

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Alquran Al Karim sebagai kitab petunjuk yang tidak ada keraguan lagi, juga sebagai petunjuk sumber hukum islam yang mempunyai penjelasan tentang bagaimana meraih suatu ketenangan jiwa. Baik itu ketenangan jasmani maupun ketenangan rohani. Dalam kehidupan nyata, tidak semua akan berjalan seperti apa yang di inginkan banyak orang. Banyak dari mereka tidak puas atas pemberian Allah selama ini. Ketika angan-angan cita-cita mereka yang terlalu berlebihan tidak tercapai maka akan menimbulkan suatu beban pikiran yang luar biasa berat dan akan berujung stres dan bahkan kegilaan.

Di dalam era modern seperti sekarang ini banyak terjangkit penyakit jiwa yang cukup memperhatikan. Gejala ini di sebabkan banyak hal seperti angan-angan yang terlalu tinggi dan berbagai masalah dunia lainnya, namaun penyebab yang paling dominan adalah jauhnya orang-orang dari petunjuk ilahi. Sebagaimana firman Allah dalam Alquran QS. Thaha ayat 124:

وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ
الْقِيَامَةِ أَعْمَى¹

Artinya: “dan Barangsiapa berpaling dari peringatan-Ku, Maka Sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan Kami akan menghimpunkannya pada hari kiamat dalam Keadaan buta”.

Ada beberapa cara dalam agama islam jika manusia ingin mendapatkan ketenangan jiwa salah satunya adalah dengan membaca Alquran. Orang-orang yang membaca atau mendengarkan ayat-ayat Alquran akan mendapatkan ketenangan hati. Ketenangan hati inilah yang akan membawa mereka mengingat dan taat kepada Allah sehingga membawa mereka dalam keadaan sehat jasmani dan rohaninya.

Kesehatan mental ialah terwujudnya keserasian yang sungguh - sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri

¹ Alquran Surat Thaha ayat 124, Yayasan Penyelenggaraan Penerjemah Penafsiran Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Jumanatul Ali-Art (J-ART), Bandung, 2005.

antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.²

Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.³

Kesehatan mental sendiri berpengaruh terhadap kepribadian seseorang. Istilah kepribadian adalah istilah yang populer, baik di masyarakat umum maupun di lingkungan psikologi, walaupun istilah tersebut sebenarnya merupakan suatu konsep yang sukar. Dalam pengertian sehari-hari, kepribadian merupakan suatu gambaran singkat tentang riwayat hidup seorang individu.

Individualitas dan keunikan, merupakan inti pengertian kepribadian, maka ciri-ciri karakteristik yang penting dan mempengaruhi seseorang dalam bergaul dengan orang lain dan dengan dirinya merupakan masalah yang penting. Karakteristik ini perlu dalam penyesuaian diri dan bagaimana ia mempertahankan harga dirinya.⁴

Bagi orang mukmin yang ingin mendapatkan keberhasilan dalam kehidupan ada dua hal yang harus dilakukan, yaitu berusaha keras, dan do'a (meminta pertolongan kepada Allah yang Maha Esa). Kedua cara tersebut dapat ditempuh, karena dalam kehidupan ini, ada hal-hal yang tidak dapat dijangkau oleh pemikiran manusia. Oleh karena itu, didalam memecahkan masalah kehidupan, kedua cara ini harus ditempuh secara bersama-sama. Dalam firman Allah QS Al Anfal (8): 9. sebagai berikut:

² Jaelani, *Penyucian Jiwa & Kesehatan Mental*, (Jakarta: Amzah, 2001) 77.

³ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT Toko Gunung Agung, 1996). 13-14.

⁴ Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja)*, Bandung: PT RefikaAditama, 2009, hlm.128.

إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّي مُمِدُّكُمْ بِالْفِ مِّنَ
 الْمَلَائِكَةِ مُرْدِفِينَ ۝⁵

Arinya: “(ingatlah), ketika kamu memohon pertolongan kepada Tuhanmu, lalu diperkenankan Nya bagimu : "Sesungguhnya aku akan mendatangkan bala bantuan kepada kamu dengan seribu Malaikat yang datang berturut-turut".

Pada ayat di atas diterangkan bahwa dalam suatu urusan atau masalah apapun, manusia harus selalu ingat kepada Allah baik dengan ibadah salat ataupun berdoa. Karena Allah akan membantu dan mengabulkan semua do'a hamba. Hanya kepada Allah-lah memohon pertolongan dan bantuan, karena Allah yang Maha Mendengar dan Maha Mengabulkan. Sebagaimana telah dikemukakan di atas, semua masalah dan cobaan itu merupakan ujian dari Allah. Ketenangan dan ketentrangan seseorang itu hanya didapat apabila dekat dengan Allah SWT. Salah satu upaya yang dilakukan untuk mengingat Allah adalah dengan berZikir.

Dalil Zikir yang terdapat dalam Alquran sebenarnya banyak sekali, namun penulis hanya mengambil satu dari ayat saja yang penulis anggap dapat mewakili dari sekian banyak dalil-dali tentang Zikir, yaitu dalam firman Allah di Alquran:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ
 الْقُلُوبُ ۝⁶

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

⁵ Alquran Surat Al Anfal ayat 9, Yayasan Penyelenggaraan Penerjemah Penafsiran Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Jumanatul Ali-Art (J-ART), Bandung, 2005.

⁶ Alquran Surat Ar Ra'du ayat 8, Yayasan Penyelenggaraan Penerjemah Penafsiran Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Jumanatul Ali-Art (J-ART), Bandung, 2005.

Zikir dapat digunakan untuk memperlunak hati manusia sehingga hati manusia dapat melihat kebenaran dan bersedia mengikuti dan menerima kebenaran. Zikir dalam tuntunan syariat Islam dan Alquran adalah menyebut nama dan mengingat Allah dalam setiap keadaan. Tujuannya adalah untuk menjalin ikatan batin (kejiwaan) antara hamba Allah sehingga timbul rasa cinta hormat dan jiwa *muroqobah* (merasa dekat dan diawasi oleh Allah). Maka dengan Zikir iman seseorang jadi hidup, terjalin rasa kedekatan dengan Allah. Adanya rasa cinta dan hormat, ketaatan akan semua perintah Allah, dan tersiksa bila sampai lupa mengerjakan akan perintah Allah.⁷

Realita kehidupan keluarga di zaman serba modern dewasa ini, tidak sedikit. Para manusia yang tidak bisa mempertahankan kesehatan jiwanya karena disebabkan oleh beberapa faktor yaitu diantaranya adalah karena perselingkuhan, masalah ekonomi, masalah tuntutan pekerjaan, kekerasan dalam rumah tangga, dan angan-angan yang terlalu tinggi serta kurangnya pemahaman terhadap agama sehingga akan mempengaruhi keimanan dan ketakwaan seseorang yang nantinya berujung pada ketidaktenangan batin.

Banyak hal yang dilakukan oleh para pasien gangguan kejiwaan jalma sehat dalam mengupayakan untuk selalu mengingat Allah, yakni diantaranya adalah dengan membaca ayat-ayat Alquran, mendengarkan ayat-ayat Alquran, atau dengan berZikir. Panti rehabilitasi gangguan kejiwaan atau yang sering di sebut dengan Jalma Sehat adalah suatu tempat rehabilitasi gangguan kejiwaan untuk merawat dan menyembuhkan orang yang terkena gangguan jiwa. Panti rehabilitasi gangguan kejiwaan di Jalma Sehat melakukan kegiatan membaca Alquran dan Zikir setelah pasien selesai berjma'ah salat maghrib dan kegiatan tersebut akan di pimpin oleh seorang Guru atau Konselor untuk membimbing mereka membaca Alquran dan Zikir. Terbukti dengan adanya bimbingan rohani seperti ini pasien di panti rehabilitasi gangguan jiwa Jalma Sehat mendapatkan ketenangan jiwa dan berpegang teguh kepada agama ketika mereka semua sembuh nanti. Adapun penjelasan yang di berikan oleh Konselor kepada para pasien Jalma Sehat ketika mereka mau meBaca Alquran dan Zikir, diantaranya yaitu untuk lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta Allah SWT. Dan juga mendoakan sesama saudara muslim dan para orangtua mereka yang telah tiada atau yang sudah mendahuluinya. Karena dengan selalu mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dengan cara berZikir maka diharapkan akan memperoleh kedamaian dalam hati.

Para pasien panti rehabilitasi gangguan kejiwaan Jalma Sehat berasal dari berbagai macam latar belakang profesi maupun kondisi kehidupan

⁷ Simuh, *Tasawuf Dan Perkembangan Dalam Islam* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1997), hlm. 114.

keluarga. Ada dari kalangan akademisi, kalangan pekerja, keluarga kurang mampu, dan keluarga yang dulunya kurang harmonis.

Ada diantara para pasien yang menuturkan mendapatkan banyak manfaat dan perubahan ketika sudah masuk di panti rehabilitasi gangguan jiwa Jalama Sehat baik manfaat bagi dirinya sendiri maupun bagi keluarga dan lingkungannya. Diantaranya manfaat yang pernah diutarakan oleh salah seorang pasien adalah keadaan dirinya sekarang sudah mulai tenang dan setabil sudah bisa mengenali dirinya sendiri, mengenali latar belakang kehidupan masa lalunya, dan sudah bisa mengenali kedua orang tuanya, sehingga berdampak pada semakin bersyukur kepada Allah SWT.⁸

Ukuran kesehatan jiwa itu apabila sudah merasa puas pada dirinya sendirinya, bahagia, tenang, dan dapat mengontrol dirinya sendiri. Selain itu, untuk menciptakan kesehatan jiwa apabila mereka mau menerima segala kekeurangan yang ada pada dirinya, optimis, memiliki tujuan hidup, memiliki tanggung jawab, membuka diri terhadap pengalaman baru, dan memiliki landasan agama yang kuat.

Atas latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai **“PENGARUH ALQURAN DAN ZIKIR SEBAGAI OBAT PENYEMBUH GANGGUAN JIWA”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui dan mendeskripsikan bahwa:

1. Bagaimana praktik bacaan Alquran dan Zikir di Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa Jalma Sehat Bulong Kulon Jekulo Kabupaten Kudus?
2. Bagaimanakah praktik bacaan Alquran dan Zikir Sebagai Obat Penyembuh Gangguan Kejiwaan?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dan manfaat dari penelitian yang akan dilakukan ini adalah sebagai berikut:

berikut:

1. Tujuan

⁸ Wawancara dengan Aji, salah satu pasien panti rehabilitasi gangguan kejiwaan jalma sehat, Jum'at 21 Desember 2018.

- a. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan apa saja praktik bacaan Alquran dan Zikir di Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa Jalma Sehat Bulong Kulon Jekulo Kabupaten Kudus.
- b. Untuk menjelaskan praktik Alquran dan Zikir Sebagai Obat Penyembuh Gangguan Kejiwaan.

2. Manfaat Penelitian

Dari tujuan diadakannya penelitian ini, maka adapun manfaat dalam penelitian ini adalah:

- c. Diharapkan untuk menambah khazanah keilmuan dan pengetahuan tentang Alquran dan Zikir Sebagai Obat Penyembuh Gangguan Kejiwaan di Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa Jalma Sehat.
- d. Dapat dijadikan pertimbangan panti rehabilitasi gangguan jiwa untuk menjadikan Alquran dan Zikir sebagai alternatif dalam menyembuhkan gangguan kejiwaan.

D. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan disusun untuk memberikan arah dan obyek penelitian yang tepat dan tidak melebar maka disusun sistematika pembahasan yang berurutan sebagai berikut:

Bab pertama, merupakan bab pendahuluan untuk menghantarkan pembahasan proposal skripsi ini secara keseluruhan. Dalam bab ini berisi latar belakang, tujuan penelitian, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

Pada bab kedua penyusun menguraikan tentang tinjauan umum tentang Zikir dan gangguan kejiwaan yang berisi pengertian Zikir dan Zikir secara bersama-sama dan keutamaannya, pengertian gangguan kejiwaan dan faktor-faktor yang menyebabkan gangguan kejiwaan serta faktor yang mempengaruhi terwujudnya ketenangan jiwa. Ada pula pembahasan penelitian terdahulu dan juga kerangka berfikir.

Pada bab ketiga berisi tentang metode penelitian, penyusun menguraikan tentang metode-metode penelitian yang di gunakan dari jenis-jenis pendekatan, subjek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Pada bab keempat berisi gambaran umum dan lokasi penelitian, hasil penelitian tentang pelaksanaan praktik proses Zikir dan membaca Alquran

sebagai obat gangguan jiwa, dan analisis tentang Zikir dan membaca Alquran sebagai obat kejiwaan.

Pada bab kelima ini merupakan bab terakhir yang terdiri dari kesimpulan, saran-saran, dan penutup.

