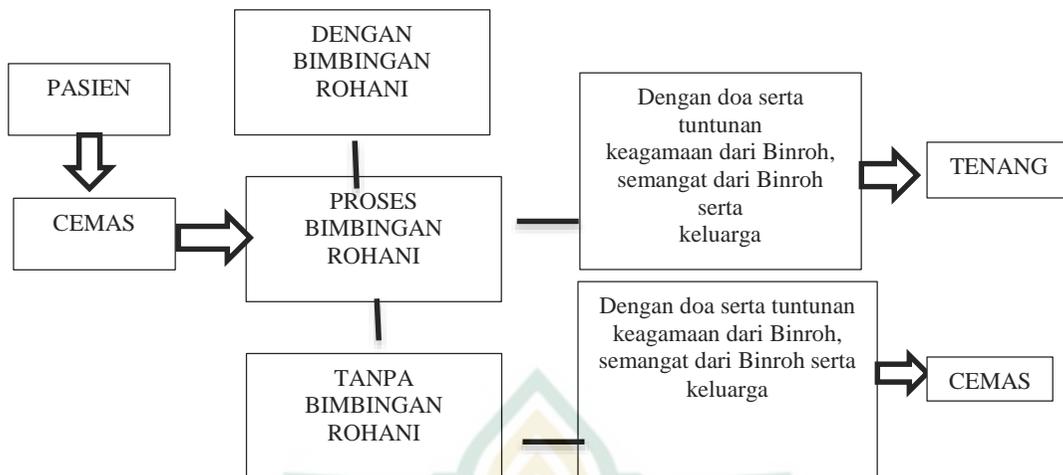
C. Kerangka Berfikir

Pelayanan Bimbingan Rohani di rumah sakit diberikan kepada pasien. Pasien yang secara langsung menerima layanan tentu saja dapat merasakan manfaat dari pelayanan. Seberapa besar pengaruh bimbingan rohani terhadap kecemasan pasien merupakan ukuran keberhasilan program pelayanan bimbingan rohani islam di rumah sakit. Keberhasilan layanan program tersebut akan mempengaruhi kualitas program pelayanan.

Setiap pelayanan bimbingan rohani di rumah sakit yang diberikan sudah pasti memiliki tujuan yang ingin di capai. Salah satu sudut pandang yang mempengaruhi keefektifan program pelayanan adalah dari sudut pandang pasien sendiri (penerima layanan bimbingan rohani). Kecemasan pasien merupakan salah satu indikator dalam memberikan layanan bimbingan rohani di rumah sakit. Pelayanan bimbingan rohani merupakan bagian dari keseluruhan dari pelayanan kesehatan di rumah sakit, kualitas pelayanan kesehatan juga ditentukan oleh kualitas pelayanan bimbingan rohani sehingga perlu adanya peningkatan mutu pelayanan bimbingan rohani di rumah sakit tersebut.

Sebagai rumah sakit yang mempunyai kualitas yang baik, keberhasilan pelayanan baik itu medis dan nonmedis perlu diketahui agar evaluasi pelayanan rumah sakit terpenuhi dan mutu pelayanan terjamin. Berikut gambar bagan kerangka berfikir dalam penelitian ini:





Gambar 2.2. Kerangka Berfikir

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Dalam penelitian ini peneliti mengajukan 2 hipotesis yakni hipotesis nihil (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a) sebagai berikut:

1. H_0 diterima : Tidak ada pengaruh bimbingan rohani terhadap kecemasan pasien di RSI Sultan Hadlirin Jepara.
2. H_a diterima : Ada pengaruh bimbingan rohani terhadap kecemasan pasien di RSI Sultan Hadlirin Jepara.