

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Pustaka

1. Pengertian Pembimbing Rohani

pembimbing rohani merupakan suatu profesi sama halnya dengan konselor. Istilah profesi memang selalu menyangkut pekerjaan tetapi tidak semua pekerjaan dapat disebut profesi. Profesi adalah suatu jabatan atau pekerjaan yang menuntut keahlian dari para petugasnya. Artinya pekerjaan disebut profesi itu tidak bisa dilakukan oleh orang yang tidak terlatih dan tidak disiapkan secara khusus terlebih dahulu untuk melakukan pekerjaan itu.

Sebagai seorang yang berprofesi sebagai pembimbing rohani yang tidak jauh berbeda dengan istilah profesi seorang konselor Islam tentunya masih ada beberapa syarat pembimbing rohani yang sama dengan syarat-syarat konselor. Diantara syarat-syarat seorang pembimbing rohani adalah sebagai berikut:

a. Aspek Spiritualitas

Agama Islam adalah suatu peraturan, pedoman, dan hukum-hukum yang jelas, yang bersumber dari wahyu Allah swt. untuk mengatur hidup dan kehidupan manusia di dunia agar memperoleh kebahagiaan yang hakiki yaitu menjadi manusia yang bertitel “*Abdullah dan Khalifatullah*” yang memiliki potensi kenabian. Dengan potensi itulah seorang hamba dapat menjalankan tugasnya dengan baik, benar, profesional, dan dengan potensi itu pula seorang hamba berkomunikasi dengan Tuhannya dan seluruh makhlukNya di bumi dan langit.¹⁰

Pembimbing rohani dalam ajaran Islam mereka adalah “*Ulama’ Billah*” (ulama Allah), karena mereka telah mewarisi tugas dan

¹⁰ Fatchiyyah, *Peran Pembimbing Rohani dalam Memberikan Motivasi Kesembuhan Pasien di Rumah Sakit Umum Aisyiyah Kudus*, Skripsi Fatchiyyah, Stain Kudus, 2011, hal. 13-15.

tanggung jawab kenabian. Oleh karena itu tidak akan mungkin seseorang dapat mengetahui tentang seluk beluk manusia secara utuh dan sempurna baik dari aspek lahiriah lebih-lebih aspek batiniahnya, atau aspek jasmaniah lebih-lebih aspek rohaniannya. Siapa saja yang mendalami profesi ini maka tidak boleh tidak ia harus memiliki keimanan, kemakrifatan, dan ketauhidan yang berkualitas. Maka syarat-syarat spiritual yang paling utama harus dimiliki adalah bermakrifat (mengenal) kepada Allah swt. Masalah ini merupakan kunci paling utama, karena apabila makrifat ini sukses, pasti akan membuka tabir-tabir selanjutnya.

b. Aspek Moralitas

Aspek ini pun sangat penting dimiliki oleh konselor maupun pembimbing rohani yaitu aspek moralitas. Aspek moralitas merupakan aspek yang memperhatikan nilai sopan santun, adab, etika dan tata krama, ketuhanan, yang dengan moralitas ini proses kerja konseling maupun bimbingan kepada pasien, diagnosis dan terapi dilakukan. Karena tanpa moralitas ketuhanan yang tinggi, maka keberkahan, kerahmatan dan kemanfaatan yang agung tidak akan dapat hadir dalam proses kerja psikologis atau bimbingan tersebut.¹¹

Aspek-aspek moralitas adalah:

a) Niat

Niat adalah menyengaja atau bermaksud sungguh-sungguh untuk melakukan sesuatu dan tempatnya ialah di dalam hati, dan tidak ada sangkut pautnya sama sekali dengan lisan. Oleh karena itu tidak pernah diberitakan oleh Nabi saw. begitu pula dari para sahabat mengenai lafad niat.

b) Iktikad (keyakinan)

Iktikad ialah suatu keyakinan bahwa pada hakikatnya Allah swt. juga lah yang maha memberi bimbingan, petunjuk, dan nasihat, maha memberi kesembuhan, sedangkan seorang hamba

¹¹ *Ibid*, hal. 15.

(membimbing rohani) hanya sebagai media dan jalan. Disamping itu tertanam pula keyakinan bahwa setiap masalah atau penyakit pasti ada jalan keluar dan penyembuhnya.

c) Shiddiq

Shiddiq adalah suatu sifat dan sikap yang lurus, benar, dan jujur. Dalam proses kerja konseling maupun bimbingan, diagnosis ataupun terapi, kejujuran dan kebenaran merupakan sesuatu yang prinsip. Seorang pembimbing rohani harus memiliki sifat ini. Katakanlah yang sebenarnya terjadi, apabila dirinya tidak mampu untuk melakukan bimbingan atau memberikan pertolongan psikologis pada pasiennya, maka katakanlah bahwa ia tidak atau belum mampu, dan ia harus menyerahkan atau memberi jalan keluar dengan menunjukkan kepada yang lebih mengetahui, mampu dan ahli. Janganlah bersifat dusta dalam masalah ini hanya karena gengsi dan merasa malu, jika dikatakan tidak ahli dan tidak pandai. Jika itu sampai terjadi berarti seseorang itu telah menipu dirinya sendiri dan secara tidak langsung ia pun dalam kondisi sakit mental.

d) Amanah

Amanah ialah sesuatu yang dipercayakan kepada manusia, baik yang menyangkut hak dirinya, hak orang lain, maupun hak Allah swt. atau sesuatu yang diberikan kepada seseorang yang dinilai memiliki kemampuan untuk mengembannya. Namun dengan kemampuan tersebut ia juga bisa menyalahgunakan amanah tersebut. Arti sesungguhnya dari penyerahan amanah kepada manusia adalah Allah swt. percaya bahwa manusia mampu mengemban amanah tersebut sesuai dengan keinginan Allah swt.¹²

e) Tabligh

Tabligh secara bahasa berarti menyampaikan, sedangkan dalam makna istilah adalah menyampaikan ajaran-ajaran (Islam)

¹² *Ibid*, hal. 17-18.

yang diterima Allah swt. kepada umat manusia untuk dijadikan pedoman dan dilaksanakan agar memperoleh kebahagiaan dunia akhirat. Isi yang utama dan pokok aktifitas tabligh adalah “*amar ma'ruf nahi munkar*” (perintah untuk mengerjakan yang baik dan larangan mengerjakan perbuatan yang keji) serta mengajak beriman kepada Allah swt.

f) Sabar (tabah)

Sabar adalah menahan diri dan membawanya kepada yang dituntunkan syara' akal serta mengindahkannya dari apa yang dibenci oleh keduanya. Hijjatul Islam Imam Al-Ghozali RA. Menyatakan sabar adalah tetap tegaknya dorongan agama berhadapan dengan dorongan agama adalah hidayah Allah kepada manusia untuk mengenaliNya, RasulNya serta mengetahui dan mengamalkan ajaranNya dan kemaslahatan-kemaslahatan yang bertalian dengan akibat-akibatnya. Sabar sebagai sifat yang membedakan manusia dengan hewan dalam hal menundukkan hawa nafsu. Sedangkan dorongan hawa nafsu adalah tuntunan syahwat dan keinginan yang minta dilaksanakan.

g) Ikhtiar dan Tawakkal

Ikhtiar ialah suatu daya upaya dengan mengerahkan segala kemampuan, tenaga dan fikiran dalam rangka ingin meraih suatu tujuan yang positif dengan baik, benar, dan memuaskan. Sedang tawakkal adalah suatu sikap yang menyerahkan segala permasalahan kepada Allah swt. dengan totalitas, agar apa yang telah di ikhtiarkan itu Dia memberikan restu dan keridhoan dengan mengabulkan permohonan, memberikan jawaban atas pertanyaan yang dikemukakan kehadiratNya serta mendatangkan kemanfaatan dan keselamatan.

h) Mendoakan

Mendoakan pasien merupakan suatu kewajiban yang harus dilakukan oleh seorang pembimbing rohani atau terapis, karena doa

merupakan inti sebuah pengabdian yang bersih dan mulia. Kewajiban saling mendoakan merupakan perintah Allah dan Rasulullah Muhammad saw.

i) Memelihara kerahasiaan

Allah swt. berfirman dalam surat An-Nur;19 yang artinya *“sesungguhnya orang-orang yang ingin agar (berita) perbuatan yang amat keji itu tersiar di kalangan orang-orang yang beriman, bagi mereka azab yang pedih di dunia dan di akhirat. Dan Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”* (QS. An-Nur;19).

Hukum menyembunyikan atau merahasiakan permasalahan yang sedang dihadapi oleh pasien adalah wajib, lebih-lebih masalah itu bersifat sangat pribadi. Bahkan Allah swt. memberikan sanksi bagi orang yang suka membuka rahasia orang lain tanpa hak berupa siksa yang sangat menyakitkan baik ketika masih hidup di dunia maupun dalam kehidupan yang akan datang, yakni kehidupan akhirat.

j) Memelihara pandangan mata

Dalam anjuran etika Islam idealnya adalah seorang pembimbing rohani wanita hendaknya mencari pasien seorang wanita juga atau sebaliknya, kecuali memang dalam kondisi darurat, seperti tidak ada atau belum adanya pembimbing rohani yang dapat memberikan bantuan dalam penyelesaian masalahnya, kecuali hanya seorang lelaki atau sebaliknya. Hal ini semata-mata demi menjaga kehati-hatian, kesucian dan keimanan.¹³

k) Menggunakan kata-kata yang baik dan terpuji

Allah berfirman dalam Surat Qaaf;18 yang artinya *“tiada suatu ucapanpun yang diucapkannya melainkan ada di dekatnya malaikat pengawas yang selalu hadir”*. (QS. Qaaf;18).

Menggunakan kata-kata atau kalimat dalam pembicaraan hendaknya dengan suara yang lembut dan tidak keras, perkataan

¹³ Ibid, hal. 25.

yang baik, tidak menggunakan ungkapan yang tidak etis dan tidak menyinggung perasaan pasien, bahkan dengan wajah yang bersahabat dan penuh keakraban. Karena sikap itu semua dapat memberikan dukungan terapi terhadap pasien secara tidak langsung, bahkan dalam anjuran etika Islam semua sikap itu merupakan ibadah shadaqoh didepan Allah swt.¹⁴

c. Aspek keilmuan dan Skill

1) Aspek keilmuan

Aspek keilmuan yang dimaksud adalah konselor, psikoterapis, dan pembimbing rohani harus memiliki ilmu pengetahuan yang cukup luas tentang manusia dengan berbagai eksistensi dan problematikanya, baik melalui psikologi pada umumnya maupun psikologi Islam yang bersumber pada Al-Quran, As-Sunnah dan Empirik para sahabat, Auliya' Allah dan orang-orang shalih.

Sabda Rasulullah saw. yang artinya *“ada dua golongan dari umat ku, apabila mereka baik maka manusia pun akan baik, dan apabila mereka telah rusak, maka rusaklah manusia, yaitu para pemegang pemerintahan (umara’) dan para ahli fiqh (Fuqaha’)”*. (HR. Ibnu Abdul Barr dari Ibnu Abbas RA).

Khususnya dalam keilmuan psikologi Islam, seseorang tidak akan memperoleh secara tuntas, utuh dan lengkap tentang manusia apabila ia tidak memiliki beberapa hal yaitu:

- Pendidikan atau *study* khusus tentang psikologi Islam baik secara formal maupun non formal.
- Penguasaan teori tentang manusia, eksistensi dan hakikatnya melalui metodologi prophetic (kenabian) yang selalu digunakan oleh golongan ‘Irfan dan Sufi.
- Penguasaan konsep dan berbagai pandangan para pakar tentang manusia baik dari kalangan pakar muslim maupun non muslim.

¹⁴ Ibid, hal. 26.

- Penguasaan aplikasi metodologi ilmiah, *prophetic* dan *normative* (Al-Quran dan Sunnah) dalam lapangan psikologi Islam dan Psikologi Ilmiah.
- Penguasaan teori-teori tentang bimbingan rohani pasien baik dalam paradigma Islam maupun paradigma Psikologi pada umumnya.

2) Aspek *Skill* (keahlian)

Skill (keahlian dan ketrampilan) ialah suatu potensi yang siap pakai yang diperoleh melalui latihan-latihan yang disiplin, *continue*, konsisten dengan metode tertentu serta dibawah bimbingan dan pengawasan para ahli yang lebih senior. Dr. M. D. Dahlan menjelaskan bahwa konselor atau pembimbing rohani dituntut untuk memiliki berbagai ketrampilan meaksanakan konseling serta karakteristik yang memadai, seperti:

- a. Empati, berupa kemampuan untuk melihat, memahami dan merasakan dunia pasien.
- b. Tenang, berupa kemampuan untuk memberikan respon kepada pasien tanpa menampakkan perubahan mimik muka, sekalipun terganggu perasaanya.
- c. Selalu siap berdialog dengan pasien.
- d. Menumbuhkan keberanian pasien untuk berbicara.
- e. Melaksanakan kegiatan bimbingan yang terarah.¹⁵

2. Bimbingan Rohani Pasien

Bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan bagi penyesuaian diri secara baik dan maksimum di sekolah, keluarga, dan masyarakat.¹⁶ Sedangkan bimbingan (Islami) adalah proses pemberian bantuan “arahan” terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan

¹⁵ *Ibid*, hal. 28.

¹⁶ Sofyan S. williss, *Konseling Individual (Teori dan Praktek)*, Alfabeta, Bandung, 2013, hal. 13.

petunjuk Allah swt. sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat (berlandaskan Al-Quran 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.

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

Dengan adanya bimbingan rohani diharapkan pasien dapat mengambil hikmah dibalik cobaan sakit yang diberikan Allah kepadanya (pasien), karena dengan keadaan sakit pasien dapat menyadari sisi positifnya.

Secara sederhana dapat diartikan bahwa yang dimaksud dengan bimbingan rohani pasien adalah memberikan bantuan “arahan” atau nasehat kepada seseorang yang sedang terkena musibah agar rohaninya tetap atau kembali fitrah (selalu mengingat ataupun mendekatkan diri kepada Allah swt) untuk mendapatkan ridhoNya.¹⁷

3. Upaya Pembimbing Rohani.

Definisi upaya dalam KBBI adalah usaha, ikhtiar (untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, mencari jalan keluar),¹⁸ sedangkan pembimbing adalah orang yang membimbing, memimpin, atau menuntun, serta rohani adalah penggambaran tentang ruh (jiwa) seseorang. Jadi pengerian upaya pembimbing rohani secara garis besar adalah usaha yang dilakukan oleh seseorang yang sudah mempunyai ilmu atau bekal untuk menuntun seseorang dalam menenangkan jiwanya.¹⁹

¹⁷ Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, STAIN Kudus, Kudus, 2009, hal. 39.

¹⁸ Kbbi.web.id/upaya, di unduh pada hari Rabu, 3 Februari 2016, pkl 12.51

¹⁹ www.kamusbahasa.web.id/kbbi/artikata.php?mod=view&pembimbing&id=47087-arti-maksud-definisi-pengertian-pembimbing.html, di unduh pada hari Rabu, 3 Februari 2016, pkl 12.56

Sedangkan beberapa upaya pembimbing rohani bagi pasien yang akan dijelaskan disini adalah:

a. Pendekatan Secara Umum

Dalam kitab Al-Mirqat dijelaskan bahwa manusia tidak terlepas dari musibah, cobaan, dan penyakit, sebagaimana pepatah “manusia adalah sasarannya cobaan”. Tetapi manusia sudah dibekali oleh Allah swt. dengan berbagai potensi (kemampuan fisik, psikis, dan rohani) untuk mengatasi semua masalah dan mengoptimalkan seluruh potensi guna mendapatkan kehidupan yang lebih baik.

Selain manusia memiliki daya-daya, tubuh manusia memang sedemikian sempurna. Kelengkapan dan kesempurnaan itu secara umum terletak pada keseimbangan sistem nalar (jiwa), struktur fisik, dan keindahan sistem rohani. Salah satu bekal yang diberikan Allah swt. dalam penciptaan manusia adalah sistem stimulus-respon yang memungkinkan seseorang individu siap beradaptasi (menyesuaikan) dengan lingkungan apapun. ketidakmampuan manusia dalam menyesuaikan dengan dirinya sendiri dan diri orang lain atau lingkungan, yang akan menimbulkan ketidakseimbangan atau sakit (baik sakit secara fisik, psikis, atau rohani) yang biasa disebut klien atau pasien.

setiap manusia akan mengalami sakit dan dengan daya-daya yang dimiliki diharapkan mampu untuk mengatasi cobaan sakit berdasarkan ajaran Rasulullah saw. Rasulullah telah mengajarkan kepada sahabatnya agar menganggap penyakit dan musibah yang menimpa diri mereka sebagai cobaan dari Allah Ta'ala.²⁰

Menurut pengamatan, secara umum terdapat sebuah proses untuk membantu orang yang sedang mempunyai masalah merasa lebih nyaman. Apa yang penting dalam proses ini adalah bahwa orang yang membantu perlu berkomunikasi secara akrab dengan orang yang dibantu dan menghargainya. Kedekatan hubungan antar keduanya

²⁰ Farida, *Psikologi Pasien*, Media Enterprise, Kudus, 2011, hal. 3-9.

merupakan yang terpenting dalam proses membantu. Hubungan yang baik akan sangat mendukung orang yang dibantu sehingga ia merasa dihargai tanpa dihakimi. Dia akan mampu berproses jadi lebih baik dengan perasaan diterima sebagaimana apa adanya.

Membantu pasien agar merasa lebih baik membutuhkan proses. Proses ini dimulai ketika seseorang peduli terhadap orang lain dan kemudian mengajaknya berbagi pikiran dan perasaan yang mengganggunya. Dengan ketrampilan-ketrampilan seperti yang dijelaskan dalam bab-bab sebelumnya, anda dapat mendorong orang yang sedang mempunyai masalah untuk membicarakan masalahnya dan berbagai pikiran serta perasaannya. Anda dapat memotivasinya untuk mengenali, memahami, dan mengekspresikan perasaan-perasaan emosionalnya. Dengan demikian dia mampu secara lebih jernih melihat masalah-masalah yang mengganggunya.²¹

Secara umum sistem bantuan Islam dimulai dengan pengarahan kepada kesadaran nurani dengan membacakan ayat-ayat Allah, setelah itu baru melakukan proses terapi dengan membersihkan dan mensucikan sebab-sebab terjadinya penyimpangan–penyimpangan, kemudian setelah tampak cahaya kesucian dalam dada, akal pikiran, dan kejiwaan, baru proses pembimbingan dilakukan dengan mengarahkan pesan-pesan Al-Quran dalam mengantarkan individu kepada perbaikan-perbaikan diri secara esensial dan diiringi dengan Al-Hikmah.

Suatu upaya penyembuhan yang terkenal sejak dahulu ialah memberikan sugesti (meyakinkan) kepada pasien yang bertujuan untuk membuat pasien merasakan bahwa dirinya “penting”, karena sugesti dapat menyembuhkan sebagian dari gejala penyakit. pemberian sugesti adalah bahwa proses pembinaan kembali diri yang disertai oleh proses itu dan perasaan aman dari dalam, mendapatkan kesempatan yang baik guna melepaskan diri dari gejala-gejala penyakit yang dikeluhkan,

²¹ *Ibid*, hal. 171-173.

dengan demikian ia dapat menghadapi lingkungan yang goncang tanpa disertai oleh gejala-gejala tersebut.²²

b. Bimbingan Keagamaan

Macam-macam bimbingan rohani pasien sebagai upaya meningkatkan kesehatan mental pasien antara lain:

a) Dzikir

➤ Pengertian Dzikir

Dzikir adalah perintah Allah SWT. kepada seluruh hambaNya yang beriman. Satu-satunya amalan yang dapat dikerjakan siang dan malam tanpa batasan waktu dan ukuran jumlah dzikir. Dalam hadits Rasulullah SAW bersabda : “perumpamaan orang berdzikir kepada Tuhannya bagaikan orang yang hidup dengan orang mati.” (HR. Bukhori dan Muslim).

Berdzikir kepada Allah adalah ibadah sunnah yang teramat mulia lagi utama. Dzikir adalah peringkat doa yang paling tinggi, yang didalamnya tersimpan berbagai keutamaan dan manfaat yang besar bagi hidup dan kehidupan kita. Bahkan kualitas diri kita dihadapan Allah sangat dipengaruhi oleh kuantitas dan kualitas dzikir kita kepada Allah.

Inilah salah satu diantara sekian banyak manfaat yang akan kita peroleh dengan senantiasa mengisi hari-hari kita dengan mengingat Allah, yakni terciptanya hati dan jiwa yang tenang, tentram dan damai. Jiwa seperti inilah yang kelak akan dipanggil menghadap Allah dengan perasaan yang puas lagi mendapat ridha-Nya, jiwa yang kelak akan dipersilahkan untuk melangkah dan memasuki surga-Nya yang penuh kemuliaan.²³

²² Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, STAIN Kudus, Kudus, 2009, hal. 113-115.

²³ Syamsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir*, Amzah, Jakarta, 2014, hal. 15-17.

➤ Pengaruh Dzikir bagi Kesehatan Jiwa

Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat dan telah mampu mengantarkan manusia pada peradaban modern, nilai dan orientasi hidup manusia pun mengalami perubahan yang cukup signifikan. Pola hidup *adilubung* yang bersumber dari nilai dan ajaran agama yang mengedepankan persaudaraan, kerjasama, kekeluargaan, dan kegotong royongan tampaknya kini sudah menjadi menipis dan sulit untuk kita temukan ditengah-tengah kehidupan masyarakat modern. Sebab hal tersebut tidak kita sadari telah tergantikan dengan pola hidup baru, yang disebut sebagai pola hidup modern. Pola hidup yang mementingkan diri dan ambisi pribadi tanpa mempertimbangkan kepentingan orang lain (*egois*) menilai segala sesuatu dari materi (*matreialistis*) dan hidup yang mengejar kepuasan dan kesenangan sesaat tanpa mempertimbangkan dampak serta akibatnya (*hedonis*) telah mewarnai perjalanan hidup manusia saat ini.

Sehat secara mental dan spiritual terbebas penyakit rohani adalah dambaan setiap orang, karenanya hanya dengan jiwa yang sehat inilah seseorang akan mampu menjalani kehidupan ini dengan baik. Sedangkan *Dzikirullah* adalah salah satu sarana dan media yang sangat tepat untuk menciptakan pribadi-pribadi yang sehat secara mental dan spiritual. Sebagaimana telah Al-quran informasikan kepada kita bahwa salah satu dari sekian banyak manfaat mengingat Allah adalah menjadikan jiwa dan hati manusia mampu merasakan ketentraman dan kedamaian batin yang luar biasa.²⁴

b) Do'a

Salah satu tindakan keagamaan yang penting adalah mendoa, yakni memanjatkan permohonan kepada Allah supaya memperoleh

²⁴ *Ibid*, hal. 185-190.

suatu kehendak yang diridhoi Allah atau orang mengajukan permohonan, minta bantuan, menyeru, dan mengadu kepada Allah serta memujinya.

c) Puasa

Al-Quran menggunakan kata Syiam sebanyak delapan kali, kesemuanya dalam arti puasa menurut pengertian hukum syariat. Sekali Al-Quran juga menggunakan kata Shaum, tetapi maknanya adalah menahan diri untuk tidak berbicara.

Betapapun Syiam atau Syaum bagi manusia pada hakikatnya adalah menahan atau mengendalikan diri. Karena itu pula puasa dipersamakan dengan sikap sabar, baik dari segi pengertian bahasa maupun esensi kesabaran dan puasa.

d) Shalat

Shalat menurut bahasa berarti berdoa, atau memohon kebajikan dan pujian. Secara dimensi fikih, shalat adalah rangkaian ucapan dan perbuatan (gerakan) yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, yang dengannya kita beribadah kepada Allah menurut syarat-syarat yang telah ditentukan oleh agama. Hakikatnya, pengertian shalat adalah berharap jiwa (hati) kepada-Nya, Kenapa oleh-oleh yang dibawa Rasulullah setelah isra' mi'raj adalah shalat? Menurut Quraissy Shihab, sebab shalat merupakan sarana penting guna mensucikan jiwa dan memelihara ruhani. Nasr menambahkan bahwa ritus utama dalam agama Islam adalah shalat yang akan mengintegrasikan kehidupan manusia kedalam ruhaniyah, dan shalat ini disebut juga sebagai tiang agama, serta amal ibadah yang pertama ditimbang dihari kemudian.²⁵

e) Al-Quran

Al-Quran yang secara harfiah berarti “bacaan sempurna” merupakan suatu nama pilihan Allah yang sungguh tepat, karena tiada satu bacaan pun sejak manusia mengenal tulisan-baca lima

²⁵ Ahsin, W. Al-Hafidz, Fikih Kesehatan, Amzah, Jakarta, 2010, hal. 103.

ribu tahun yang lalu yang dapat menandingi Al-Quran Al-Karim, bacaan sempurna lagi mulia.

Dapat diartikan bahwa fungsi dan tujuan yang lain dari pembacaan Al-Quran adalah memberikan penyembuhan atau pengobatan terhadap penyakit kejiwaan, bahkan juga untuk penyakit spiritual dan fisik.²⁶

Al-quran adalah petunjuk jiwa bagi umat manusia, pembeda antara yang hak dan batil, Al-quran adalah sumber dari segala sumber hukum Islam, membacanya bernilai ibadah bahkan merupakan ibadah yang sangat mulia dan seutama-utamanya zikir kepada Allah. Al-quran adalah penawar dan obat yang paling baik bagi segala penyakit, baik fisik maupun psikis.

Allah berfirman dalam Quran surat Fushilat ayat 44 yang artinya “dan jika Kami jadikan Al-quran itu suatu bacaan dalam bahasa selain bahasa Arab, tentulah mereka mengatakan ‘mengapa tidak dijelaskan ayat-ayatnya?’ Apakah (patut Al-quran) dalam bahasa asing sedang (Rasul/orang) Arab? Katakanlah ‘Al-quran itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang yang beriman.’” (QS. Fushilat;44).²⁷

f) Tayamum

Tayamum adalah aktifitas bersuci dari hadas kecil atau hadas besar sebagai pengganti wudhu dengan alasan yang dibenarkan syari. Tayamum menggunakan debu suci dan sekali tayamum hanya untuk sekali shalata fardhu dan bisa beberapa kali ibadah sunnah. Tujuannya adalah agar kewajiban bersuci bagi pasien dapat gugur menurut syariat.²⁸

²⁶ Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, STAIN Kudus, Kudus, 2009, hal. 126.

²⁷ Ibnu Qayyim, *Terapi Penyakit dengan Al-Quran dan Sunnah*, Pustaka Amani, Jakarta, 1999, hal. 2.

²⁸ Pedoman Pelayanan Kerohanian Rumah Sakit Islam “Sunan Kudus”, t.h.

c. Terapi Berpikir Positif

Pada 1986, penelitian Fakultas Kedokteran di San Francisco menyebutkan bahwa lebih dari 80% pikiran manusia bersifat negatif. Hasil penelitian ini memperkuat pernyataan bahwa nafsu cenderung menyuruh pada keburukan (*ammarah bi al-su*). Dengan hitung-hitungan sederhana, 80% dari 60.000 pikiran, berarti setiap hari kita memiliki 48.000 pikiran negatif. Semua itu turut mempengaruhi perasaan, perilaku, serta penyakit yang mendera jiwa dan raga. Jika demikian, kita harus ekstra hati-hati dalam memilih pikiran kita.²⁹

“Apa yang anda pikirkan dan katakan pada diri anda diambil oleh otak. Selanjutnya ia membuka dan data-data yang sesuai dengan apa yang anda pikirkan. Ketika itulah pikiran anda mempengaruhi gerakan tubuh dan ekspresi wajah. Jadi, seseorang bisa merasakan bahwa tubuhnya dipengaruhi oleh pikiran. Di rumah sakit pusat San Francisco, Amerika Serikat, para pasien diterapi dengan tawa dan kabar positif. Hasilnya, terapi seperti ini meningkatkan kesembuhan sampai 35%. Ketika orang yang sakit berpikir positif, tersenyum, optimis, dan tertawa, kadar endorfin dalam tubuhnya meningkat. Endorfin membantunya untuk sembuh. Disini juga terdapat bukti kuat bahwa pikiran dan tubuh saling mempengaruhi.”³⁰

Dalam *Energy Medicine* Dr. Herbert Spencer dari Universitas Harvard mengatakan bahwa jiwa dan tubuh saling melengkapi. Ia juga mengatakan bahwa lebih dari 90% penyakit tubuh disebabkan oleh jiwa. Inilah yang disebut dengan *psycho-somatic Disease*, istilah ini berasal dari kata *psycho* yang berarti jiwa dan *somo* yang berarti tubuh. Maksudnya, jiwa (*psycho*) berpikir dan mempengaruhi tubuh (*somo*). Dalam buku itu disebutkan bahwa apa yang dipikirkan oleh jiwa berpengaruh pada seluruh anggota tubuh bagian luar, baik pada ekspresi wajah maupun gerakan tubuh. Pikiran jiwa berpengaruh pada

²⁹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, Gita Print, Bandung, 2013, hal. 4.

³⁰ *Ibid*, hal. 27-29.

anggota tubuh bagian dalam, seperti bertambahnya detak jantung, suhu tubuh, proses bernapas, dan tekanan darah yang ikut mempengaruhi liver, ginjal, limpa, lambung, paru-paru dan lain-lain.

Pada 1986, salah satu Fakultas Kedokteran di San Francisco menambahkan dalam sebuah penelitian tentang dialog dengan jiwa. Menurut hasil penelitian itu, lebih dari 75% penyakit tubuh berasal dari dialog negatif dengan jiwa. Itulah yang oleh ahli jiwa disebut “sandiwara internal”. Inilah cara yang menggambarkan kehidupan dalam mental. Yang demikian ini menyebabkan banyak penyakit, antara lain serangan jantung, pusing, tekanan darah, melemahkan sistem saraf, dan menurunkan kekebalan tubuh, bahkan dapat menyebabkan kanker.

Ahli pengobatan dengan energi yang lain, Mantak Chia, menulis dalam buku *Inner Smile* bahwa pikiran mempengaruhi panca indra kemudian mempengaruhi seluruh anggota tubuh bagian dalam. Hal ini menyebabkan hilangnya keseimbangan energi seseorang dan mengakibatkan munculnya berbagai penyakit. Dalam sebuah hadits Rasulullah bersabda yang artinya “*jangan kalian pura-pura sakit sehingga kalian benar-benar jatuh sakit.*” Hadits ini menegaskan bahwa pikiran bisa menimbulkan penyakit. Jika seseorang selalu berpura-pura sakit, lambat laun akan menjadi kenyataan.³¹

d. Menjalani Interaksi yang Baik dengan Orang Lain

Elemen umum dari semua hubungan akrab adalah saling ketergantungan (*interdependence*), suatu asosiasi interpersonal dimana dua orang secara konsisten mempengaruhi kehidupan satu sama lain, memusatkan pikiran dan emosi mereka terhadap satu sama lain, sebisa mungkin secara teratur terlibat dalam aktivitas bersama. Hubungan akrab dengan teman, anggota keluarga dan pasangan hidup juga meliputi elemen komitmen. Saling ketergantungan terjadi melintasi kelompok-kelompok usia dan melampaui jenis-jenis interaksi yang

³¹ *Ibid*, hal. 68-69.

cukup berbeda. Pentingnya membentuk ikatan dengan orang lain digaris bawahi oleh *Ryff* dan *Singer* yang menyatakan, “ikatan yang berkualitas dengan orang lain secara universal didukung sebagai pusat dari kehidupan yang optimal.

Dimulai pada masa anak-anak, sebagian besar dari kita membangun pertemanan dengan teman sebaya yang memiliki kesamaan minat. Secara umum, memiliki teman adalah positif sebab teman dapat menolong *self-esteem* dan menolong dalam mengatasi stres, tetapi teman juga bisa memiliki efek negatif jika merasa antisosial, menarik diri, tidak suportif, argumentatif, atau tidak stabil.³²

4. Kesehatan Mental

a. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Tanda-tanda orang yang terkena gangguan jiwa adalah sering cemas tanpa diketahui sebabnya, tidak ada gairah untuk bekerja, badan lesu dan lain sebagainya. Sedangkan sakit jiwa adalah orang yang pandangannya jauh berbeda dari pandangan orang pada umumnya, dan jauh dari realitas.

Kesehatan mental mencakup pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin. Sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dari penyakit jiwa. Kesehatan mental juga berarti terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap jiwa, pandangan dan keyakinan hidup, harus dapat saling

³² Robert A Baron dan Donn byrne, *Psikologi Sosial*, Erlangga, Jakarta, 2005, hal. 5-9.

membantu keharmonisan, yang menjauhkan orang dari perasaan ragu dan bimbang, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin.³³

Keharmonisan antara fungsi jiwa dan tindakan tegas itu dapat dicapai antara lain dengan keyakinan akan ajaran agama, keteguhan dalam mengindahkan norma-norma sosial, hukum, moral, dan sebagainya.

Fungsi-fungsi jiwa dengan semua unsur-unsurnya, bertindak menyesuaikan orang dengan dirinya, dengan orang lain dan lingkungannya. Dalam menghadapi suasana yang selalu berubah fungsi-fungsi jiwa akan bekerja sama secara harmonis dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi perubahan-perubahan tersebut. Dengan demikian, perubahan-perubahan itu tidak akan menyebabkan kegelisahan dan kegoncangan jiwa.

Ketenangan hidup, ketentraman jiwa atau kebahagiaan batin, tidak hanya tergantung faktor-faktor luar seperti keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya, akan tetapi lebih tergantung kepada cara dan sikap menghadapi faktor-faktor tersebut.

Diantara gangguan perasaan yang disebabkan oleh terganggunya kesehatan mental adalah rasa cemas (gelisah), iri hati, sedih, merasa rendah diri, pemaarah, ragu, (bimbang) dan sebagainya. Berbagai macam perasaan itu mungkin saja menonjol, mungkin pula dua atau lebih, bahkan mungkin semuanya terdapat pada satu orang.

Gangguan jiwa (*neurose*) dan penyakit jiwa (*psychose*) adalah akibat dari tidak mampu menyesuaikan diri terhadap kekurangan-kekurangannya dengan wajar, atau tidak sanggup ia menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapinya. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah sebagai berikut:³⁴

³³ Zainal Aqib, *Konseling Kesehatan Mental*, CV Yrama Widya, Bandung, 2013, hal. 41-44.

³⁴ *Ibid*, hal. 44-45.

1. Frustrasi (tekanan perasaan)

Frustrasi ialah suatu proses yang menyebabkan orang merasa akan adanya hambatan terhadap terpenuhinya kebutuhan-kebutuhannya atau menyangka bahwa akan terjadi sesuatu hal yang menghalangi keinginannya.

2. Konflik jiwa (pertentangan batin)

Konflik jiwa atau pertentangan batin ialah terdapatnya dua macam golongan atau lebih, yang berlawanan atau bertentangan antara satu sama lain, dan tidak dapat terpenuhi dalam waktu yang sama.

3. Kecemasan (*anxiety*)

Kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustrasi) dan pertentangan batin (konflik).

Kecemasan itu mempunyai segi yang disadari, seperti rasa takut, terkejut, tidak berdaya, rasa berdosa/bersalah, terancam dan lain sebagainya. Juga ada segi-segi yang ada diluar kesadaran dan tidak bisa menghindari perasaan yang tidak menyenangkan itu. Rasa cemas itu terdapat dalam semua gangguan dan penyakit jiwa, dan ada bermacam-macam pula. Pertama, rasa cemas yang timbul akibat melihat dan mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya. Kedua rasa cemas yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Ketiga, cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.³⁵

Gangguan kecemasan adalah sekelompok gangguan dimana kecemasan merupakan gejala utama (gangguan kecemasan umum dan panik) atau dialami jika seseorang berupaya mengendalikan perilaku maladaptif tertentu (gangguan jobik dan gangguan *obsesif-kompulsif*). Seseorang yang mengalami gangguan kecemasan umum

³⁵ *Ibid*, hal. 45.

hidup tiap hari dalam ketegangan yang samar-samar, merasa takut atau cemas pada hampir sebagian besar waktunya dan cenderung bereaksi secara berlebihan terhadap stres yang ringan. Selama serangan panik yang parah, orang merasa takut bahwa dirinya akan mati.³⁶

4. Hilang hubungan (disosiasi)

Seharusnya perbuatan, pikiran, dan perasaan orang berhubungan satu sama lain.

5. Represi

Represi adalah tekanan untuk melupakan hal-hal dan keinginan yang tidak disetujui oleh hati nuraninya.

6. Substitusi

Substitusi adalah cara pembelaan diri yang paling baik diantara cara-cara yang tidak disadari dalam menghadapi kesukaran. Dalam substitusi orang melakukan sesuatu karena tujuan-tujuan yang baik, yang berbeda sama sekali dari tujuan asli yang mudah diterima, dan berusaha mencapai sukses dalam hal itu.³⁷

Dalam Al-Quran (Q/2;10) disebutkan bahwa didalam hati orang munafik itu ada penyakit, yakni penyakit nifaq. Dalam teori kesehatan mental yang sekuler, unsur nifaq dan juga kufur tidak menjadi komponen kesehatan mental, tetapi dalam pandangan Islam, meski seseorang itu sehat secara fisik, periang, dan tinggi tingkat intelektualitasnya, jika ia kufur kepada Tuhan maka ia termasuk kategori orang yang tidak sehat jiwanya, ia mengidap suatu penyakit, yakni penyakit nifaq dan kufur. Ayat 18 dari surat Al-baqarah juga menyebutkan bahwa orang kafir itu tuli dan bisu.

Didalam kajian masyarakat umum, orang yang mengalami gangguan atau penyakit disebabkan karena ketidakseimbangan fisik, psikis, ataupun rohani. Sehingga proses penyembuhan harus mencakup

³⁶ Ibid, hal.61.

³⁷ Ibid, hal. 45-47.

semua ketidakseimbangan agar diperoleh kesembuhan secara total. Untuk kondisi fisik dapat menggunakan obat-obat *psikoaktif*.

Menurut Rita L. Atkinson, dkk³⁸ bahwa sejak dahulu, obat-obat telah digunakan untuk mendapatkan efek psikologisnya, yaitu merangsang atau menenangkan, menyebabkan ngantuk dan mencegah ngantuk, mempertinggi persepsi umum atau menyebabkan halusinasi. Obat-obatan yang mempunyai efek psikologis disebut *psikoaktif*.

Sehat dan sakit adalah keadaan biopsikososial yang menyatu dengan kehidupan manusia. Menurut WHO (*World Health Organization*) sehat adalah keadaan yang sempurna baik fisik, mental, maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan/cacat. Orang yang tidak berpenyakitpun tentunya belum tentu dikatakan sehat. Dia semestinya dalam keadaan yang sempurna, baik fisik, mental, maupun sosial.

Sebagai kebalikan dari keadaan sehat adalah sakit. Konsep “sakit” dalam bahasa kita terkait dengan tiga konsep dalam bahasa Inggris yaitu *disease*, *illness* dan *sickness*. Ketiga istilah ini mencerminkan bahwa kata “sakit” mengandung tiga pengertian yang berdimensi biopsikososial. Secara khusus *disease* berdimensi biologis, *illness* berdimensi psikologis, dan *sickness* berdimensi sosiologis.

Little, mengartikan sakit sebagai adanya gangguan atau kehilangan fungsi dan dapat merupakan keadaan yang berada dalam rentang ketidakseimbangan hingga ketidakcakapan atau ketidakmampuan atau mati.³⁹

Hubungan antara kesehatan fisik dengan psikis dapat dibuktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan Hall dan Koleganya. Dalam penelitian itu ditemukan bahwa diantara pasien yang sakit secara medis menunjukkan adanya gangguan mental seperti depresi, gangguan kepribadian, sindroma otak organik, dan lain-lain. Sebaliknya orang

³⁸ Farida, *Op.Cit*, hal. 171.

³⁹ Moeljono Notosoedirjo, *Kesehatan Mental (Konsep dan Penerapan)*, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang, 2001, hal. 3.

yang dirawat karena gangguan mental juga menunjukkan adanya gangguan secara fisik.

Setiap orang akan mengalami sakit, dan dengan daya-daya yang dimiliki diharapkan mampu untuk mengatasi cobaan sakit berdasarkan ajaran Rasulullah saw. Rasulullah saw. telah mengajari para sahabatnya agar menganggap setiap penyakit dan musibah yang menimpa diri mereka sebagai cobaan dari Allah swt. Melalui cobaan itulah Allah akan mengangkat derajat, mengampuni beberapa kesalahan, dan menuliskan beberapa kebaikan untuk mereka. Abu Hurairah dan abu Sa'id mendengar Rasulullah bersabda "*Tidak ada penyakit, rasa lelah, maupun rasa sedih yang menimpa seorang mukmin bahkan sekedar rasa gundah yang menggangukannya, melainkan hal itu akan menjadi kifarat bagi keburukan-keburukannya*".⁴⁰

b. Kepribadian Sehat

Menurut pengetahuan disfungsi psikologis, seorang pribadi dapat dikatakan sehat mental jika seseorang tidak menderita kecemasan, depresi, atau bentuk-bentuk sistomatologi psikologis mengartikan kesehatan mental sebagai adanya sesuatu yang positif. Artinya berlandaskan pada nilai-nilai dasar dan pengalaman manusia yang ideal. Dengan kata lain, kepribadian sehat dapat didefinisikan sebagai adanya aspek-aspek psikologis yang positif yang menentukan derajat kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

Penentu penyesuaian diri meliputi: (a) fisik, (b) perkembangan serta kemasakan unsur-unsur kepribadian, (c) pengalaman yang diterima termasuk proses belajar, (d) situasi dan lingkungan, seperti rumah, keluarga, sekolah, dan (e) kebudayaan, termasuk didalamnya keyakinan dan agama. Individu dikatakan berhasil melakukan penyesuaian diri apabila individu mampu merespon dengan perilaku positif untuk mengatasi ketegangan, frustrasi, dan konflik yang muncul

⁴⁰ Farida, *Psikologi Pasien*, Nora Media Enterprise, Kudus, 2011, hal. 9.

sehingga keseimbangan tetap terjaga dan individu merasa puas, bahagia dan menguntungkan bagi diri sendiri dan orang lain. Pernyataan ini menunjukkan bahwa kondisi keseimbangan yang terjaga saja tidak cukup untuk dapat dikatakan berhasil atau sehat, namun perlu juga individu untuk merasa puas dan bahagia.

Manifestasi kepribadian sehat seseorang akan terlihat dalam kemampuan penyesuaian dirinya. Penyesuaian diri berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengelola stres. Sebenarnya stres tidak selalu berdampak negatif atau merugikan. Sebaliknya seringkali stres justru mampu menjadi sebuah tantangan atau daya pendorong bagi individu untuk semakin bertumbuh dan berkembang, dalam hal ini kemampuan mengelola stres adalah kuncinya.

Dampak psikologis peristiwa yang menekan tergantung pada kemampuan individu menghadapi peristiwa tersebut. Kemampuan individu menghadapi peristiwa hidup yang menekan ini disebut sebagai toleransi terhadap stres. Toleransi terhadap stres sangat berperan dalam penyesuaian diri individu yang bersangkutan ketika menghadapi berbagai stresor. Untuk mengurangi atau menghilangkan stres, individu melakukan tingkah laku penyesuaian yang dikenal sebagai istilah *coping behavior*. Jika berhasil mengatasi stres, individu akan kembali pada keadaan *homeostatic*. Dalam hal ini akan terjadi penyesuaian antara diri individu dengan lingkungannya (adaptasi) atau penyesuaian keadaan lingkungan pada diri individu.

Secara singkat dapat dikatakan bahwa individu dengan toleransi stres rendah akan menghadapi dan menganggap peristiwa hidup yang dialaminya sebagai tuntutan yang menekan sehingga peristiwa ini akan berpengaruh pada gangguan fisik dan psikisnya. Sebaliknya bila individu memiliki toleransi stres tinggi, individu akan mampu menghadapi dan mengelola peristiwa hidup yang menekan sebagai

peristiwa yang dapat dimanfaatkan sebagai daya pendorong kearah perkembangan yang optimal.⁴¹

5. Peranan Agama dalam Kesehatan Mental

a. Jiwa Manusia Membutuhkan Agama

Dari pengalaman para ahli ilmu jiwa dengan pasien-pasiennya yang menderita kesukaran-kesukaran emosi dan gangguan jiwa, serta hasil-hasil penyelidikan ilmiah yang dilakukan terhadap tingkah laku dan sikap seseorang terbukti bahwa gangguan jiwa terjadi antara lain akibat dorongan untuk memenuhi keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan yang dirasakannya. Bila kebutuhan-kebutuhan itu tidak terpenuhi orang akan merasa tidak enak, gelisah, dan kecewa. Kebutuhan-kebutuhan tersebut dibagi menjadi dua yaitu kebutuhan primer (jenis kebutuhan jasmaniah) dan kebutuhan rohaniah (psikis dan sosial).

Dalam pandangan agama kebutuhan ini diakui adanya dan juga diakui bahwa semua makhluk akan berusaha sekuat tenaga untuk memenuhinya karena akan merasa cemas dan gelisah apabila tidak terpenuhi. Untuk menghilangkan rasa cemas manusia Tuhan menjamin bahwa tidak ada satu makhluk hidup pun yang tidak ada rejekinya.

Kebutuhan manusia yang kedua adalah kebutuhan jiwa dan sosial yang tidak dirasakan oleh makhluk hidup lainnya. Inilah yang membedakan antara manusia dan binatang. Kebutuhan-kebutuhan jiwa itu banyak sekali dipengaruhi oleh pendidikan, pengalaman dan suasana yang melingkunginya.

Diantara keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan jiwa yang banyak itu ada beberapa kebutuhan pokok yang terdapat oleh setiap orang, baik anak kecil, orang dewasa, maupun orang tua. Kebutuhan-kebutuhan yang pokok ini tidak banyak akan tetapi harus dipenuhi. Kebutuhan-kebutuhan tersebut adalah:

⁴¹ Nanik Prihantani, *Kepribadian Sehat menurut Suryomentaram*, Muhammadiyah University Press, Surakarta, 2004, hal. 12-15.

1. Kebutuhan akan kasih sayang.
2. Kebutuhan akan rasa aman.
3. Kebutuhan akan rasa harga diri.
4. Kebutuhan akan rasa bebas.
5. Kebutuhan akan rasa sukses.
6. Kebutuhan akan rasa tahu (mengetahui).⁴²

b. Fungsi Agama dalam Kehidupan

1. Agama memberikan bimbingan dalam hidup

Pengendali utama dalam kehidupan manusia adalah kepribadiannya yang mencakup segala unsur-unsur pengalaman, pendidikan dan keyakinan yang didapatkannya sejak kecil. Apabila dalam pertumbuhan seseorang terbentuk suatu kepribadian yang harmonis, dimana segala unsur-unsur pokoknya terdiri dari pengalaman-pengalaman yang menentramkan batin, maka dalam menghadapi dorongan-dorongan baik yang bersifat fisik (biologis) maupun yang bersifat rohani dan sosial, ia akan selalu wajar, tenang, dan tidak menyusahkan atau melanggar hukum dan peraturan masyarakat dimana ia hidup. Akan tetapi orang yang dalam pertumbuhannya dulu mengalami banyak kekurangan dan ketegangan batin, maka kepribadiannya akan mengalami goncangan, dalam memenuhi kebutuhannya baik yang bersifat jasmani maupun rohani, ia akan dikendalikan oleh kepribadian yang kurang baik itu, dan banyak diantara sikap serta tingkah lakunya akan merusak atau mengganggu orang lain.

Dari segi lain kita dapat pula melihat betapa pentingnya peranan agama itu memberikan bimbingan dalam hidup manusia. Agama mengakui adanya dorongan-dorongan dan keinginan-keinginan yang perlu dipenuhi oleh tiap-tiap individu. Pendek kata agama memberikan bimbingan hidup dari yang sekecil-kecilnya

⁴² Zakiah Daradjat, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, Gunung Agung, Jakarta, 1969, hal. 33-36.

hingga yang sebesar-besarnya. Mulai dari kehidupan pribadi, keluarga, masyarakat dan hubungan dengan Allah, bahkan dengan alam semesta dan makhluk hidup yang lain. Jika bimbingan-bimbingan tersebut dijalankan betul-betul, akan terjaminlah kebahagiaan dan ketentraman batin dalam hidup ini. Tiada saling-sengketa, adu domba, kecurigaan, kebatilan dalam pergaulan. Hidup aman, damai, dan saling menyayangi antar satu sama lain.⁴³

2. Menolong dalam menghadapi kesukaran

Kesukaran yang paling sering dihadapi orang adalah kekecewaan. Apabila kekecewaan terlalu sering dihadapi dalam hidup ini, akan membawa orang pada perasaan rendah diri, pesimis, dan apatis dalam hidupnya. Lain halnya dengan orang-orang yang benar-benar menjalankan agamanya, setiap kekecewaan yang menimpanya tidak akan memukul jiwanya. Dengan cepat ia akan ingat kepada Tuhan dan menerima kekecewaan itu dengan sabar dan tenang. Dengan ketenangan batin itu akan dapat menganalisa sebab-sebab dari kekecewaannya, dan dapat pula menemukan faktor-faktor pendorong atau penyebab kekecewaan itu sehingga ia dapat menghindari gangguan perasaan atau gangguan jiwa akibat kekecewaan itu.

Jika masalah kita tinjau dari segi agama, maka kita akan mengetahui perbedaan antara orang yang beragama dan orang yang tidak beragama. Bagi orang yang taat agama ia akan mampu menerima kesukaran atau ujian dari Allah dengan hati yang lapang tulus dan ikhlas karena mereka meyakini bahwa semua masalah berasal dari Allah dan kepadaNya lah semua akan dikembalikan. Namun beda halnya dengan orang yang tidak taat beragama ia akan selalu berpikiran negatif sehingga membuat batinnya tersiksa.⁴⁴

⁴³ *Ibid*, hal 57-60.

⁴⁴ *Ibid*, hal. 60.

3. Menentramkan batin

Bagi jiwa yang sedang gelisah agama akan memberi jalan dan siraman penenang hati. Tidak sedikit kita mendengar orang-orang yang kebingungan dalam hidupnya selama ia belum taat beragama, tetapi setelah mengenal dan menjalankan agama ketenangan jiwa akan datang. Kalau kita berbicara tentang agama bagi anak muda, sebenarnya akan lebih tampak betapa gelisahnya anak-anak muda yang tidak menerima didikan agama. Karena usia muda adalah usia dimana jiwa yang sedang bergejolak, penuh dengan kegelisahan dan pertentangan batin. Maka agama bagi anak muda mempunyai fungsi penentram dan penenang jiwa, disamping sebagai pengendali moral.

Dengan ringkas dapat kita katakan, bahwa agama sangat perlu dalam kehidupan manusia, baik orang tua maupun anak-anak. Khusus bagi anak-anak agama merupakan bibit terbaik yang diperlukan dalam pembinaan kepribadiannya. Anak yang tidak pernah mendapatkan didikan agama diwaktu kecilnya tidak akan merasakan kebutuhan terhadap agama dimasa dewasanya. Kegelisahan batin yang dideritanya akan diatasinya dengan cara-cara dan praktik-praktik yang tidak dihubungkan dengan agama.⁴⁵

c. Peranan Agama dalam Pembinaan Mental

Pembinaan mental seseorang dimulai sejak ia kecil, semua pengalaman yang dilalui baik yang disadari atau tidak, ikut menjadi unsur-unsur yang menggabung dalam kepribadian seseorang. Diantara unsur-unsur terpenting yang akan menentukan corak kepribadian seseorang dikemudian hari adalah nilai-nilai yang diambil dari lingkungan, terutama keluarga sendiri. Nilai-nilai yang dimaksud adalah nilai-nilai agama, moral, dan sosial. Apabila dalam pengalaman waktu kecil itu banyak didapatkan nilai agama, maka kepribadiannya akan mempunyai unsur-unsur yang baik begitupun sebaliknya. Karena

⁴⁵ *Ibid*, hal. 63.

nilai-nilai positif yang baik dan tidak berubah adalah nilai agama, sedangkan nilai sosial dan moral yang didasarkan bukan kepada agama, akan sering mengalami perubahan, sesuai dengan perkembangan masyarakat itu sendiri.

Diantara faktor-faktor yang menambah besarnya kebutuhan remaja terhadap agama adalah rasa dosa yang sering terjadi pada masa ini. Seperti telah diketahui masa remaja adalah masa bangkitnya dorongan seksual akibat selesainya pertumbuhan jasmaninya. Untuk itu ia memerlukan kepercayaan yang sungguh-sungguh kepada Tuhan sehingga bantuan luar yang diharapkannya itu tidak menyesatkan dan mengguncangkan pertumbuhan mentalnya.

Dapat kita tegaskan bahwa agama dan keyakinan yang sungguh-sungguh kepada Tuhan yang Maha Esa adalah kebutuhan jiwa yang pokok, yang dapat memberikan bantuan bagi si remaja untuk melepaskannya dari guncangan jiwa yang hebat. Karena itu agama merupakan obat penawar yang sejuk yang akan memadamkan nyala yang bergejolak didalam hati seseorang. Jika keadaan sosial dan ekonomi serta politik goncang maka agama semakin sangat diperlukan karena jiwa yang kosong dari keyakinan beragama akan sukar menghadapi kegoncangan tersebut.

Sebagai kesimpulan dapat kita pastikan bahwa agama merupakan unsur yang terpenting dalam pembinaan mental. Tanpa agama, rencana-rencana pembangunan tidak akan terlaksana dengan sebaik-baiknya, karena dapatnya seseorang melaksanakan suatu rencana dengan baik bergantung pada ketenangan jiwanya. Jika jiwanya gelisah, ia tidak akan sanggup menghadapi kesukaran yang mungkin terdapat dalam pelaksanaan rencana-rencana tersebut. Mental yang tumbuh tanpa agama belum tentu dapat mencapai integritas, karena kurangnya ketenangan dan ketentraman jiwa.⁴⁶

⁴⁶ *Ibid*, hal. 91-95.

B. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul ini adalah pertama, Isep Zaenal Arifin, (2013) dengan judul “Model Bimbingan dan Konseling Islami untuk Memenuhi Kebutuhan Spiritual Pasien Rawat Inap di RSUD Al-Baleendah” Ia menjelaskan mengapa harus dicarikan bentuk model bimbingan dan konseling Islami? Karena layanan pemenuhan kebutuhan spiritual akan lebih tepat jika disampaikan sesuai dengan agama dan keyakinan pasien beserta seluruh praktik ritualnya, dan yang dapat memenuhi kebutuhan spiritual pasien rawat inap muslim seperti itu hanya bimbingan konseling Islami.⁴⁷

Kedua, penelitian Istiqomah (2009), dengan judul “Bimbingan Mental pada Pasien Cacat Fisik Korban Kecelakaan di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.” Dari hasil penelitian di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta pasien diperlakukan sama baik dari segi perawatannya maupun bimbingan rohaninya. Hanya saja kepada pasien yang cacat fisik diberi motivasi lebih supaya pasien tersebut bisa bersikap sabar dan tawakkal dalam menghadapi cobaan, sehingga pasien tersebut kedepannya dapat menjalani hidup tanpa beban mental.⁴⁸

Ketiga, penelitian Indah Chabibah (2011) dengan judul “Bentuk layanan Bimbingan Rohani Pasien dalam Membantu Proses Kesembuhan Pasien di Layanan Kesehatan Cuma-Cuma (LKC) Ciputat” bahwa bentuk layanan bimbingan pasien yang ada di Layanan Kesehatan Cuma-Cuma (LKC) dilaksanakan di daerah Ciputat, ada 2 macam bimbingan rohani pasien yaitu

⁴⁷ Isep Zaenal Arifin, *Model Bimbingan dan Konseling Islami untuk Memenuhi kebutuhan spiritual Pasien Rawat Inap di RSUD Al-Baleendah*, Universitas Pendidikan Indonesia, 2013, a-research.upi.edu/operator/upload/d_bp_0800821_chapter1.pdf, diunduh pada hari Selasa, 13 Oktober 2015, pukul 09.49

⁴⁸ Istiqomah, *Bimbingan Mental bagi Pasien Cacat Fisik Korban Kecelakaan di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta*, Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Dakwah, 2009, Digilib, uin-suka.ac.id/3320/1/BAB%2I,IV.pdf, diunduh pada hari Kamis, 10 September 2015 pukul 11.13

untuk pasien rawat inap dan rawat jalan. Pelaksanaannya di masjid binaan LKC yang dilaksanakan setiap sebulan sekali dan wajib diikuti oleh member LKC.⁴⁹

Ketiga penelitian diatas memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti kaji. Perbedaannya pada hasil penelitian pertama adalah hasil penelitian pertama menjelaskan bahwa di dalam rumah sakit tersebut perlu dicarikan bentuk model bimbingan konseling beserta ritualnya, peneliti menganggap bahwa pada penelitian tersebut diharapkan ada beberapa model bimbingan untuk berbagai agama, dan bagi kaum muslim adalah model bimbingan rohani Islam. Perbedaan dengan penelitian yang kedua adalah bimbingan rohani lebih difokuskan kepada pasien yang cacat fisik meskipun pasien yang lain tetap diberi bimbingan namun lebih diutamakan yang cacat fisik. Perbedaan dengan penelitian yang ketiga dijelaskan bahwa bimbingan dilakukan oleh sebuah organisasi yang dilakukan di luar rumah sakit dan kegiatannya pun dilakukan hanya satu bulan satu kali, selain itu juga bimbingan diperuntukkan pasien rawat jalan maupun rawat inap, sedangkan yang akan dibahas pada penelitian ini adalah bimbingan konseling untuk kesehatan mental pasien beserta program-program bimbingan yang diterapkan di rumah sakit tersebut.

Persamaannya dengan penelitian yang akan peneliti kaji adalah sama-sama membahas tentang bimbingan konseling Islam yang ditujukan kepada pasien di Rumah Sakit.

C. Kerangka Berfikir

Bimbingan adalah pemberian bantuan kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapi agar tercapai pemahaman diri, penerimaan diri, realisasi diri, sesuai dengan potensi yang dimilikinya dalam mencapai perkembangan secara optimal dan penyesuaian diri yang lebih baik kepada lingkungan.

⁴⁹ Indah Chabibah, *Bentuk Layanan Bimbingan Rohani Pasien dalam Membantu Proses Kesembuhan Pasien di layanan Kesehatan Cuma-Cuma (LKC) Ciputat*, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011, repository.uinjkt.ac.id/dspace/.../1/INDAH%20CHABIBAH-FDK.PDF, diunduh pada hari Kamis, 10 September 2015 pukul 11.13

Kurangnya perhatian kepada bimbingan rohani bagi pasien di rumah sakit membuat pelayanan bimbingan belum maksimal, seperti halnya yang dapat diketahui di RSI Sunan Kudus bahwa petugas bimbingan rohani pasien hanya ada dua dan harus melayani seluruh pasien rawat inap di rumah sakit tersebut. Padahal sudah terbukti di banyak penelitian bahwa kesehatan mental pasien itu sangat besar pengaruhnya terhadap kesehatan fisik pasien.

Setiap rumah sakit berkewajiban memberikan pelayanan kesehatan. Pelayanan diwujudkan melalui upaya penyembuhan pasien (kuratif), pemulihan kesehatan pasien (rehabilitatif), yang ditunjang upaya peningkatan kesehatan (promotif), dan pencegahan gangguan kesehatan (preventif) dan gangguan yang dimaksudkan dalam pembahasan ini adalah gangguan kesehatan mental bagi pasien, secara menyeluruh (*holistic*) dengan pendekatan biopsikososiospiritual sebagaimana disebutkan oleh WHO. Terdapat kecenderungan pendekatan yang dilakukan pada pasien-pasien di rumah sakit tidak secara *holistic* hanya ditujukan pada pendekatan fisik (biologis) semata dan melupakan pendekatan spiritual, padahal pendekatan spiritual (rohani) merupakan pendekatan yang urgen karena sebagai kebutuhan dan kewajiban.

