

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Pustaka

1. Terapi Dzikir

a. Pengertian Terapi Dzikir

Terapi berasal dari therapeutic artinya sebuah sifat yang condong mengandung makna pengobatan. Pendapat dari Chris dan Herti mengenai terapi yaitu sebuah upaya pengobatan untuk penyembuhan kondisi psikologi, dalam Bahasa Inggris terapi mempunyai arti penyembuhan dan pengobatan.¹ Sedangkan terapi dalam Bahasa Arab, kata ini sepadan dengan الشفاء yang berasal dari kata يشفى - شفاء - يشفى yang berarti penyembuhan. Seperti yang terdapat dalam firman Allah yang memuat kata “syifa”.

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا

فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

Artinya :“ Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman”. (QS. Yunus (10): 57.²

Dalam makna luas, dapat diartikan bahwa terapi berarti pengobatan untuk penyakit secara kerohanian. Terapi di sini mengandung cara khusus dalam penyembuhan penyakit mental. Dari berbagai macam terapi, terapi yang memiliki adanya perubahan dan penyembuhan problema psikis yang dialami manusia

¹ M. Amin Syukur, “Sufi Healing: Terapi Dalam Literatur Tasawuf,” *Jurnal Walisongo: IAIN Walisongo Semarang* 20, no. 2 (2012): 394.

² Siti Habsyah Siregar, “Efektivitas Teknik Homerome Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Di Smp It Al-khsan Boarding School Kecamatan Siak Hulu,” 2020.

salah satunya adalah terapi keagamaan. Terapi keagamaan yaitu terapi yang digunakan dengan menggunakan pendekatan keagamaan. Terapi jenis ini diterapkan dengan menggunakan pendekatan ayat-ayat suci al-Qur'an dan hadis serta pemikiran mengenai keislamaan yang mengandung terapi. Terapi ini biasanya dimaksudkan agar seseorang bebas dari rasa cemas, tegang, depresi dan lain-lain. Banyak orang yang menggunakan terapi dzikir yang intinya memohon kepada Allah agar diberi ketenangan hati. Ketenangan hati dapat ditemukan melalui dzikir kepada Allah.

Sedangkan Dzikir berasal dari kata *dzakara-yadhkuru-dkiran* artinya mengingat, menjaga, menyebut, menuturkan dan memperhatikan. Biasanya dzikir diperlihatkan orang hanya dalam bentuk renungan. Al-Qur'an memberikan petunjuk bahwa dzikir bukan hanya ekspresi daya ingat yang ditampilkan dengan ucapan lidah sambil duduk merenung, tetapi lebih dari itu, al-Qur'an menjelaskan bahwa dzikir berarti membangkitkan daya ingat dan kesadaran. Dzikir berarti pula ingat terhadap hukum-hukum Allah. Dzikir juga bermakna mengambil pelajaran atau peringatan. Dzikir berarti suatu gerakan pada diri maupun adanya getaran hati dalam upaya pendekatan diri kepada Allah.³

Menurut Ibnu Abbas mengenai dzikir adalah sebuah sarana bagi manusia supaya selalu ingat terhadap Allah dan lebih mendekatkan diri juga terhadap Allah Swt. Dengan berdzikir tujuannya untuk mengagungkan Allah atas setiap hal baik yang telah diberikan, dzikir juga bisa sebagai obat dari segala penyakit sehingga mampu menyehatkan tubuh karena dengan kandungan asma Allah yang meyakini bahwa setiap penyakit pasti ada obatnya.⁴

Dzikir dapat diartikan menjauhkan diri dari kelalaian dengan senantiasa menghadirkan kalbu bersama Allah. Dzikir dalam arti menyebut nama Allah yang diamalkan secara rutin, biasanya disebut wirid.

³ Islam Mafa, *Menyibak Kedasyatan Dzikir*.

⁴ Akbar Akbar and Desi Ariyana Rahayu, "Terapi Psikoreligius: Dzikir Pada Pasien Halusinasi Pendengaran," *Ners Muda* 20, no. 2 (2021): 67.

Dzikir dengan menyebut nama Allah adalah termasuk ibadah langsung kepada Allah SWT. Sebagai ibadah mahdhah, dzikir jenis ini terikat dengan norma-norma ibadah langsung kepada Allah, yaitu *ma'stur* dalam arti ada contoh atau ada izin dari Rasulullah. Artinya Dzikir ini tidak boleh dikarang oleh seseorang. Tidak ada dzikir dengan menyebut seseorang atau sesuatu, selain Allah.

Makhul berkata: "Menyebut dan mengingat Allah adalah obat dan mengingat orang adalah penyakit." Namun Imam Syafi'i merujuk pada pendapat Mufid al-Ghazali menawarkan alternatif pengobatan gangguan kejiwaan secara mandiri, yaitu: penyebab dan sumber kegelisahan Keduanya pasti muraqoba, yang berarti melakukan pekerjaan apa saja yang bisa mendekatkan diri kepada Allah".⁵

Untuk mendekatkan diri kepada Allah, dzikir memegang peranan yang sangat penting, karena dzikir adalah makanan hati. Ghazali mengatakan dalam buku "Ihya Ulumid-Din": "Hati manusia seperti kolam yang menyediakan air yang berbeda dari sungai yang mengalir ke kolam itu." Intinya berbagai pengaruh masuk ke dalam hati kadang dari luar yaitu panca indera, dan kadang dari dalam yaitu akal, jiwa, amarah, dan akhlak atau akhlak manusia. Pandangan Ghazali juga terdapat dalam Al-Qur'an.

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : "Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang". (QS. Ar-Ra'd (13): 28).

⁵ Tria Ratna Dewi, "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Home Room Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Bidang Akademik Di SMK Kartika 2 Surabaya," *Jurnal BK UNESA* 1, no. 1 (2013): 1–16.

Dengan demikian, terapi dzikir adalah upaya penyembuhan dengan jalan mengingat Allah dengan mengulang-ulang nama-Nya baik dalam bentuk lisan maupun dengan hati dengan menyebut nama-nama Allah seperti membaca tasbih (Subhanallah), tahlil (La illa haillah), tahmid (Alhamdulillah), membaca istighfar (astaghfirullahaladzim) dan juga takbir (Allahu Akbar).

b. Bentuk-Bentuk Dzikir

Tokoh sufi yaitu Ibnu Atha' menjelaskan mengenai bentuk-bentuk dzikir menjadi tiga bagian. Diantaranya yaitu dzikir jali (dzikirnya secara jelas serta nyata), dzikir khafi (dzikir yang masih samar-samar) dan dzikir haqiqi (dzikir dengan sebenar-benarnya).⁶

1) Dzikir Lisan (*Jali*)

Dzikir lisan adalah suatu perbuatan mengingat Allah SWT dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti pujian, rasa syukur, dan doa kepada Allah SWT yang lebih menampakkan suara yang keras, jelas maupun perlahan untuk menuntun gerak hati.⁷ Adapun dalil yang menerangkan dzikir lisan yaitu :

فَإِذَا قَضَيْتُمْ مَنَسِكَكُمْ فَادْكُرُوا اللَّهَ كَذِكْرِكُمْ
 ءَابَاءَكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْرًا فَمِنَ النَّاسِ مَن يَقُولُ رَبَّنَا
 ءَاتِنَا فِي الدُّنْيَا وَمَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِن خَلْقٍ ﴿٢٠٠﴾

Artinya : Apabila kamu telah menyelesaikan ibadah hajimu, Maka berdzikirlah dengan menyebut Allah, sebagaimana kamu menyebut-nyebut (membangga-banggakan)

⁶ *Dzikir Pagi Dan Petang*, 1st ed. (Yogyakarta: Fillah Books, 2019), 7–8.

⁷ Sastama Girinda Dara, Mudaris Muslim, and Wardatul Djannah, “CONSILIUM Keefektifan Homeroom Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa SMP,” *CONSILIUM: Jurnal Program Studi Bimbingan Dan Konseling First Published* 5, no. 1 (2017).

nenek moyangmu, atau (bahkan) berdzikirlah lebih banyak dari itu. Maka di antara manusia ada orang yang bendoa: "Ya Tuhan Kami, berilah Kami (kebaikan) di dunia", dan Tiadalah baginya bahagian (yang menyenangkan) di akhirat. (QS. Al Baqarah (2) : 200).⁸

2) Dzikir Qalbu (*Khafī*)

Zikir qalbu disebut juga zikir tersembunyi, yaitu zikir yang tersembunyi di dalam hati tanpa suara atau kata. Dzikir ini hanya diisi dengan kesadaran bahwa Tuhan itu sangat dekat, selaras dengan hati dan mengikuti pernafasan dan pernafasan yang menyertai kesadaran akan kehadiran Tuhan. Mengucapkan kalimat pujian kepada Allah SWT. Seperti Tasbih (Subhanallah) yaitu Maha Suci Allah, Tahmid (Alhamdulillah), Tahlil (La ilaha illallah) dan Istighfar (Astaghfirullahi Hal Adzim) yaitu "Saya memohon ampunan kepada Allah. Dalil yang menerangkan dzikir qalbu adalah :

وَأَذْكُرُ رَبِّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ
مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ الْغَافِلِينَ



Artinya : “Dan sebutlah (nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, di waktu pagi dan petang, dan

⁸ Siregar, “Efektivitas Teknik Homerome Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Di Smp It Al-Ikhsan Boarding School Kecamatan Siak Hulu.”

janganlah kamu Termasuk orang-orang yang lalai”. (QS. Al A’raaf (7): 205)⁹

3) Dzikir Haqiqi

Dzikir haqiqi yang merupakan bentuk dzikir dilakukan secara keseluruhan yang meliputi batin maupun lahir. Dzikir ini dilakukan tanpa mengenal waktu dan tempat, sebab dzikir haqiqi merupakan suatu usaha untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt dengan menjalankan apa yang diperintahkan serta menjauhi apa yang dilarang supaya bisa selalu mengingat Allah SWT. Sebelum melakukan dzikir ini, dimulai dengan melakukan dzikir jali dan khafi terlebih dahulu.¹⁰

c. Dampak Positif Dzikir

Berbagai pengaruh yang datang ke dalam hati tidak terlepas dari perasaan was-was. Was-was itu merupakan pintu masuknya setan, dan setan selalu menghembuskan was-was itu ke dalam hati manusia. Hal ini biasanya dibarengi dengan berbagai khayalan dalam hati. Hanya dzikirlah yang akan menutup pintu masuk setan, karena dzikir merupakan lawan dari semua godaan setan, sedangkan was-was dapat terputus dengan berdzikir kepada Allah, dzikir juga bermanfaat untuk membersihkan hati. Kondisi hati yang bersih ini akan membuat terangnya hati dan pikiran.

Beberapa dampak positif dari dzikir yang dikemukakan oleh para ulama’, seperti ulama’ Ibnu Al-Qayyim Al-Jauzi diantaranya yaitu:¹¹

1. Menumbuhkan adanya ketenangan pada batin sehingga selalu menghasilkan kedekatan diri kepada Allah SWT.
2. Memperkuat hati dan badan, sebab memperbanyak berdzikir akan memberikan kebaikan pada diri seseorang baik jasmani maupun rohaninya seraya untuk memohon ampun kepada Allah.

⁹ L. K. Aini dan M. Nursalim, “Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik,” *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan* 13, no. 1 (2012): 83–92.

¹⁰ *Dzikir Pagi Dan Petang*.

¹¹ Islam Mafa, *Menyibak Kedasyatan Dzikir*.

3. Memberikan keselamatan agar terhindar dari bahaya, dengan mengingat Allah sehingga seseorang akan berusaha untuk menjauhi larangan serta melaksanakan apa yang di perintahkan jadi dengan berdzikir akan menjauhkan seseorang dari bahaya.

Dalam penjelasan lebih lanjut, al-Ghazali melihat bahwa dzikir juga sangat berfungsi untuk mendatangkan ilham.¹² Jadi dzikir dalam pandangan al-Ghazali merupakan suatu metode untuk menghilangkan was-was dan untuk mendatangkan ilham dalam hati manusia. Supaya selalu ingat terhadap Allah SWT, sehingga membuat diri seseorang akan lebih tenang.

2. Gangguan Skizofrenia

a. Definisi Skizofrenia

Skizofrenia berasal dari bahasa Yunani dan terdiri dari dua kata yaitu schizo yang berarti pecah atau terbelah dan phren yang berarti jiwa. Dengan demikian, skizofrenia dapat diartikan sebagai jiwa yang terbelah atau hancur, kepribadian yang terbelah atau kepribadian ganda. Emil Kraepelin (1856-1926) menyebut penyakit skizofrenia demensia praecox. Demensia didefinisikan sebagai kegilaan, sedangkan kata praecox berarti matang atau terlalu cepat matang. Jadi, demensia praecox berarti kehilangan atau gangguan kemampuan mental yang terlalu cepat. Kraepelin menyatakan bahwa "demensia praecox adalah penyakit yang disebabkan oleh patologi organisme tertentu dan tidak dikenal" Mengenai *dementia praecox* meliputi tentang bentuk-bentuk perilaku yaitu halusinasi, waham, serta perilaku motorik yang aneh.¹³

Skizofrenia yang cenderung dikatakan sebagai penyakit gangguan mental dialami seseorang yang ditandai dengan halusinasi, pembicaraan yang tidak berarah, serta perilaku yang aneh. Eugen Bleuler

¹² Afifa and Abdurrahman, "Peran Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja."

¹³ Jeffrey S. Nevid, *Psikologi Abnormal*, ed. Ratri Medya, Jilid Keli (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2005).

(psikiater Swiss) mengganti dementia praecox dengan mengubahnya menjadi istilah skizofrenia. Dalam bahasa Yunani “Skizofrenia” yaitu otak yang terbelah, bagi orang awam beranggapan bahwa skizofrenia merupakan orang yang memiliki perilaku atau kepribadian ganda.¹⁴ Bleuler memiliki pendapat lain mengenai skizofrenia yang beranggapan bahwa skizofrenia memiliki beberapa variasi.

Menurut PPDGJ (Pedoman Klasifikasi Diagnostik Gangguan Jiwa), skizofrenia didefinisikan sebagai sindrom deskriptif dengan banyak penyebab (masih belum diketahui) dan perjalanannya luas (tidak selalu kronis (melemahkan)). beberapa konsekuensi tergantung pada keseimbangan genetik, pengaruh fisik. Secara umum, skizofrenia ditandai dengan kelainan fundamental dan karakteristik dalam berpikir dan persepsi, serta afek yang abnormal.¹⁵

Menurut Nevid, skizofrenia adalah penyakit psikotik kronis yang ditandai dengan episode akut yang melibatkan keadaan disosiasi dari kenyataan yang dimanifestasikan oleh ilusi, halusinasi, pikiran tidak logis, ucapan tidak koheren, dan perilaku aneh. Defisit residual dalam domain kognitif, emosional, dan sosial yang ada sebelum episode akut.¹⁶

Dari beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa skizofrenia adalah suatu gangguan kejiwaan yang memecah hubungan antara pikiran dengan realita, yang ditandai dengan disorientasi personality, hilangnya kesadaran sosial, adanya halusinasi, adanya sikap atau perilaku yang aneh. Skizofrenia merupakan penyakit berat yang bisa

¹⁴ Jeffrey S. Nevid, *Psikologi Abnormal*, ed. Ratri Medya, Jilid Kelima (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2005).

¹⁵ Dr. Rusdi Maslim, *Diagnosis Gangguan Jiwa* (Jakarta: Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK unika Atma Jaya, 2001).

¹⁶ Dewi, “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Home Room Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Bidang Akademik Di SMK Kartika 2 Surabaya.”

mempengaruhi pikiran, perilaku serta perasaan ditandai dengan hilangnya pemahaman mengenai realita.¹⁷

b. Tipe-Tipe Skizofrenia

1) Skizofrenia Hebefrenik

Skizofrenia hebefrenik juga dikenal sebagai skizofrenia tidak teratur. Skizofrenia hebefrenik sering ditandai dengan perilaku bodoh, ketidakserasian dalam pikiran, perkataan dan tindakan, dan sifat kekanak-kanakan. Orang yang menderita penyakit hebefrenik atau skizofrenia cenderung menarik diri secara berlebihan, penderitanya tidak tertarik dengan sekitarnya dan mereka hidup hampir sepenuhnya sendiri.¹⁸

Dalam buku, untuk diagnosa Gangguan Jiwa skizofrenia hebefrenik yang meyakinkan umumnya diperlukan pengamatan secara terus menerus selama 2 atau 3 bulan, untuk memastikan bahwa gambaran yang khas seperti di bawah ini memang benar bertahan:

- a) Perilaku yang tidak bertanggung jawab serta tidak dapat diramalkan, ada kecenderungan untuk selalu menyendiri dan menunjukkan perilaku hampa akan perasaan dan tujuan.
- b) memiliki kedangkalan emosi dan tidak wajar, dan sering merasa tidak ada kepuasan dalam diri, terkadang sering tersenyum dengan sendirinya dan ungkapan kata yang diulang-ulang.
- c) Mengalami sebuah pola pikir yang kacau tidak beraturan dan pembicaraan tak menentu memiliki banyak arti dan susah untuk di mengerti.¹⁹

¹⁷ Yudhantara, *Sinopsis Skizofrenia Untuk Mahasiswa Kedokteran*.

¹⁸ Dara, Muslim, and Djannah, "CONSILIMUM Keefektifan Homeroom Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa SMP."

¹⁹ AR Nasrun, "56878-ID-Psikologi-Belajar," *Al-Fikrah: Jurnal Kependidikan Islam IAIN Sulthan Thaha Saifuddin*, 2015.

2) Skizofrenia Paranoid

Skizofrenia paranoid berfokus pada satu atau lebih delusi atau halusinasi, seseorang yang menderita skizofrenia paranoid tidak menunjukkan disorganisasi yang jelas. Kadang-kadang penderita akan menganggap orang lain akan menghancurkannya, maka dari itu si penderita akan menghancurkan mereka terlebih dahulu. Skizofrenia paranoid ini merupakan tipe psikosis yang kalau pemikiran dan realitanya tidak sejalan. Hal ini akan membuat penderita skizofrenia paranoid kesulitan dalam bersosialisasi dengan makhluk lainnya, delusi yang dihasilkan menyebabkan penderitanya berperilaku kasar, berbicara berlebihan dan tidak karuan, karena menganggap orang-orang di sekitarnya berbahaya baginya. Skizofrenia paranoid memiliki gejala utamanya yaitu pada waham dan halusinasi, seperti halusinasi auditori layaknya mendengar suara meskipun tidak ada seseorang yang berbicara. Hal ini merupakan suatu hal yang tidak nyata namun penderita skizofrenia paranoid ini menyatakan kalau hal ini merupakan sebuah realita.

Menurut Rusdi Maslim, kriteria penderita skizofrenia paranoid diantaranya sebagai berikut:

- a) Suara-suara halusinasi yang mengancam pasien atau memberi perintah, atau halusinasi auditorik tanpa bentuk verbal.
- b) Halusinasi pembauan atau pengecapan rasa, bersifat seksual atau halusinasi visual mungkin ada tetapi jarang.
- c) Waham (keyakinan yang salah) yang selalu dikejar-kejar.²⁰

3) Skizofrenia Katatonik

Tipe skizofrenia yang ditandai dengan perilaku motorik yang nyata dan melambat menjadi

²⁰ Yenti Arsini, "Konsep Dasar Pelaksanaan Bimbingan Konseling Di Sekolah," *Al-Irsyad ; Jurnal Pendidikan Dan Konseling* VIII, no. 1 (2017): 28–47.

insomnia (parah atau terbius). Penderita skizofrenia katatonik dapat menunjukkan pola yang tidak biasa atau mempertahankan postur tubuh yang aneh, tampak kuat selama berjam-jam, meskipun anggota tubuhnya kaku dan bengkok.²¹

Skizofrenia katatonik sering bertingkah laku secara aneh atau tidak masuk akal dan selalu dilakukan secara berulang-ulang. Misalnya, berjalan mondar-mandir dengan tidak henti-hentinya di dalam sebuah ruangan, terus menerus mengulangi kata-kata yang sama. Dapat dilakukan pencegahan bagi penderita skizofrenia katatonik seperti melakukan pencegahan dengan cara memberi obat serta dukungan dari lingkungan keluarga, sehingga membuat penderita skizofrenia akan merasa di perdulikan oleh lingkungan sekitar mereka.

4) Skizofrenia Residual

Orang-orang yang mengalami skizofrenia residual adalah orang-orang yang dahulunya memiliki riwayat satu episode psikotik yang jelas dan sekarang memperlihatkan beberapa tanda skizofrenia, seperti emosi yang tumpul, menarik diri dari orang-orang, mengalami gangguan pikiran, sehingga sulit berkonsentrasi seperti halusinasi dan delusi.²²

Gejalanya berupa perlambatan psikomotorik, aktivitas menurun, afek yang menumpul, sikap pasif dan ketiadaan inisiatif, kemiskinan dalam kuantitas dalam isi pembicaraan, komunikasi non-verbal yang buruk seperti dalam ekspresi muka, kontak mata, modulasi suara dan posisi tubuh, perawatan diri dan kinerja sosial yang buruk.

²¹ Siregar, "Efektivitas Teknik Homerome Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Di Smp It Al-Ikhsan Boarding School Kecamatan Siak Hulu."

²² Dkk Syafaruddin, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Telaah Konsep, Teori Dan Praktik*, 2019.

c. Faktor Penyebab Skizofrenia

Dalam teori psikososial, Freud mengatakan bahwa skizofrenia merupakan sebuah bentuk pertahanan seseorang menghadapi tekanan yang menyebabkan stres dan cemas dan adanya kerusakan ego. Kerusakan ego bisa memicu munculnya skizofrenia karena kerusakan yang terjadi pada ego mampu mempengaruhi sebuah realitas dan kontrol.²³ Mengenai penyebab pasti dari munculnya gangguan skizofrenia ini, belum bisa dipastikan secara jelas dan pasti. Namun banyak para ahli yang menyimpulkan penyebab dari gangguan skizofrenia dengan beberapa pendekatan, sebagai berikut :

- 1) Pendekatan Psikodinamika Menurut psikodinamika, skizofrenia berasal dari *ego* yang dipenuhi dengan dorongan-dorongan agresif atau impuls-impuls yang berasal dari *id*. Dengan adanya impuls tersebut dapat mengancam ego serta hal tersebut menyebabkan terjadinya sebuah perkembangan yaitu mengenai konflik yang kuat. Karena ego menjembatani hubungan antara diri dan dunia luar, ketika diri itu rusak, impuls dari *id* dihasilkan yang disalahartikan sebagai kenyataan, menyebabkan halusinasi dan delusi.
- 2) Pendekatan Belajar, Walaupun teori belajar tidak dapat menjelaskan skizofrenia, namun berperan dalam perkembangan berbagai bentuk perilaku skizofrenia, terdapat prinsip pengkondisian dan pembelajaran berdasarkan pengalaman. Dari perspektif teori belajar, orang belajar untuk mencapai hasil perilaku. Demikian pula, ketika seseorang belajar meniru (modelling) perilaku skizofrenia, mereka menghasilkan perilaku di mana peniruan aneh, bukan perilaku normal.
- 3) Pendekatan Biologis
 - a) Faktor genetik, skizofreniaik memiliki bukti yang kuat bahwa skizofrenia dipengaruhi oleh

²³ Ellenoor Tasya, *KAJIAN GANGGUAN PSIKOLOGIS* (Yogyakarta: ZAHIR PUBLISHING, 2020), 18.

faktor genetik. Teori hubungan genetik menyatakan, semakin dekat hubungan genetik antara orang yang didiagnosis skizofrenia dan anggota keluarga mereka, semakin besar kecenderungan untuk mengidap skizofrenia pada keluarga mereka.

- b) Faktor biokimia, dalam penelitian biologis tentang skizofrenia difokuskan pada peran neurotransmitter dopamin. Teori dopamin menyatakan bahwa skizofrenia dikaitkan dengan aktifnya reseptor dopamin yang berlebihan di otak. Sumber utama bukti model dopamin berasal dari efek obat antipsikotik yang disebut neuroleptik.

3. Keagamaan

a. Pengertian Agama

Definisi agama menurut Harun Nasution berasal dari kata “*ad-din*”, religi (*relegere, religare*) dan agama dalam bahasa arab berarti menguasai, menundukkan, patah, balasan dan kebiasaan. Sedangkan dari religi (latin) atau *relegere* berarti mengumpulkan dan membaca, kemudian *religere* berarti mengikat. Adapun agama terdiri dari dua suku kata “a” berarti “tidak” dan “gam” berarti “pergi” artinya “tidak pergi”, tetap ditempat, diwarisi turun menurun.

Berdasarkan pengertian kata-kata tersebut, menurut Harun Nasution ini inti dari agama adalah ikatan yang harus dipatuhi atau harus dipegang manusia. Namun mempunyai pengaruh yang sangat besar sekali terhadap kehidupan manusia sehari-hari.²⁴

Dapat disimpulkan perbedaan antara orang beriman yang hidup menjalankan sesuai agamanya, dengan orang yang tidak beragama. Orang yang beragama memiliki ketentraman batin, tenang. Mereka tidak merasa gelisah atau cemas. Berbeda dengan orang yang hidupnya jauh dari Allah. Mereka biasanya mudah

²⁴ Syafaruddin, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Telaah Konsep, Teori Dan Praktik*.

terganggu oleh suasana yang dihadapi, biasanya diukur atau dikendalikan oleh kesenangan-kesenangan lahiriyah.²⁵ Firman Allah SWT :

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۗ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya : Dan kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu (yang dapat menjadi) penyembuhan dan rahmat bagi orang-orang yang beriman (percaya dan yakin), dan Al-Qur'an itu tidak akan menambah kepada orang yang berbuat aniaya melainkan kerugian" (QS. Al-Isra' : 82)²⁶

b. Agama dan Pengaruhnya terhadap Kesehatan Jiwa

Hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan antara agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa itu terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap Allah. Sikap pasrah memberi sikap optimis pada diri seseorang sehingga muncul perasaan positif seperti rasa bahagia, rasa senang, rasa aman. Sikap emosi yang demikian merupakan bagian dari kebutuhan manusia. Maka dalam kondisi yang demikian menjadi manusia pada kondisi sesuai dengan fitrah kejadiannya, sehat jasmani, dan rohani. Ajaran agama mewajibkan untuk melaksanakan hal-hal yang di anjurkan dan menjauhi apa yang dilarang.

Orang yang mengalami gangguan jiwa disebabkan oleh keringnya jiwa manusia karena tidak adanya norma agama. Fakta ini terkait dengan teori Freud bahwa seseorang tidak melakukan dzikir (mengingat Allah), maka id mempengaruhi gerak hidupnya sehingga menimbulkan halusinasi pada diri.

²⁵ Zakiah Daradjat, Peranan Agama dalam Kesehatan Mental (Jakarta: Toko Gunung Agung, 1996), 56.

²⁶ Model Bk-proaktif et al., "The Character and Personality of Humanistic," n.d., 13-22.

Karena ego pada manusia mengikuti pengaruh pikiran bawah sadar, maka pengaruh ego (sifat normal) tidak bekerja.²⁷ Harus ada keseimbangan antara kesehatan jiwa dan agama, karena keseimbangan diantaranya sangat penting terutama dengan nilai agama sebagai bentuk obat bagi penyakit jiwa. Dengan berdzikir menjadi salah satu cara yang bisa dilakukan supaya mampu meredakan ketegangan pada pikiran sehingga bisa menimbulkan adanya perasaan tenang pada diri seseorang.

Dengan beribadah akan memberi rasa bahwa hidup menjadi lebih bermakna, dan manusia sebagai makhluk yang memiliki kesatuan jasmani dan rohani secara terpisah memerlukan perlakuan yang dapat memuaskan keduanya.²⁸

c. Bentuk Pembinaan Keagamaan

Lindenthal (1970) dan Star (1971) melakukan studi epidemiologi yang hasilnya menunjukkan bahwa penduduk yang religius memiliki risiko yang jauh lebih rendah untuk mengalami stres dibandingkan dengan mereka yang tidak menanamkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-harinya. Seperti yang diketahui, salah satu akibat dari stres adalah seseorang bisa depresi dan sering bunuh diri.²⁹

Larson (1992) dalam penelitiannya sebagaimana termuat dalam "*Religious Commitment and Health*" (APA, 1992) menyatakan antara lain bahwa komitmen agama amat penting dalam pencegahan agar seseorang tidak mudah jatuh sakit, meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengatasi penderitaan bila ia sedang

²⁷ Abdul Syukur, *HATI BAHAGIA, REZEKI TAK TERHINGGA* (Yogyakarta: Diva Press, 2015), 126.

²⁸ Siregar, "Efektivitas Teknik Homerome Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Di Smp It Al-Ikhsan Boarding School Kecamatan Siak Hulu."

²⁹ Bk-proaktif et al., "The Character and Personality of Humanistic."

sakit serta mempercepat penyembuhan selain terapi medis yang diberikan.³⁰

Menurut Syaikh Sulaiman Ahmad Al-Faifi (2013), beberapa pendekatan melalui keagamaan sebagai berikut:

1) Ibadah Shalat

Shalat merupakan ibadah yang mencakup ucapan-ucapan dan perbuatan khusus, diawali dengan takbiratul ihram (ucapan Allahu Akbar) dan ditutup dengan salam. Didalam islam, shalat memiliki kedudukan yang tidak bisa disamai oleh ibadah lain. Firman Allah SWT:

آتَلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

Artinya : Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan. (Al-Ankabut:45).³¹.

2) Berdzikir

Dzikir adalah sesuatu yang diucapkan oleh lisan dan hati berupa tasbih kepada Allah, penyucian, pujian, dan sanjungan Allah SWT . Telah memerintahkan untuk memperbanyak berdzikir, sebagaimana tersebut dalam firman-Nya:

³⁰ Dara, Muslim, and Djannah, "CONSILIUUM Keefektifan Homeroom Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa SMP."

³¹ L. K. Aini dan M. Nursalim, "Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik."

يَتَّيِبُهُمُ اللَّهُ وَيُؤْتِيهِمُ اللَّهُ أَجْرًا كَثِيرًا ۖ وَسَبِّحُوهُ
بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴿٤١﴾

Artinya : “Wahai orang-orang yang beriman, Ingatlah kepada Allah dengan menyebut (nama-Nya) sebanyak-banyaknya. Dan bertasbihlah kepada-Nya pada waktu pagi dan petang. (QS. Al-Ahzab: 41-42)

a) Makna dzikir sebanyak-banyaknya

Firman Allah SWT berfirman: Allah SWT telah memerintahkan untuk berdzikir dengan dzikir yang sebanyak-banyaknya, dan menyebut sebagai manusia berakal bagi siapa yang senantiasa memperhatikan ayat-ayat Allah:

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ
وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا
خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩١﴾

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): “Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka.” (Q.S. Ali Imran:191)

Mujahid berkata: “Tidaklah dianggap sebagai golongan laki-laki dan perempuan yang banyak berdzikir kepada Allah, sehingga ia berdzikir kepada Allah dalam keadaan berdiri, duduk, dan berbaring” Said bin Jubair berkata,

“Setiap orang beramal karena Allah dengan melakukan ketaatan kepada Allah, maka ia adalah orang yang berdzikir kepada Allah.”

b) Adab dalam berdzikir

Allah SWT telah memberikan petunjuk tentang apa yang sepatutnya dilakukan oleh seseorang ketika berdzikir. Allah SWT berfirman:

وَأَذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ

الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ

الْغَافِلِينَ ﴿٢٠٥﴾

Artinya: “Dan sebutlah (nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, di waktu pagi dan petang, dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai.”(QS. Al-A‘raf: 205).

Ayat ini mengisyaratkan bahwa dzikir itu sunnah dilakukan dengan suara pelan (lirih) atau tidak mengeraskan suara; seperti diisyaratkan dalam keadaan harap dan takut, demikian yang mesti dilakukan oleh seseorang ketika sedang berdzikir. Diantara adab berdzikir secara lahiriyah adalah diusahakan untuk menghadap kiblat dengan khusyu’, tempat untuk berdzikir harus bersih, melafalkan dzikir dengan suara lembut. Sedangkan secara batiniyah yaitu menghadirkan diri atau hati yang mengingat mengenai makna dzikir.³²

³² Islam Mafa, *Menyibak Kedasyatan Dzikir*.

B. Penelitian Terdahulu

Peneliti menemukan beberapa literatur dan tema yang menunjang dengan penelitian yang ditulis oleh Peneliti sendiri, diantaranya sebagai berikut :

1. Nama Peneliti : Millaty Hanifa (NIM:1111052000033)
 Judul Penelitian : Dampak Terapi Ruqyah Syar'iyah Dalam Pemulihan Kesehatan Kesehatan Mental Pasien Di Rumah Ruqyah Indonesia Cililitan Jakarta Timur. Penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswi Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam 2015,UIN Syarif Hidayatullah Jakarta ini bertujuan untuk mengetahui dampak yang terjadi pada mental pasien setelah melakukan terapi Ruqyah Syar'iyah di Rumah Ruqyah Indonesia Cililitan Jakarta Timur. Kesimpulan dari skripsi ini ialah pelaksanaan terapi sesuai dengan syariat islam yaitu pelaksanaan terapi menggunakan ayat-ayat al-Qur'an atau hadis dengan tidak mengubah susunan kalimatnya, dengan menggunakan bahasa arab yang fasih, dibaca dengan jelas, sehingga tidak mengubah makna aslinya.
2. Nama Peneliti : Renita Latifa (NIM: 1050520001764)
 Judul Penelitian : Proses Bimbingan Islam Pada Penderita Skizofrenia dipanti Rehabilitasi Cacat Mental Yayasan Galuh Bekasi. Penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswi Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam 2010, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta ini bertujuan untuk mengetahui Bimbingan Islam Pada penderita Skizofrenia. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa upaya yang dilakukan pembimbing dalam proses Bimbingan Islam Pada Penderita Skizofrenia di Yayasan Galuh, bermanfaat dalam pemberian bantuan, membimbing, dan mengobati agar dapat mengembalikannya menjadi warga masyarakat yang berguna dan dapat hidup berdampingan secara wajar sebagai makhluk sosial lainnya. Selain itu, metode yang digunakan ialah membimbing pasien dengan bimbingan berkelompok (group guidance) dalam kesehariannya.
3. Nama Peneliti : Luluk Khoirunnissa' (NIM: 17102020015)
 Judul Penelitian : Terapi Dzikir Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah

Dzikir Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2020 ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis penerapan metode dzikir sebagai pengobatan bagi kesehatan mental, dengan melakukan terapi dzikir yang ada di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Yogyakarta menggunakan langkah-langkah Takhalli, Tahalli dan tajalli.

Penelitian yang dilakukan oleh Luluk Khoirunnisa' memiliki persamaan terhadap penelitian ini terkait sama-sama menggunakan metode keagamaan yaitu dengan menggunakan metode dzikir sebagai penyembuhan bagi orang yang mengalami kejiwaan. Dan terdapat perbedaannya yaitu pada cara terapi yang di terapkan

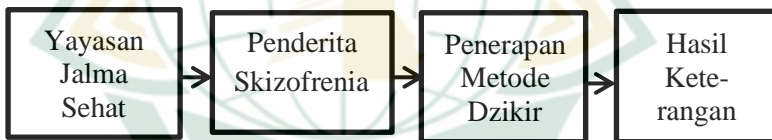
4. Nama Peneliti : Yusuf Arifin (NIM : 1111054100019)
Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Kelompok Berbasis Outbound Terhadap Perilaku Remaja Putus Sekolah Di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Bambu Apus Jakarta Timur. Penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswi Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Kesejahteraan Sosial 2015,UIN Syarif Hidayatullah Jakarta ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisa pengaruh Terapi Kelompok Berbasis Outbound Terhadap Perilaku Remaja Putus Sekolah di PSBR Bambu Apus Jakarta Timur.
5. Nama Peneliti : Selamat Riyadi (NIM : 411050) Judul Penelitian : Pelaksanaan Psikoterapi Islam Bagi Pasien Skizofrenia Di Panti Rehabilitasi Cacat Mental Dan Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak. Penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi /BKI 2016 STAIN Kudus ini bertujuan untuk menggambarkan mengenai pelaksanaan terapi menggunakan psikoterapi islam, bimbingan keagamaan untuk pengobatan penderita skizofrenia yang fokus terhadap metode psikoterapi Islam di Panti Rehabilitasi Cacat Mental dan Sakit Jiwa di Nurussalam Sayung Demak. Terdapat perbedaan dalam penelitian yang dilakukan oleh Selamat Riyadi dengan penelitian ini yaitu menggunakan teknik langsung dan tidak langsung yang diaplikasikan dengan bimbingan keagamaan. Namun, ada kesamaan dalam penelitian ini yakni sama-sama

menggunakan terapi keagamaan dzikir sebagai salah satu pengobatan bagi pasien skizofrenia di tempat Rehabilitasi cacat mental dan sakit jiwa di Nurussalam Sayung Demak.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berfikir adalah sebuah konsep yang menghubungkan bagaimana teori yang diperoleh bisa disinkronisasi dengan berbagai faktor yang diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka berfikir dalam penelitian ini memberikan gambaran Yayasan Panti Jalma Sehat Kudus menyembuhkan Pasien Skizofrenia melalui penerapan metode dzikir yang terdapat dari salah satu program pengobatannya. Berikut ini adalah peta konsep :

Gambar 2.1
Kerangka Berpikir



Yayasan Jalma Sehat merupakan tempat rehabilitasi untuk orang-orang yang mengalami gangguan kejiwaan sakizofrenia. Tempatnya terletak di desa BulungKulon kecamatan Jekulo Kudus, Jalma Sehat terdapat pasien yang mengalami skizofrenia yang beberapa diantaranya sudah tidak diperdulikan oleh keluarganya sehingga kepala Jalma Sehat bersimpati dan merawat mereka, jadi mereka bisa mendapatkan pengobatan yang layak.

Penderita skizofrenia yang memang termasuk penyakit kronis yang berat sehingga perlu adanya penanganan. Skizofrenia yang merupakan penyakit yang bermasalah terhadap pemikirannya yang membuat berbeda dengan realita. Hal ini membuat pasien memerlukan pengobatan dengan penerapan metode dzikir, dzikir memberikan dampak baik terhadap jiwa mereka karena dengan berdzikir akan memberikan manfaat ketenangan pada diri pasien skizofrenia dan bisa mendekatkan diri kepada Allah.

Ketenangan pada diri seseorang memberikan adanya dampak perilaku yang baik dalam menghadapi kehidupannya. Dengan lebih bersabar dan tidak putus asa dalam menghadapi apa yang sedang di alami, termasuk penyakit yang diberikan. Dengan penerapan metode dzikir ini akan memberikan rasa aman dan tenang pada jiwa, sehingga berdampak positif terhadap keehatan mental mereka untuk bisa lebih baik dalam menjalani kehidupan dengan penuh rasa ketenangan pada penderita skizofrenia

