

## BAB II KERANGKA TEORI

### A. Kajian Pustaka

#### 1. Terapi

##### a. Pengertian Terapi

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia seringkali tidak dapat menahan keinginan untuk memenuhi kebutuhannya. Dalam keadaan seperti itu, ada konflik dan pertentangan di hati kita. Kontradiksi ini menciptakan ketidakseimbangan dalam kehidupan mental yang disebut kebingungan mental dalam kesehatan mental.<sup>1</sup> Pada saat rohaniah mengalami gangguan, terdapat beberapa orang yang menjalani terapi dalam rangka memulihkan keadaan rohani yang terganggu.

Terapi ialah proses menyembuhkan atau mengobati.<sup>2</sup> Seseorang yang menjalani terapi dikatakan sebagai terapis, dimana terapis berfungsi secara esensial yaitu mengumpukan balik dengan kejujuran serta langsung terhadap klien. Terapis juga diperlukan dalam mendukung dan menyemangati, namun juga cukup memberi perhatian untuk melawan dan mengkonfrontasi.<sup>3</sup> Terapi yang baik ialah terapi yang dapat mendukung perilaku menyerahkan diri terhadap yang lebih mengotoritas, tanpa melakukan identifikasi bahwa otoritas tersebut ialah terapis.<sup>4</sup>

##### b. Tujuan Terapi

Adapun terapi bertujuan diantaranya yaitu:

- 1) Menambah motivasi dalam melaksanakan hal-hal kebenaran. Tujuan tersebut seringkali dilakukan

---

<sup>1</sup> Dewi Ainul Mardiyah, *Khazana Jurnal Studi Islam dan Humaniora, Terapi Psikospiritual*, Vol XIV, Nomor 02 (Kalimantan Selatan:2016), 235.

<sup>2</sup> Hana Djumhana Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup Dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2007), 36.

<sup>3</sup> Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, trans. E. Koeswara (Bandung: Refika Aditama, 2005), 330.

<sup>4</sup> Stephen Palmquist, *Fondasi Psikologi Perkembangan: Menyelami Mimpi, Mencapai Kematangan Diri*, trans. Muhammad Shodiq (Pustaka Pelajar, 2005), 372.

dengan terapi yang bersifat direktif dan suportif. Persuasif dengan seluruh cara dari nasihat sederhana hingga kepada hipnosis yang dipakai dalam membantu seseorang bersikap dengan langkah yang benar.

- 2) Meminimalisir emosi yang tertekan dan berkesempatan untuk mengekspresi dalamnya perasaan. Di sini fokusnya hanyalah melalui katarsis. Hal tersebut yang dikatakan mengalami bukanlah hanya membahas tentang emosional yang dalam. Melalui pengulangan pengalaman tersebut dan mengekspresikan akan memunculkan pengalaman terbaru. Menolong klien dalam pengembangan potensi. Adanya hubungan dengan terapis, diharapkan klien bisa menumbuhkan potensi. Klien dapat keluar dari fiksasi yang dialami atau bisa merasakan bahwa ia dapat berkembang kearah yang lebih baik.
- 3) Melakukan perubahan kebiasaan. Terapi memberi peluang untuk merubah sikap.
- 4) Melakukan perubahan somatic agar berkurang perasaan sakit dan menambah kesadaran seseorang, pelatihan relaksasi contohnya bisa dilakukan dalam rangka meminimalisir rasa cemas. Pelatihan senam yoga ataupun menari bisa dilakukan sebagai pengendali tubuh yang tegang.<sup>5</sup>

### c. Jenis-Jenis Terapi

#### 1) Terapi Medis

Pemberian obat dan rehabilitasi medis menjadi contoh terapi medis yang seringkali dilaksanakan untuk mengobati klien yang jiwanya terganggu dengan lebih rinci yaitu:

- a) Psikofarmakologi, ialah cara menangani klien dengan gangguan jiwa melalui pemberian terapi obat-obatan yang bertujuan untuk mengatasi gangguan fungsi neurotransmitter sehingga tanda-tanda klinik bisa dikurangi. Pemberian Terapi obat dilakukan dalam hitungan bulan.
- b) Terapi psikososial, ialah cara menangani klien gangguan jiwa yang bertujuan supaya klien dapat beradaptasi kembali dengan lingkungan sosial dan

---

<sup>5</sup> Tiara Nurfaiah Dkk, *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam*, (Palembang : Noerfikri, 2006), 103.

dapat menjaga dirinya, dapat mandiri tidak bergantung kepada orang sekitar sehingga tidak membebani keluarga.

- c) Terapi psikoreligius, ialah cara menangani klien dengan gangguan jiwa seperti aktivitas ritual agama misalnya do'a dan sebagainya.<sup>6</sup>
- 2) Psikoterapi
- a) Definisi Psikoterapi

“*Psikoterapi*” asalnya dari dua kata, yakni “*psiko*” dan “*terapi*”. “*Psiko*” berarti kejiwaan atau mental dan “*terapi*” ialah menyembuhkan. Kata *psiko* (*psyche*), artinya jiwa atau hati. Dengan arti kata itu, tercipta kata-kata yang membentuk sebuah istilah, misal psikologi yang artinya ilmu jiwa; psikoanalisis yang artinya pengurai jiwa atau analisis jiwa; psikoneurosis, artinya tidak seimbang pada mental diikuti fisik, psikosomatik, yang artinya perkembangan melalui penggunaan dasar-dasar ilmu kejiwaan.

Dengan demikian bisa diambil kesimpulan bahwa makna psikoterapi ialah proses interaksi formal antar dua orang atau lebih. Seseorang yang pertama ialah profesional penolong dan yang lainnya ialah “petolong” (seseorang yang ditolong) dengan catatan bahwa dalam berinteraksi tersebut ditujukan untuk merubah perasaan, pikiran, sikap, kebiasaan yang muncul melalui sikap profesional terapi.

Siti Nur Asiyah dalam buku M. Amin Syukur dengan judul *Sufi Healing Terapi melalui Metode Tasawuf* dikatakan bahwa psikoterapi ialah proses memberikan bantuan melalui penggunaan intervensi psikis, atau sikap seseorang. Oleh karenanya, psikoterapi bisa diartikan sebagai bentuk tindakan atau treatment kepada permasalahan yang bersifat emosional. Psikoterapi berdasarkan detailnya dibagi atas psikoterapi suportif (sifatnya memberikan dukungan ataupun semangat), psikoterapi reduktif (kembali

---

<sup>6</sup> Jeffrey S. Nevid dkk, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga, 2003), 155.

mendidik), serta psikoterapi rekonstruktif (kembali memperbaiki) memalui cara dilaksanakan secara kelompok ataupun individual.

b) Macam-macam Psikoterapi

- (1) Psikoterapi supportif, melalui penguatan sikap menyesuaikan diri yang telah baik, mendukung secara psikologis untuk mempertahankan dalam mengatasi masalah.
- (2) Psikoterapi re-edukatif, melalui perubahan pola pikir atau perasaan klien supaya bisa berguna dengan lebih efektif, membimbing kembali supaya bisa menyesuaikan dirinya dengan lebih baik, dan klien tidak menggali kesalahannya.
- (3) Psikoterapi re-konstruktif, melalui perubahan semua kepribadian klien, penggalian ketidaksadaran klien, pendekatan yang dilakukan yaitu psikoanalisis, tetapi waktu yang diperlukan sangatlah lama.

**d. Bentuk Terapi Dalam Islam**

Pada bidang psikologis terapi ialah jenis metode penyembuhan yang seringkali dikatakan psikoterapi. Dengan demikian terapi pada islam dikelompokkan ke dalam beberapa bentuk yaitu:

1) Sholat

Ibadah sholat berpengaruh yang besar dalam terapi perasaan gelisah dan gundah pada diri individu. Dengan mendirikan sholat yang khusyu', berniat menghadap dan menyerahkan diri pada Allah, serta mengenyampingkan urusan duni, akan membuat individu merasakan ketenangan, ketentraman dan kedamaian. Rasulullah selalui mendirikan sholat pada saat mengalami permasalahan yang menjadikan-Nya merasakan ketegangan. Hudzaifah pun berkata,"Jika Nabi Muhammad merasakan kegundahan karena suatu perkara, maka beliau mengerjakan sholat".

Ibnu Qayyim al-Jauziyyah mengatakan manfaat-manfaat sholat yaitu, mampu mentramkan dan membahagiakan hati. Bahkan dapat membuat hati merasakan kelapangan dan kedamaian. Pendirian sholat yang berinteraksi hati dan ruh kepada Allah.

Ketika seseorang mengerjakan sholat, hati dan ruh menjadi dekat dengan Allah. Seseorang merasa kenikmatan dzikir dan merasakan kenyamanan dalam bermunajat pada Allah. Seseorang akan memakai seluruh anggota badan dan kekuatannya yang dimiliki untuk melaksanakan ibadah. Seseorang tidak akan larut dengan kesibukannya terhadap manusia lain dan akan fokus pada kekuatan hati untuk menciptakan hubungan dengan Tuhan. Mereka dapat bebas dari bayangan musuh pada saat sholat. Kesemuanya itu dapat dijadikan penawar, solusi, dan konsumsi yang baik untuk hati. Keadaan seperti itulah tentu saja dirasakan hati yang sehat. Sedangkan orang yang memiliki penyakit hati, tidak akan pernah sesuai dengan suatu hal yang positif.

Seseorang yang menjalani terapi sholat akan memperoleh ketentraman batin, sebab pada saat sholat akan berserah diri pada Allah, sholat juga bisa dijadikan sarana latihan disiplin sebab dengan sholat tepat waktunya akan terbiasa disiplin juga dengan mendirikan sholat tepat waktunya akan melatih hidup keseharian untuk selalu disiplin. Sholat mampu melawan hal mungkar sebab ketika sholat akan selalu ingat kepada Allah sehingga setelah melakukan ibadah sholat membuat hati dan sikap individu menjadi lebih baik lagi.

## 2) Al-qur'an

Keutamaan ayat-ayat Al-qur'an sangatlah besar dalam penjernihan hati dan pembersihan jiwa. Peasaan tenang akan dirasakan individu pada saat membaca ayat-ayat suci Al-qur'an dengan ketulusan, keikhlasan dan secara sepenuhnya pada Allah. Dengan kondisi seperti itulah seseorang senantiasa dijaga oleh para malaikat dan mendapat rahmat Allah.

Di samping itu Allah juga sudah menerangkan dalam Al-qur'an bahwa Allah tidak menurunkan Al-qur'an melainkan sebagai obat yang menyembuhkan orang muslim sebagaimana surat Al-Isra' ayat 82:

وَنَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا

يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya : “Dan kami turunkan dari Al-qur’an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-qur’an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian”.

Dalam pembacaan Al-qur’an terdapat beberapa manfaat yakni bisa membelajarkan ketentraman serta ketenangan hidup. Seorang individu bisa dilatih menyikapi masalah secara tenang sebab melalui pembiasaan membaca Al-qur’an nantinya membuat hati terlatih dalam penciptaan suasana ketenangan serta kedamaian hidup.

### 3) Melalui Ibadah Haji

Serangkaian proses haji sebagai obat rasa congkak, sombong, serta merasa lebih dibanding orang lain. Busana mereka sama, tidak membeda-bedakan diantara yang miskin dan kaya, serta antara bawahan dan atasannya. Pada pikirannya tertanam posisi sejajar, yang mana tiap individu ada di Baitul Haram dengan tunduk, khushyuk, mengakui keterbatasan dan kelemahannya, hanya menghamba kepada Allah guna mengharapkan ridho dan ampunan-Nya. Pada tempat yang terpenuhi spirit ruhani, hubungan individu bersama Tuhannya nantinya tambah dekat serta kuat. Individu seakan merasakan ketenangan jiwanya, kejernihan hatinya, serta kondisi spiritualnya terpenuhi rasa bahagia dan cinta. Pada serangkaian proses haji, individu nantinya membersihkan diri dari rasa dengki, hasud, serta benci terhadap orang lain.

Utsman Najati memaparkan serangkaian proses haji membelajarkan terhadap individu melatih dirinya guna melawan hawa nafsunya, bagaimana menanggung bebannya, serta melakukan pengendalian diri dari syahwat. Sebab individu yang beribadah haji tidak diperbolehkan berhubungan intim bersama pasangan,

ataupun melaksanakan suatu hal yang menyebabkan murka Allah. Ibadah haji sebagai terapi guna mengatasi rasa berdosa. Seseorang yang beribadah haji mengetahui bahwa Rasulullah menjanjikan pahala yakni ampunan dosa untuk orang yang hajinya diterima/mabrur.

Pada terapi melalui beribadah haji, individu nantinya merasa koneksinya dengan Allah kuat, merasakan kesetaraan sehingga tidak terdapat miskin dan kaya, bawahan dan atasan. Oleh karenanya, mereka nantinya merasakan menghamba pada Allah ketika beribadah haji sehingga membuat hatinya bersih dari dosa serta sesudah selesainya haji, mereka tidak membawa perasaan buruknya dan merubah kehidupannya menjadi lebih baik.

#### 4) Melalui Puasa

Puasa dapat memelihara individu dari syahwat. Seseorang yang melaksanakan puasa nantinya dapat menahan nafsu, sehingga ia membuat keputusan untuk tidak minum dan makan, tidak berhubungan seks, serta melaksanakan perbuatan yang bisa mengundang murka Allah. Puasa melatih pengendalian emosi dan motivasi, serta memperkokoh kehendak dalam mengalahkan syahwat dan nafsunya.

Utsaman Najati memaparkan puasa memuat unsur latihan bersabar. Hal ini membuat individu dapat menanggung bebannya. Saat individu berpuasa merasakan terhalang untuk memakan makanannya. Oleh karenanya, nantinya mengasihani saudara yang ekonominya kurang. Ia nantinya menolong serta berbuat baik terhadap seseorang yang membutuhkannya. Hal ini nantinya membuat hubungan sosialnya lebih baik. Ia mempunyai lebih kepekaan terhadap perkembangan dimasyarakat serta menumbuhkan tanggung jawab sosialnya. Ia bersenantiasa berupaya membantu serta menganggap dirinya merupakan anggota masyarakat yang mempunyai kebermanfaatn untuk komunitas tersebut. Puasa sangatlah bermanfaat dalam mengobati rasa berdosa serta menghilangkan kegunduhan. Rasulullah

menyatakan balasan ibadah puasa yakni ampunan dosa masuk surga.

Berpuasa melatih kebijaksanaan dalam mengontrol hawa nafsunya. Ketika berpuasa seluruh keinginannya tertunda sebab melaksanakan ibadah puasa, misal minum, makan maupun ingin marah. Oleh karenanya, berpuasa bisa melatih kesabaran selama menghadapi berbagai masalah.

5) Melalui Taubat

Utsman Najati memaparkan taubat sebagai terapi dalam menghilangkan kegelisahan yang timbul karena merasa berdosa. Umumnya kegelisahan sebagai akar penyebab penyakit kejiwaan. Terapi ini mempunyai tujuan utama yakni menghilangkan kegelisahan pada seseorang, oleh karenanya dapat terbebas dari penyakit kejiwaan.

Pada terapi ini, individu diwajibkan mengakui kesalahannya pada Allah, serta memohon ampunannya supaya dapat merasakan kehidupannya yang baru dan berjanji ke diri sendiri untuk tidak melaksanakan suatu hal yang dilarang-Nya.

6) Melalui Do'a

Utsman Najati memaparkan do'a sebagai obat rasa kecemasan, kegelisahan, serta kesusahan. Sebab seseorang yang berdo'a mengharapkan permintaannya dikabulkan Allah. Harapan atas terkabulkannya do'a oleh Allah bisa meringankan kesulitannya orang mukmin yang timbul dari kebingungan, dapat memperkuat dalam mengemban bebannya, bersabar, dan bisa meneguhkan jiwanya. Berdo'a memiliki kebermanfaatannya dan kebaikan untuk orang mukmin pada segala sesuatu. Pengharapannya orang mukmin dalam do'anya pada Allah nantinya membuat ketenangan jiwa serta meringankan kesulitannya.

Pada do'a tiap individu menyerahkan seluruh pengabulannya terhadap Allah serta bersabar menunggu jawaban-Nya. Seseorang yang melakukan do'a nantinya meringankan bebannya dan mengurangi keluh kesahnya di kehidupannya. Melalui berdo'a seseorang bisa menyampaikan isi hatinya serta meminta sesuatu yang dikehendaki. Melalui

curhatannya pada Allah, seseorang nantinya merasa separuh/seluruh bebannya berkurang sehingga lebih ringan.<sup>7</sup>

Jadi kesimpulannya yakni melalui beragam bentuk terapi bisa dilaksanakan dalam penyembuhan atas masalah kecemasan, stress, kekhawatiran, dan sebagainya, tiap manfaat yang ditimbulkannya serta dirasakannya dalam proses terapi bisa memberi alternatif pilihan untuk seseorang yang ingin melaksanakan penyembuhan atas konflik dalam diri.

**2. Gangguan Jiwa**

**a. Definisi Gangguan Jiwa**

Gangguan jiwa sebagai sekumpulan keadaan keabnormalan baik berkaitan dengan fisik pelajari tingkah lakunya secara realistis serta tanggung jawab ataupun mentalnya. Keabnormalannya bukan dikarenakan oleh rusaknya/sakitnya anggota badannya, walaupun terhadang gejala yang tampak pada fisiknya. Keabnormalan ini terbagi 2 yakni: gangguan jiwa (*neurose*) serta gangguan jiwa (*psychose*). Adapun perbedaan diantara keduanya dapat dilihat dalam table dibawah ini.<sup>8</sup>

**Tabel 2.1**  
**Perbedaan Neurose dan Psychose**

No	NEUROSE	PSYCHOSE
1.	Masih mengetahui dan merasakan kesukarannya	Tidak mengetahui serta merasakan kesukaran
2.	Kepribadian tidak terlepas dari realitasnya, serta hidup di alam yang nyata	Kepribadiannya di semua segi (respon, emosi/perasaan serta berbagai dorongan) sangatlah terganggu, tidak adanya integritas dan hidupnya jauh dari alam yang nyata.

<sup>7</sup> Tiara Nurfalalah Dkk, *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam*, (Palembang: Noerfikri, 2006), 116-124.

<sup>8</sup> Noer Rohmah, M.Pd.I, *Pengantar Psikologi Agama*, (Yogyakarta: Kalimedia, 2017), 212.

Keabnormalannya tampak di berbagai gejala, yang paling penting ialah: ketegangan bathin(*tension*), murung dan putus asa, cemas/gelisah, berbagai perbuatan secara terpaksa (*compulsive*), lemah, hysteria, tidak dapat mencapai tujuannya, takut, serta pikiran buruk. Seluruhnya itu nantinya mengganggu ketenangan hidupnya, misal tidak dapat tidur dengan nyenyak, serta tidak nafsu makan.

Paparan secara singkat terkait gangguan jiwa, antara lain:

1) Neurasthenia

Penyakit ini ialah penyakit payah. Tiap individu yang terjangkit akan merasakan antara lain; seluruh badannya letih, tidak mempunyai semangat, cepat payah meski sedikit tenaganya yang dikeluarkan. Perasaan tidak enak sebentar-bentar ingin marah, mengerutu dan sebagainya. Tidak mempunyai kesanggupan dalam berpikir terkait suatu permasalahan, kesulitan mengingat serta memusatkan perhatiannya. Acuh tak acuh, apatis pada permasalahan luar sebab merasa akan roboh setiap saat. Sangat sensitive pada suara ataupun cahaya tiap detiknya, mengakibatkan tidak dapat tidur, kepalanya terkadang pusing, serta gelisah. Sering beranggapan terjangkit beragam penyakit, oleh karenanya sering memeriksakan diri kedokter. Takut mati, selalu berpikiran terkait penyakit serta kematian.

Berbagai pendapat ahli terkait penyebab penyakit tersebut, tapi secara umumnya ialah penyakit ini dikarenakan terlalu lamanya menekan perasaannya, cemas, pertentangan bahtin, terhalang kebutuhan serta keinginannya. Selain itu, terlalu banyaknya mengalami kegagalan dalam hidupnya, sering berhadapan dengan pesaing di suatu pekerjaan, yang seluruhnya tersebut mengakibatkan kegelisahan.

2) Hysteria

Hysteria dikarenakan ketidakmampuannya seseorang menghadapinya dengan wajar berbagai kesukaran tekanan perasaannya, kegelisahan, pertentangan batinnya, kecemasan, sehingga melepas tanggung jawabnya serta lari secara tidak sadar kepada gejala-gejala hysteria yang tidaklah wajar. Lantaran

gejala-gejalanya terdapat keterkaitan fisik serta mentalnya.

Termasuk yang berkaitan dengan fisiknya antara lain; (1) Lumpuh hysteria, yaitu lumpuh pada salah satu bagian fisiknya, karena pertentangan/tekanan batin yang tidak bisa dibatasi. (2) Cramp Hysteria, yang disebabkan oleh tekanan perasaannya, terkadang dialami seseorang penulis karena tulisannya tidak banyak memperoleh sambutan orang, atau terjadi pada pemain biola, tukang jam, jurutik, dan sebagainya. (3) Kejang Hysteria, yakni seluruh badannya kaku, tidak sadar diri, terkadang keras, serta adanya keluhan dan teriakan, namun air matanya tidak keluar. Pada umumnya terjadinya kejang ini di siang hari selama beberapa menit hingga beberapa hari. Serangannya biasanya terjadi dikarenakan emosinya sangatlah menekan. (4) Mutism yakni hilangnya kemampuan berbicara. Mutism memuat 2 macam, yakni ketidaksanggupan berbicara keras dan tidak bisa berbicara sama sekali. Biasanya gejalanya diakibatkan adanya tekanan perasaannya, cemas, merasa hina, putus asa, gagal dan sebagainya.

Adapun gejala terkait mental adalah; (1) hilang ingatan (*amnesia*), (2) kepribadian kembar (*double personality*), (3) mengelana tanpa sadar (*fuque*), (4) jalan-jalan dalam keadaan tidur (*somnabulism*).

### 3) Psychasthenia

Gangguan jiwa yang sifatnya berupa paksaan, yakni turunnya kemampuan jiwa guna tetap pada kondisi integrasi secara normal.

Berbagai gejala penyakit ini diantaranya; (1) *Phobia* yakni ketakutan secara tidak rasional, ataupun yang ditakuti tidak setara dengan ketakutan yang dialaminya. Seperti; takut ada ditempat yang sepi, tertutup, ditengah keramaian, melihat binatang kecil. (2) *Obsesi*, yakni sakitnya dikuasai oleh pikirannya yang tidak dapat dihindari, misal orang yang selalu merasa hidupnya sengsara sehingga ia kecewa dan selalu menyalahkan nasibnya. (3) *Kompulsi*, yakni gangguan kejiwaan yang mengakibatkan seseorang terpaksa melaksanakan suatu hal baik masuk di akal

ataupun tidak, bila tindakannya tidak dilaksanakannya maka akan mengalami kecemasan.

4) Gagap berbicara

Bila keadaan fisiknya seseorang tersebut sehat, namun gagap berbicara maka gejalanya muncul karena pertentangan batin, ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri, tekanan perasaan, gejala tersebut sebagai suatu dampak dari gangguan jiwa. Gagap berbicara berupa berulang-ulang, tertahan nafas, ataupun terputus-putus. Bila tekanan gagapnya terlalu tinggi, maka tampak seseorang menekan kedua bibir disertai gerakan kaki dan tangannya. Gagap ini umumnya sejak usia 2 dan 6 tahun serta gejalanya mayoritasnya dialami oleh anak kembar ataupun anak laki-laki.

5) Ngompol (buang air secara tidak sadar)

Ngompol ialah suatu gejala gangguan kejiwaan, terjadi di siang hari ataupun malam. Umumnya sebagai dampak dari tekanan perasaan, ataupun menginginkan sebuah perhatian. Anak yang dimanja-manjakan serta menjadi pusat perhatian ibu-bapaknya, namun jadi kurang diperhatikan sebab adiknya telah dilahirkan. Ketidakpuasannya nantinya berdampak pada kegelisahan serta tertekan, sehingga terjadi buang air kecil saat tidur tanpa disadari.

6) Kepribadian psychopathi

Psychopath sebagai ketidaksanggupannya dalam penyesuaian diri secara kronis dan mendalam. Umumnya psychopath menimpakan kesalahannya terhadap orang lain. ketidakpuasan, tekanan perasaan, dan konflik jiwa tidak bisa diatasi ataupun ditahan, namun disampaikan melalui kelakuannya yang mengakibatkan seseorang menderita olehnya. Sifatnya yakni tidak peduli terhadap orang lain, egois, serta agresif. Psychopath mempunyai ciri-ciri kepribadian diantaranya; tidak dapat diberikan tanggung jawab, tidak jujur, kurangnya rasa malu, anti sosial, sangat egois, kurang memiliki pertimbangan serta tidak adanya kasih sayang. Umumnya gejalanya muncul saat masa puber (13-21 tahun) serta berlangsung seumur hidup.

## 7) Keabnormalan Seksual

Gejala-gejala yang sering ia alami antara lain; (1) *Onani/Masturbai*, seseorang yang terserang gejala tersebut mencari kepuasan seksualnya di anggota tubuhnya dengan tidak wajar, hal ini mungkin dialami oleh orang yang pertumbuhannya belum menuju ke fase kecintaan orang dewasa dengan wajar. (2) *Homo seksual*, yakni keinginannya guna berhubungan bersama sejenisnya, bisa terjadi keduanya saling cinta dan mungkin juga hanya sepihak saja. Bahkan terkadang sampai melakukan hubungan seksual sesama jenis. Keadaan ini dialami oleh seseorang yang hidupnya terpisah jauh dari lawan jenisnya, karena penugasan, peraturan, ataupun adat yang tidak memberikan kesempatan guna berkenalan dengan jenis lainnya. (3) *Sadism*, orang yang tidak bisa merasakan kepuasan seksual, kecuali bila ia bisa menyebabkan rasa sakit (fisik/perasaan) pada seseorang yang dicintai. Misalnya melukai, memukul ataupun membunuh seseorang yang ia cintai untuk kepuasan seksualnya.<sup>9</sup>

b. **Klasifikasi Gangguan jiwa**

Pada pengklasifikasian gangguan jiwa berdasarkan para ahli sangat beragam, berikut klasifikasinya:

## 1) Skizofrenia

Hal ini sebagai masalah kesehatan yang mendunia. Skizofrenia ialah gangguan jiwa dimana penderita ini tidak dapat menilai realitasnya dan dirinya sendirinya. Skizofrenia yakni gangguan jiwa gawat dan berat yang bisa terjadi sejak muda serta berkelanjutan menjadi kronis serta lebih gawat ketika lanjut usia. Skizofrenia ini bisa disembuhkan melalui dukungan keluarganya guna penyembuhan penyakitnya. Gejala skizofrenia dibagi atas gejala positif dan negatif:

Gejala positifnya diantaranya:

- a) Delusi, yakni keyakinannya tidaklah rasional, namun diyakini kebenaran tersebut;
- b) Pikirannya kacau;
- c) Halusinasi, sebagai pengalaman panca indranya tanpa adanya stimulus/rangsangan. Misal

---

<sup>9</sup> Noer Rohmah, M.Pd.I, *Pengantar Psikologi Agama*, (Yogyakarta: Kalimedia, 2017), 213-218.

- mendengar bisikan/suara, padahal tidak terdapat sumbernya;
- d) Gelisah, gaduh, gembiranya berlebihan, serta semangat berbicara;
  - e) Merasa sebagai “Orang Besar”, serta “serba mampu”;
  - f) Pikirannya dipenuhi rasa curiga serta seolah terdapat ancaman pada dirinya;
  - g) Mempunyai rasa permusuhan.

Gejala negatifnya diantaranya:

- a) Perasaannya “tumpul” dan “mendatar”, serta wajahnya tidak tampak berekspresi;
  - b) Mengasingkan dirinya, suka melamun, anti sosial;
  - c) Kontak emosionalnya “miskin”, pendiam, sukar diajak berbicara;
  - d) Apatis dan pasif, menarik dirinya dari lingkup sosial;
  - e) Sulit berpikir secara abstrak;
  - f) Tidak adanya usaha dan upaya, monoton, tidak terdapat dorongan inisiatif/kehendak, tidak adanya spontanitas, serta tidak menginginkan apapun;
  - g) Pola berpikirnya stereotip.
- 2) Depresi

Depresi ialah merasa sengsara, sedih, marah, serta rendah diri. Umumnya tiap individu mengalami hal ini di kehidupannya.

Depresi sebagai gangguan patologis pada mood yang memiliki karakteristik yakni berbagai perasaan, kepercayaan, serta sikap bahwa orang hidupnya menyendiri, ketidakberdayaan, pesimis, rendahnya harga diri, putus asa, bersalah, harapannya negative, serta takut bahaya yang hendak menghampirinya. Depresi menyerupai kesedihan ialah perasaan secara normal yang timbul karena suatu situasi misal kematian seseorang yang dicintai. Seseorang penderita suasana perasaan/mood saat depresi umumnya akan kehilangan kegembiraan serta minatnya, dan berkurangnya aktivitas ataupun energi yang menuju kondisi mudah lelah. Depresi mempunyai tanda-tanda yakni:

- a) Secara fisik. Perasaan lemah dan lelah, serta tidak mempunyai tenaga, nyeri dan sakit di sekujur tubuhnya yang tidak jelas penyebabnya.
  - b) Perasaan. Sengsara dan sedih, hilangnya rasa ketertarikan terhadap hidupnya, pekerjaan, interaksi sosial, serta merasa bersalah.
  - c) Pikiran. Tidak adanya harapan di masa depan, sukar mengambil sebuah keputusan, sulit konsentrasi, tidak percaya diri, merasa lebih baik bila ia mati, serta berencana dan ingin bunuh diri.
- 3) Gangguan Kecemasan

Anxiety/kecemasan sebagai kekhawatiran yang berlebihan atas suatu hal buruk yang mungkin terjadi. Berbagai hal sebagai sumber kekhawatiran diantaranya cemas atas kesehatannya, relasi sosial, karir, ujian, lingkungan, serta relasi internasional. Kecemasannya bisa mengalami perubahan menjadi abnormal, bila tingkatan ini tidak sesuai proporsinya ataupun apabila datang dengan tidak disertai penyebabnya. Yakni bila sebagai respon atas lingkungannya.

Berbagai Tipe Gangguan Kecemasan:

- a) Gangguan panik, ialah serangan kepanikan secara tidak terduga serta berulang. Berbagai serangan ini melibatkan reaksi kecemasannya secara intens serta simtoms fisik misal jantungnya berdebar, nafasnya tersenggal/sulit bernafas, nafasnya cepat, lemas, keringatnya banyak serta pusing.
- b) Anxiety disorder (gangguan kecemasan menyeluruh), DSM-IV memaparkan anxiety disorder sebagai kondisi takut/cemas berlebihan serta menetap sekurangkurangnya 6 bulan terkait sejumlah peristiwa/aktivitas disertai beragam gejala somatik yang mengakibatkan gangguan bermakna dalam fungsi sosial, dan pekerjaannya.
- c) Gangguan fobia/takut. Hal ini sebagai ketakutannya pada situasi/objek serta rasa takutnya tidak sesuai dengan ancamannya.
- d) Gangguan obsesif kompulsif, ialah gangguan kecemasan yang mana pikirannya terpenuhi oleh pemikirannya yang menetap serta tidak bisa dikontrol dan individunya dipaksa terus menerus

mengulangi tindakannya, berdampak pada distress secara signifikan serta mengganggu di kehidupannya.

- e) Gangguan stres pasca trauma sebagai gangguan kecemasan dikarenakan oleh peristiwa traumatik, yang nantinya penderitaannya datang kembali mengalami kejadiannya itu secara berulang, umumnya menjadi mimpi buruk. Rasa ngeri/takut bisa menghantui penderitanya. Oleh karenanya penderitanya nantinya berupaya menghindari berbagai benda yang bisa mengingatkan kembali atas traumanya.<sup>10</sup>

Al-Qur'an menguraikannya pada surat At-Taubah (9): 125 diantaranya:

وَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَتْهُمْ رِجْسًا إِلَى رِجْسِهِمْ وَمَاتُوا وَهُمْ كَافِرُونَ ﴿١٢٥﴾

Artinya : Dan adapun orang-orang yang di dalam hati mereka ada penyakit, maka bertambah kekafiran mereka, disamping kekafirannya (yang telah ada) dan mereka mati dalam keadaan kafir.”<sup>11</sup>

Oleh karenanya bisa dipahami yakni timbulnya berbagai gejala gangguan jiwa sebagai hasil interaksi secara kompleks diantara unsur psikologik, somatik, serta sosial budaya.

### 3. Terapi Gangguan Jiwa

Pada umumnya terapi gangguan jiwa terbagi 2, diantaranya: terapi medis serta terapi non-medis.

#### a. Terapi Medis

Tidak adanya penyembuhan terhadap skizofrenia. Penanganannya diantaranya menghubungkan pendekatan psikologis, farmakologis, serta rehabilitative. Umumnya

<sup>10</sup> V. Mark Durand dan David H. Barlow. *Psikologi Kepribalan* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), 219.

<sup>11</sup> Al-Qur'an Surat At-Taubah (9), Ayat: 125.

penderita skizofrenia yang mendapat perawatan di lingkup kesehatan mental secara terorganisir menerima berbagai obat antipsikotik, yakni guna mengendalikan pola-polanya yang lebih ganjil, misal halusinasi, waham, serta mengurangi risiko berulang.<sup>12</sup> Beberapa penanganan gangguan jiwa secara medis yakni:

- 1) Terapi Biomedis: melalui pemberian obat antipsikotik guna mengendalikan berbagai simtom psikotiknya.
- 2) Penanganan psikososial: pendekatannya didasarkan pada prinsip belajar, misal sistem *token* ekonomi serta pelatihan keterampilan sosial, bisa membantu penderita skizofrenia melakukan pengembangan terhadap perilakunya yang lebih adaptif.
- 3) Rehabilitasi psikososial: berbagai kelompok *self-help* serta program tempat tinggalnya terstruktur bisa membantu klien skizofrenia menyesuaikan dirinya di lingkup komunitasnya.
- 4) Program intervensi keluarga: hal ini dipakai guna meningkatkan komunikasi di keluarganya serta mengurangi tingkat stress dan konflik keluarga.<sup>13</sup>

**b. Terapi non Medis**

- 1) Terapi relaksasi, sebagaimana diuraikan oleh Toyibah di skripsinya dengan judul “Terapi Relaksasi Islam dan Relevansinya Terhadap Penyembuhan Skizofrenia”, yakni terapi relaksasi Islam dengan shalat, zikir, serta do'a bisa membantu mengurangi penyebab munculnya gangguan jiwa misal kekosongan, kecemasan, kesepian, ketakutan tanpa adanya penyebabnya secara jelas serta merasa hidup sendiri. Dimana seluruhnya tersebut ialah faktor penyebab munculnya gangguan kejiwaan/psikis.<sup>14</sup>
- 2) Terapi Ruqyah Syar'iyah, seperti yang dijelaskan oleh Tety Puji Astuti dalam skripsinya bahwa, terapi ruqyah Syar'iyah sangatlah efektif guna mengobati klien

---

<sup>12</sup> Jeffrey S. Nevid dkk, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga, 2003), 131.

<sup>13</sup> Jeffrey S. Nevid dkk, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga, 2003), 136.

<sup>14</sup> Toyibah, *Terapi Relaksasi Islam dan Relevansinya Terhadap Penyembuhan Skizofrenia*, (Semarang: Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo, 2005), 68.

gangguan kejiwaan. Dikarenakan melalui pendekatan syar'iyah dengan tujuan agar klien kembali kepada ajaran Islam yang benar, yaitu dengan berpedoman pada al-Qur'an serta Hadis. Tety memaparkan suatu lembaga yang memakai ruqyah guna dijadikan terapi gangguan kejiwaan yakni lembaga "Qalbun Salim".<sup>15</sup>

- 3) Psikoterapi Islam melalui tazkiyah an-nafs (penyucian jiwa) pada Skripsi Emi Sulastri yang judulnya "Konsep Psikoterapi Islam Dalam Penyembuhan Penderita Skizofrenia Aksis IV (Telaah Teoriti)", yakni dengan pemberian bimbingan terkait pemahaman tauhid serta melaksanakan pertaubatan, dan mendekati diri pada Allah SWT dengan berzikir, salat, serta berdo'a.<sup>16</sup> Lebih jauh, Emi menekankan bahwa Psikoterapi Islam tidak akan efektif apabila tidak didukung oleh tiga hal yaitu pengobatan secara medis, pengobatan dan proporsional, dan keinginan kuat dari penderita untuk sembuh.<sup>17</sup> Dan yang tidak kalah penting adalah pengetahuan dan penerimaan lingkungan tempat tinggal penderita skizofrenia.

#### 4. Cacat Mental

Kelainan mental atau tingkah laku baik dari akibat penyakit maupun cacat bawaan yaitu yang disebut dengan cacat mental, cacat mental terbagi menjadi 2, diantaranya sebagai berikut:

##### a. Cacat Mental Retardasi

##### 1) Definisi Cacat Mental Retardasi

Retardasi Mental adalah keadaan dengan intelegensi yang kurang (subnormal) sejak masa perkembangan (sejak lahir atau sejak masa anak). Biasanya secara keseluruhan terdapat perkembangan

---

<sup>15</sup> Tety Puji Astuty, *Ruqyah dan Kesehatan Jiwa (Studi Kasus Terapi Gangguan Jin Pada Jama'ah Lembaga Qalbun Salim Semarang)*, (Semarang: Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo, 2007), 5-6.

<sup>16</sup> Emi Sulastri, *Konsep Psikoterapi Islam Dalam Penyembuhan Penderita Gangguan Skizofrenia Aksis IV (Telaah Teoritik)*, (Semarang: Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo), 53.

<sup>17</sup> Emi Sulastri, *Konsep Psikoterapi Islam Dalam Penyembuhan Penderita Gangguan Skizofrenia Aksis IV (Telaah Teoritik)*, (Semarang: Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo), 54.

mental yang kurang, intelegensi terbelakang ialah gejala utamanya. Oligofrenia (Oligo=kurang atau sedikit dan Fren=jiwa) atau tuna mental, istilah tersebut juga disebut dengan retardasi mental.<sup>18</sup>

Retardasi mental secara klinis ataupun sosial adalah keadaan yang penting. Hal ini ditandai oleh terbatasnya kemampuan yang didampakkan oleh gangguan yang bermakna dalam intelegensia terukur dan perilaku penyesuaian diri (adaptif). Tercakupnya status sosial dalam Retardasi mental, dapat menyebabkan kecacatan dari pada cacat tertentu itu sendiri. Sulitnya menggambarkan batas-batas antara retardasi mental dan normalitas, identifikasi pediatric, evaluasi, dan sulitnya merawat anak secara kognitif serta diperlukannya tingkat kecanggihan sensitivitas interpersonal yang besar maupun kecanggihan teknis dalam keluarganya.<sup>19</sup>

## 2) **Klasifikasi Cacat Mental Retardasi**

Menurut Muhith, berdasarkan tingkat Intelligence Quotient (IQ) karakteristik retardasi mental dibedakan menjadi:

- a) Retardasi mental ringan (IQ = 50 – 70, sekitar 85% dari orang yang terkena retardasi mental)
- b) Retardasi mental sedang (IQ = 35-55, sekitar 10% orang yang terkena retardasi mental)
- c) Retardasi mental berat (IQ = 20-40, sebanyak 4% dari orang yang terkena retardasi mental)
- d) Retardasi mental berat sekali (IQ = 20-25, sekitar 1 sampai 2 % dari orang yang terkena retardasi mental).<sup>20</sup>

### b. **Cacat Mental Eks Psikotik**

#### 1) **Definisi Cacat Mental Eks Psikotik**

Cacat mental eks psikotik ialah kecacatan seseorang yang pernah mengalami gangguan jiwa yang masih memerlukan bantuan supaya terpulihkannya

---

<sup>18</sup> Muhith, *Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi)*, (Yogyakarta: Andi,2015).

<sup>19</sup> Behman, *Ilmu Keperawatan Anak Nelso, Vol.1.* (Jakarta: EGC.2008).

<sup>20</sup> Muhith, *Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi)*, (Yogyakarta: Andi,2015).

kemampuan sosialnya, karna mereka masih sulit untuk menolong dirinya sendiri.

Penyandang eks psikotik (PEP) adalah seseorang yang mengalami kelainan kondisi jiwa yang disebabkan oleh faktor organik, biologis maupun fungsional yang mengakibatkan perubahan dalam alam pikiran atau perasaan dan alam perbuatan seseorang. (UU No.4 tahun 1997 tentang Penyandang Cacat).<sup>21</sup>

## B. Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai terapi gangguan jiwa yang ada di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak adalah penelitian yang jarang dilakukan. Untuk menunjukkan keaslian penelitian ini, penulis mencantumkan beberapa karya yang bisa dijadikan kajian pustaka. Berikut adalah penelitian yang berjudul;

1. Pelaksanaan Psikoterapi Islam Bagi Klien Skizofrenia di Panti Rehabilitasi Cacat Mental dan Sakit Jiwa Nurussalam Demak. Skripsi yang ditulis Selamat Riyadi (2017), ada perbedaan dalam penelitian terdahulu dan penelitian baru ini, adapun yang dibahas dalam penelitian terdahulu adalah psikoterapi yang hanya ditunjukkan pada klien skizofrenia yang ada di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak. Sedangkan riset baru ini, membahas tentang terapi untuk semua penderita gangguan jiwa bukan hanya gangguan skizofrenia.
2. Implementasi Metode Zikir di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak Study Kasus Upaya Penyembuhan Gangguan Jiwa. Skripsi yang ditulis Abu Zaid Al-Barqi 2015, ada perbedaan dalam penelitian terdahulu dan penelitian baru ini, adapun yang dibahas dalam penelitian terdahulu adalah metode zikir yang digunakan untuk menyembuhkan gangguan kejiwaan di Panti Rehabilitasi Nurussalam Sayung Demak. Adapun Penelitian terbaru membahas tentang semua metode terapinya yang dipakai untuk menyembuhkan gangguan jiwa di Panti Rehabilitasi Cacat Mental dan Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak.

---

<sup>21</sup> Pusdatin Kementerian Sosial Republik Indonesia, “Glosarium penyelenggaraan kesejahteraan sosial, [www.kemsos.go.id](http://www.kemsos.go.id) diunduh tanggal 5 Maret 2022.

**C. Kerangka Berfikir**

Terapi gangguan jiwa adalah cara menyembuhkan seseorang gangguan jiwa, ada berbagai macam faktor yang mengakibatkan orang terkena gangguan jiwa. Dalam menyembuhkan gangguan jiwa bisa dilakukan dengan berbagai cara pengobatan seperti biomedis ataupun alternatif, namun pengobatan biomedis dirasa masyarakat sangat menimbulkan efek samping yang sangat condong, sehingga masyarakat beralih kepengobatan alternatif contohnya terapi yang mendekatkan diri kepada Allah SWT, selain tidak menimbulkan efek samping yang condong juga dirasa lebih aman.

Adapun metode terapi yang digunakan yaitu dengan cara zikir, sholat, mandi malam dan lain sebagainya. Berdasarkan uraian tersebut maka kerangka berpikir penelitian ini diantaranya:



**Gambar 2.1**  
**Diagram Kerangka Berfikir Peneliti**

## D. Pertanyaan Penelitian

### 1. Daftar Wawancara

Tabel 2.2

**Daftar Wawancara Penelitian Terapi Gangguan Jiwa**

No	Pembimbing/Terapis
1.	Bagaimana sejarah berdirinya Panti Rehabilitasi Nurussalam ?
2.	Dimana alamat lengkap Panti Rehabilitasi Nurussalam?
3.	Apa Visi dan Misi dari Panti Rehabilitasi Nurussalam?
4.	Apa sajakah fasilitas yang terdapat di Panti Rehabilitasi Nurussalam?
5.	Dari mana sumber dana penghasilan Panti Rehabilitasi Nurussalam?
6.	Bagaimana asal mula klien gangguan jiwa bisa berada di panti Rehabilitasi?
7.	Ada berapakah klien gangguan jiwa yang ada dipanti Rehabilitasi Nurussalam sekarang?
8.	Bagaimana kondisi klien gangguan jiwa sebelum mengikuti terapi di panti Rehabilitasi Nurussalam?
9.	Apa faktor yang menyebabkan klien mengalami gangguan jiwa?
10.	Apakah sudah banyak klien gangguan jiwa yang sembuh?
11.	Apakah terapis atau pembimbing yang menangani klien gangguan jiwa sudah memiliki pengalaman atau pelatihan?
12.	Terapi apa saja yang digunakan atau dilakukan untuk menangani klien gangguan jiwa dan bagaimana tekniknya?