

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Chaplin, pada dasarnya manusia akan selalu mengalami perubahan yang berkesinambungan dan progresif dalam organisme dari lahir sampai mati.¹ Perubahan itu disebut sebagai perkembangan, yang meliputi unsur jasmani dan rohani. Melalui perkembangan tersebut seiring berkembangnya zaman yang semakin kompleks, kognitif manusia pun semakin maju dan menghasilkan penemuan baru salah satunya dalam bidang komunikasi dan teknologi yang sekarang ini sedang berkembang dengan pesatnya. Hal tersebut pula yang akhirnya memberikan pengaruh dalam kondisi psikologis manusia. Di era modern seperti saat ini dengan segala kemudahan yang didapatkan dari penemuan-penemuan tersebut memberikan dampak yang besar bagi kehidupan baik dampak positif maupun negatif. Selain faktor komunikasi dan teknologi terdapat banyak aspek lainnya yang dapat mempengaruhi psikis manusia seperti ekonomi, sosial, budaya, dan sebagainya.

Dampak negatif globalisasi yang diakibatkan karena perkembangan zaman yang semakin kompleks dapat menjadikan gangguan psikologis rentan terjadi pada manusia seperti stress, cemas, depresi, serta gangguan psikologis lainnya. Kecemasan sendiri merupakan suatu respon normal terhadap keadaan yang dianggap mengkhawatirkan, akan tetapi kecemasan bisa bersifat abnormal apabila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman dalam artian sifatnya datang dengan sendirinya meskipun tanpa ada ancaman terhadap perubahan situasi di sekitarnya sehingga dapat mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari.² Reaksi yang biasanya ditimbulkan jika seseorang mengalami kecemasan yaitu perasaan resah, gelisah, tegang, takut, gugup, berkeringat, dada berdegup kencang, dan lain sebagainya.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2020, sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan, lebih dari 23.000 jiwa mengalami depresi, dan sekitar 1.193 jiwa melakukan percobaan bunuh diri. Angka tersebut menunjukkan

¹ Desmita. *Psikologi Perkembangan* (Bandung :PT Remaja Rosdakarya, 2010) , 4

² Qodariyah, S. *Pengaruh Terapi Ruqyah Syar'iyah Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan*. Jurnal Scientica 2 No. 2 (2015), 24

bahwa tingkat gangguan psikologis di nilai cukup tinggi dan harus mendapatkan penanganan yang serius.³

Orang yang sering merasa cemas tanpa alasan dapat menjadikan diri merasa terperangkap dan jauh dari perasaan bebas, maka individu tersebut harus keluar dari kecemasan yang dialaminya. Apabila hal tersebut tidak segera diatasi dapat menimbulkan gangguan psikologis yang jauh lebih parah. Berbagai macam cara dapat dilakukan untuk mengatasi gangguan kecemasan, baik secara medis maupun non medis. Sebagian orang banyak yang berkonsultasi kepada psikolog, psikiater, bahkan ke klinik dan rumah sakit. Sementara itu, banyak juga yang melakukan pengobatan alternatif (non medis) kepada orang pintar, ahli agama, dan pengobatan alternatif lainnya.

Konsep sehat menurut *World Health Organization* (WHO) dinilai sangat kompleks. Sehat menurut WHO merupakan keadaan yang ideal yang artinya bahwa seorang dapat dikatakan sehat apabila didukung oleh faktor psikologis, biologi, dan sosialnya. Sedangkan lawan dari sehat ialah sakit, dalam bahasa inggris istilah sakit dapat dibedakan sebagai berikut : *disease*, *illness*, dan *sickness*. Masing-masing dari kata tersebut dapat diperoleh pengertian yaitu, *disease* memiliki makna sakit secara biologis, *illness* memiliki makna sakit secara psikologis, dan *sickness* memiliki makna sakit secara sosiologis.⁴

Berdasarkan penelitian Katon dan Sullivan, dapat diperkirakan sekitar 15-33 % dari pasien yang berkonsultasi dengan dokter. Dapat di diagnosis bahwa sebenarnya penyakit yang diderita pasien tersebut disebabkan oleh tingkat emosional pasien tersebut antara lain, khawatir, ketakutan, frustrasi, dan rasa tidak aman. Sehingga dapat dari hal tersebut dapat menjadi bermacam-macam keluhan, seperti sariawan, serangan jantung, susah tidur (*insomnia*), usus buntu, skizofrenia, gangguan pencernaan, bahkan kanker.⁵ Dari penelitian tersebut membuktikan bahwa faktor psikis memiliki timbal balik dengan fisik. Dengan kata lain psikis yang terganggu

³Hreelaita Dharma Shanti, "Kemenkes: Angka gangguan kecemasan naik 6,8 persen selama pandemi", Antara News. 8 Oktober 2021, <https://www.antaraneews.com/berita/2444893/kemenkes-angka-gangguan-kecemasan-naik-68-persen-selama-pandemi>

⁴ Saliyo. *Manfaat Perilaku Spiritual Sufi Pada Kesehatan Mental dan Well Being Seseorang*. Jurnal Studia Insania 6, No. 1 (2018), 9

⁵ Ratih Apriyani. *Faktor-Faktor Penyebab Psikomatis Pada Orang dengan Kenderungan Psikosomatis*. Jurnal Psikoborneo 6. No. 3 (2018), 426

dapat menyebabkan penyakit fisik, dan fisik yang bermasalah dapat menyebabkan gangguan psikologis.

Salah satu penyakit fisik yang timbul akibat gangguan psikis berupa gangguan kecemasan yaitu penyakit diabetes. Penyakit diabetes umumnya ditandai dengan peningkatan kadar gula darah dalam tubuh manusia yang melebihi batas normal. Diabetes tidak hanya menyebabkan kematian dini di seluruh dunia, namun juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3 % dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes ditahun 2019 yaitu 9 % pada perempuan dan 9,65 % pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring perkembangan umur penduduk menjadi 19,9 % atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka di prediksi akan terus meningkat hingga mencapai 578 juta ditahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045.⁶

Sebagai pengobatan alternatif, *sufi healing* dapat dijadikan salah satu metode untuk penurunan tingkat kecemasan pada pasien diabetes terutama bagi seorang muslim. *Sufi healing* (penyembuhan sufistik) sangat disenangi oleh masyarakat modern karena selain biaya yang tidak terlalu besar bahkan dapat ditempuh secara personal. Tak hanya masalah biaya saja yang dapat memberikan nilai tambah dalam pengobatan alternatif ini, namun dipercaya dapat meningkatkan keimanan dan ketakwaan pasien. Selain itu, *sufi healing* juga dapat di jadikan sebagai pengobatan pendamping bagi dunia medis di zaman modern yang tak jarang di temukan kasus kehampaan spiritual.⁷

Metode *sufi healing* berpegang pada ajaran tasawuf yang mengajarkan konsep untuk memandang hidup dalam konteks yang lebih luas, dengan kata lain bukan hanya mementingkan kehidupan duniawi namun juga menyeimbangkan dengan kehidupan yang lebih kekal yaitu akhirat. Dalam sudut pandang lain, tasawuf tidak hanya mengajarkan untuk menjalankan ritual keagamaan namun juga

⁶ Supriyono Pangribowo. *Infodatin (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI) : Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Diabetes Melitus*. P2PTM (Jakarta Selatan : Kementerian RI, 2020), 1

⁷ M. Amin Syukur. *Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf*. Jurnal Walisongo 20, No. 2 (2012), 392

memenghayati dan memaknai ritual keagamaan tersebut. Tasawuf sangat menekankan pada proses penyucian jiwa. Artinya, nilai tasawuf mengajarkan umat manusia agar tidak memuat emosi negatif dan dapat menyeimbangkan diri, sehingga dengan begitu tasawuf dapat meningkatkan kecerdasan emosional bagi manusia. Dari penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa tasawuf memiliki banyak sekali manfaat dalam beberapa aspek kehidupan, di antaranya dapat memperbaiki kecerdasan spiritual, meningkatkan kecerdasan emosional, memberikan pemaknaan terhadap ritual peribadatan, memajukan peradaban serta meningkatkan kesehatan jiwa manusia.⁸

Munculnya tasawuf dalam perkembangan ilmu psikologi berdampak positif pada psikoterapi islam. Perkembangan psikoterapi di dunia Barat pada abad ini telah memberikan perspektif baru dalam membantu mengatasi emosional. Demikian juga pada dunia Barat secara perlahan para ilmuwan menyadari bahwa dunia timur telah menggunakan teknik psikoterapi yang efektif untuk mengatasi penderitaan manusia.⁹

Menurut paradigma psikologi islam yang di ungkapkan Syamsul Bakri, setiap ibadah memiliki dampak bagi psikologis bagi manusia, ibadah tersebut meliputi shalat, puasa, zakat, dzikir, mengaji (membaca dan mendengarkan murrotal), dan kegiatan keagamaan lainnya. Dalam *sufi healing*, membaca dan mendengarkan Al-Qur'an serta *kalimah thayyibah* dapat dijadikan sebagai sarana terapi terhadap gangguan psikis (mental) yang sering disebut sebagai terapi ruqyah.

Dalam kalangan masyarakat awam, banyak yang menyalah artikan bahwa terapi ruqyah adalah sebatas metode penyembuhan untuk mengusir makhluk halus atau jin. Kesalahan persepsi seperti ini bisa saja disebabkan oleh proses terapi ruqyah yang dilaksanakan secara massal dan menunjukkan gejala yang menjadikan seolah-olah kerasukan. Tak jarang pula peruyqyah hanya menjelaskan tentang pengusiran jin semata sebelum ruqyah sebelum dimulai, terbilang sangat jarang bagi peruyqyah yang memberikan pengetahuan bahwa penggunaan metode ruqyah untuk penyembuhan fisik dan psikis.

⁸ Syamsul Bakri. *Sufi Healing: Integrasi Tasawuf dan Psikologi dalam Penyembuhan Psikis dan Fisik* (Depok: Rajawali Pers, 2019), 43

⁹ Saliyo. *Bimbingan Konseling Spiritual Sufi dalam Psikologi Positif* (Yogyakarta: Best Publisher, 2017), 152

Selain itu biasanya hanya di jelaskan untuk terapi ruqyah syar'iyah dan ruqyah syirkiyyah saja.¹⁰

Mengutip dari jurnal terapi ruqyah terhadap penyakit fisik, jiwa, dan gangguan jin karya M. Darajat Ariyanto, di sebutkan bahwa ada beberapa contoh ruqyah untuk pengobatan fisik yang dilakukan oleh Rasulullah Saw. yaitu ruqyah untuk menyembuhkan sengatan kalajengking. Selain itu diriwayatkan oleh Muslim dalam Shahih-nya, dari Utsman bin Abil Ash menceritakan bahwa ia pernah datang menemui Rasulullah Saw. dan menceritakan sakit yang di deritanya dalam tubuhnya semenjak ia masuk Islam yang bunyinya :

عن عثمان بن أبي العاص الثقفي, أنه شكأ إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم وجعا يجده في جساده منذ أسلم فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم : ضع يدك على الذي تألم من جسديك, وقل با سم الله ثلاثا, وقل سبع مرات أعوذ با الله وقدرته من شر ما أجد و أحاذر

Artinya :

“Dari Utsman bin Abil ‘Aash Ats-Tsaqofi bahwasannya ia mengeluhkan kepada Nabi SAW rasa sakit yang ia rasakan di tubuhnya semenjak ia masuk Islam. Maka Nabi SAW berkata kepadanya “Letakkanlah tanganmu di bagian tubuhmu yang kau rasakan sakit, lalu bacalah bismillah tiga kali dan ucapkanlah sebanyak tujuh kali “aku berlindung kepada Allah dengan kekuasaan-Nya dari keburukan yang aku rasakan dan yang aku takutkan.” (HR. Muslim No. 2202).

Terapi ruqyah dengan membaca ayat-ayat atau doa dari Al-Qur’an dan As Sunnah telah banyak dipraktikkan dalam penyembuhan penyakit fisik. Secara medis, terapi ruqyah ketika dalam praktiknya yaitu dengan membacakan Al-Qur’an, As Sunnah, serta *kalimah thayyibah* (kalimat yang mengandung arti yang baik dan sesuai Syar’i) dapat memberikan pengaruh dalam penyembuhan penyakit fisik.

¹⁰ M. Darajat Ariyanto. *Terapi Ruqyah terhadap Penyakit Fisik, Jiwa, dan Gangguan Jin*. Suhuf 19, No. 1 (2007), 48

Dalam praktik terapi ruqyah di dalamnya tentu terdapat unsur do'a. Doa yang dimaksudkan ialah suatu wujud permohonan kepada Tuhan yang memuat suatu hal yang baik di dalamnya. Menurut riset yang dilakukan dr. Dossey lulusan dari Universitas Texas dalam eksperimen penelitiannya mengenai terapi do'a bagi tubuh manusia. Ia menjelaskan bahwa do'a dapat memberikan pengaruh yang signifikan yaitu dapat mengendalikan sel-sel kanker, sel pemacu, sel-sel darah merah, bakteri, jamur, dan sebagainya.¹¹

Dari beberapa penjelasan di atas, diketahui bahwa terapi ruqyah dapat mengendalikan keadaan psikologis pasien diabetes. Dalam praktiknya Griya Sehat Sya'at 99 Semarang sangat sering menjumpai pasien yang bermasalah dengan psikisnya. Dalam pelaksanaan terapi dapat dilakukan dengan metode *sufi healing* yang salah satunya terapi ruqyah, terapi ruqyah dapat memberikan dampak yang sangat baik bagi penyakit tampak (fisik) maupun non fisik (batin). Sehingga peneliti sangat tertarik untuk meneliti "Pengaruh Terapi Ruqyah Terhadap Kecemasan pada Penderita Diabetes di Griya Sehat 99 Semarang".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, masalah yang akan diteliti adalah :

1. Apakah terdapat pengaruh terapi ruqyah terhadap kecemasan pada pasien diabetes?
2. Seberapa besar terapi ruqyah dapat memberi kontribusi terhadap penurunan kecemasan pasien diabetes?
3. Bagaimana terapi ruqyah dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh terapi ruqyah terhadap kecemasan pada pasien diabetes.
2. Untuk mengetahui seberapa besar terapi ruqyah dapat memberi kontribusi terhadap penurunan kecemasan pasien diabetes.
3. Untuk mengetahui bagaimana terapi ruqyah dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes.

¹¹ M. Darajat Ariyanto. *Terapi Ruqyah terhadap Penyakit Fisik, Jiwa, dan Gangguan Jin...*, 53

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil dari kegiatan penelitian ini dapat memperkaya khazanah keilmuan dalam pengembangan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh terapi ruqyah terhadap kecemasan pada penderita diabetes, khususnya dalam pengembangan keilmuan dalam bidang tasawuf dan psikoterapi.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan dan menambah pemahaman penderita diabetes terhadap pengaruh terapi ruqyah terhadap tingkat kecemasan. Sehingga membaca ayat-ayat suci Al-Qur'an dapat diamalkan secara rutin untuk menyeimbangkan kesehatan lahir dan batin.
- b. Selain terhadap penderita diabetes, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh terapi ruqyah terhadap kecemasan penderita diabetes.

E. Sistematika Penulisan

Penulis membagi penulisan dalam skripsi ini menjadi beberapa bagian yang diharapkan dapat tersusun dengan baik dan sesuai yang diharapkan dalam penulisan karya ilmiah. Agar memudahkan pembaca dalam memahami gambaran dari rencana ini, maka penulis memberikan sistematika beserta penjelasan secara garis besarnya.

Rencana penelitian skripsi ini akan dibagi menjadi lima bab, yang memiliki keterkaitan antara satu dengan yang lainnya. Maka, sistematika penulisan ini sebagai berikut:

1. Bagian Awal

Pada penelitian ini bagian awal berisikan halaman cover, persetujuan pembimbing, pengesahan munaqosah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, motto, persembahan dan kata pengantar serta daftar isi.

2. Bagian Isi

Bagian isi pada penelitian ini antara lain :

BAB I : PENDAHULUAN

Memuat tentang pendahuluan yang menggambarkan secara garis besar isi yang terkandung dalam skripsi, pada bab ini dijelaskan

mengenai perihal yang menjadi dasar dalam pemilihan tema penelitian.

BAB II : LANDASAN TEORI

Berisi tentang penjelasan mengenai terapi ruqyah, diabetes, dan kecemasan. Pada bab ini dianggap penting, karena menjelaskan gambaran umum mengenai apa saja yang terkait dengan penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Bab ini menjelaskan tentang metodologi penelitian, dimana hal tersebut menggambarkan bagaimana cara atau metode yang diambil dalam pembuatan karya ilmiah.

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi tentang pelaksanaan dan hasil penelitian, sehingga nantinya akan digunakan untuk menjawab pokok masalah yang dimaksudkan pada bab pertama.

BAB V : PENUTUP

Bab ini merupakan langkah terakhir dari bab-bab sebelumnya yaitu memuat kesimpulan dari keseluruhan skripsi, kemudian pemberian saran yang sesuai dengan penyusunan skripsi ini.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir penelitian ini berisi daftar pustaka dan lampiran hasil penelitian serta dokumentasi.