

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada zaman perkembangan dan perubahan masyarakat modern yang kompetitif sekarang ini, banyak manusia yang melupakan dirinya sebagai *abid* (hamba) dihadapan Tuhan karena sudah terputus dari akar-akar spiritual dalam jati dirinya untuk melakukan suatu perbuatan. Seperti tindakan, perilaku tidak sesuai apa yang semestinya, yaitu terdapat perbedaan sikap yang cenderung melenceng. Yang mengakibatkan mereka cenderung tidak mampu menjawab ataupun mengatasi berbagai persoalan kehidupan kemudian terperangkap dari kehampaan dan ketidak bermaknaan hidup.¹ Sehingga dalam diri individu tidak merasakan penting dan berartinya sebuah kehidupan. Persaingan hidup yang semakin memadai membuat tak berdaya dalam menyelesaikan karena dalam diri dan batinnya tidak merasakan dekat dengan sang Maha kuasa atas segala-galanya. Perilaku atau akhlak seseorang merupakan daya kekuatan (sifat) yang tertanam dalam jiwa yang mendorong perbuatan-perbuatan secara spontan tanpa memerlukan pertimbangan pikiran.²

Dalam situasi psikologi bahwa manusia kosong dalam sistem sosial yang mengukung manusia modern itu bagaikan kerangkeng yang sangat kuat, penghuni didalamnya tidak mampu berpikir mencari jalan keluarnya dan tidak berdaya melakukan perubahan, seperti kekuatan politik terasa bagaikan hantu yang susah diikuti standar kerjanya karena ambisi yang begitu besar, ekonomi dirasakan mencengkeram oleh segelintir orang yang amat leluasa memperlmainkannya sekehendak hati mereka, bukan kehendak sendiri, dan nilai-nilai luhur kebudayaan. Seolah-olah fokus tujuan hidup mereka hanya sebatas

¹ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo,2012), 1.

² Rosihon Anwar, *Akhlaq Tasawuf*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010),13.

ambisi besar dalam persaingan perekonomian yang tidak terkendalikan secara terstruktur. Manusia yang mempunyai hati, perasaan tulus, dan hidup yang terarah sebelumnya, mereka menderita frustrasi dan berada dalam ketidakberdayaan manusia yang sudah hilang jati diri, perilakunya sudah seperti robot tanpa perasaan, kebenaran agama yang universal telah pudar dalam visi intelektualitasnya.³

Ambisi yang telah mambakar nafsu yang mengakibatkan jati diri tidak tertata dengan baik, dan tidak dapat mengendalikan nafsu sendiri. Keadaan dan perubahan sosial yang begitu bervariasi dapat membuat manusia tidak bisa terkendali dengan baik karena ambisi sangat besar hanya dengan satu tujuan tidak terkontrol dengan baik, karena hilang akar-akar spiritual, hilang jati diri dalam mengendalikan permasalahan, dan bahkan tidak merasa dekat dengan Maha Penciptanya.

Dari situasi psikologis seperti itu, wajarlah jika manusia modern banyak yang mengalami gangguan kejiwaan yang hebat, seperti kecemasan, kesepian, kebosanan, perilaku menyimpang, depresi, psikosomatik dan lain-lain. Masalah alienasi adalah masalah kejiwaan yang tidak dikehendaki oleh jati diri individu. Manusia berperan sebagai korban yang harus menanggung akibat dari perilaku tidak dikehendaki oleh jati diri sesungguhnya dan dari keadaan jiwa tidak stabil. Dalam konteks ajaran Islam untuk membebaskan diri dari derita alienasi, yaitu dengan menjadikan Tuhan sebagai Dzat yang hakiki atau akhir (*ultimate goal*), karena Tuhan merupakan Dzat yang Maha Hadir (*omnipresent*) dan Maha Absolut. Perasaan dan keyakinan akan kemahadiran Tuhan itulah yang akan memberikan kekuatan kendali, kedamaian, dan ketenangan jiwa manusia, sehingga individu yang bersangkutan merasa dalam orbit Tuhan yang selalu menjadi pegangan hakiki.⁴

³ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 2.

⁴ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 2.

Di abad modern sekarang ini, persaingan hidup semakin ketat, kehidupan manusia berlomba-lomba atau berorientasi pada hal-hal yang bersifat *materil profane* yakni kesenangan dunia, punya rumah mewah, mobil dan perabot rumah tangga serba mewah, tanpa lagi memikirkan kehidupan kelak di akhirat. Akibat dari persaingan hidup ini, maka sering timbul tingkah laku yang tidak wajar, menyimpang seperti tingkah laku kriminal, penganiayaan, pembunuhan, manipulasi, korupsi dan sebagainya. Efek dari perilaku hal ini banyak menimbulkan kegelisahan, ketakutan, kecemasan dan ketegangan batin pada manusia. Sehingga tidak sedikit orang yang menderita ketegangan saraf dan mengalami stres yang meledak menjadi simptom penyakit mental. Jadi ketegangan dan ketakutan yang dialami manusia menjadi persemaian yang subur bagi timbulnya bermacam-macam gangguan mental. Apabila jiwa tergoncang, pikiran menjadi tidak stabil maka akibatnya mempengaruhi fisik manusia dan dapat menimbulkan penyakit yang disebut psikosomatik. Penderita psikosomatik bukan hanya membutuhkan terapi medis atau terapi fisik manusia semata, tetapi juga membutuhkan terapi sufistik dengan salah satu metodenya yaitu taubat. Sebab dengan bertaubat dapat membersihkan jiwa dan menjadi terapi bagi jiwa yang sakit.⁵

Terapi sufistik merupakan cara sufi dalam pengobatan dan penyembuhan menggunakan metode-metode yang berdasarkan keagamaan, yaitu dengan membangkitkan potensi keimanan kepada Tuhan, lalu menggerakkannya ke arah pencerahan batin atau pencerahan rohani yang pada hakikatnya menimbulkan kepercayaan diri bahwa Tuhan Yang Maha Esa adalah satu-satunya kekuatan penyembuhan dari penyakit yang diderita. Pandangan Islam bahwa terapi sufistik dengan konteks gangguan kejiwaan adalah suatu proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit, atau gangguan mental atau gangguan kejiwaan, spiritual

⁵ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 2-3.

(agama), moral maupun fisik dengan melalui bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunah Nabi SAW, atau secara empirik adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah SWT. Kaum sufi menambahkan bahwa terapi sufistik sering dimaknai pengobatan atau penyembuhan terhadap penyakit fisik, mental atau kejiwaan, rohani, atau spiritual dengan kerangka pemikiran tasawuf.⁶

Salah satu yang di implementasikan dalam hal ini yakni, khususnya melalui pendekatan terapi mandi taubat. Adapun kata "*therapy*" dalam bahasa inggris bermakna pengobatan atau penyembuhan, sedangkan dalam bahasa arab bermakna "menyembuhkan". Dalam pengertian ini psikoterapi dapat diartikan sebagai pengobatan penyakit dengan cara kebatinan, atau penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penyesuaian diri.⁷ Mandi merupakan ajaran Islam tentang kebersihan, yang bertujuan untuk menghilangkan hadats, baik sebagai syarat untuk ibadah maupun tidak. Sedangkan mandi taubat adalah mandi yang dilaksanakan ketika seseorang baru saja masuk Islam ataupun baru taubat dari kefasikan, atau baru saja melakukan dosa atau merasa berbuat dosa dan hukum mandi taubat yakni sunnah.⁸

Sejarah gangguan jiwa sudah dikenal sejak Nabi Adam, yang terjadi pada anak Nabi Adam yaitu Kabil dan Habil yang saling bunuh membunuh merebutkan saudaranya sendiri sebagai istri. Menurut sejarah, lembaga khusus yang merawat mereka penderita gangguan jiwa disebut Rumah Sakit Jiwa. Pertama kali didirikan oleh bangsa Arab pada abad VIII di Damaskus. Dalam kesehatan mental, gangguan kejiwaan berarti kumpulan dari keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan kejiwaan maupun jasmani, keabnormalan tersebut terjadi bukan disebabkan oleh sakit atas rusaknya bagian-

⁶ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 5.

⁷ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), 222.

⁸ Jurnal Firmadani. com, *Tatacara Mandi Taubat Dan Hukum*, diakses pada tanggal 6 Juni 2020.

bagian anggota badan ataupun gejala-gejalanya kelihatan pada fisik. Akan tetapi, banyak disebabkan oleh keadaan jiwa dan jasmani yang terganggu. Karna keadaan jiwa yang terganggu dapat membuat seseorang tidak sadar apa yang di perbuat dalam perilaku sehari-hari. Sedangkan keadaan psikis seseorang merupakan suatu penyakit jiwa mental yang parah, dengan ciri khas adanya disorganisasi proses pikiran, gangguan dalam emosionalitas, ruang dan person, dan dalam beberapa kasus disertai halusinasi, delusi, dan ilusi.

Gangguan kejiwaan yang berbentuk kepribadian buruk, merupakan psikopatologi yang memiliki ciri; perilaku itu dapat mengganggu realisasi dan aktualisasi diri individu, disebabkan adanya simbtom-simbtom patologis seperti kecemasan, kegelisahan, keresahan, kebimbangan, kekhawatiran, ketakutan, ketersaingan, kemurungan dan kemalasan.⁹ Jadi jiwa yang terganggu akan berpengaruh buruk terhadap kesejahteraan dan kebahagiaan. Fenomena-fenomena ini dapat terlihat dari segi perasaan, pikiran, tingkah laku, dan kesehatan badan.

Terapi mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa ini merupakan salah satu bentuk terapi di pondok pesantren At-Taqy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara. Untuk penyembuhan atau pengobatan terhadap pasien gangguan jiwa melalui pendekatan terapi mandi taubat yang dapat menjadikan kesadaran diri sendiri menuju keadaan mental yang sehat kembali. Karna dengan mandi taubat dipertengahan malam dapat menyebabkan kesegaran badan. Dalam hal ini, indikasi jiwa dalam konsep Islam yaitu apabila seorang hamba Allah SWT, telah berhasil melakukan pendidikan dan pelatihan penyehatan, pengembangan dan memperdayaan jiwa, maka ia akan mencapai tingkat kejiwaan atau mental yang sempurna, yaitu jiwa *muthmainnah* (jiwa yang tenang), jiwa *radhiyah* (jiwa yang meridhoi), dan jiwa *mardhiyah* (jiwa yang diridhoi).¹⁰

⁹ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 105-107.

¹⁰ Hamadani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi Dan Konseling Islam*, 447.

Problematika individu dengan dirinya sendiri ialah kegagalan bersikap disiplin dan bersahabat dengan hati nuraninya sendiri, yakni hati nurani yang selalu mengajak, menyeru dan membimbing kepada kebaikan dan kebenaran Tuhannya. Sehingga muncul sikap berprasangka buruk, lemah motivasi. Sedangkan, problematika individu dengan lingkungan sosialnya adalah kesulitan melakukan adaptasi dengan lingkungan tetangga atau pergaulan yang sangat beraneka ragam sifat, watak, dan perilaku. Dari problem itulah muncul keadaan stres dan depresi apabila seseorang tidak memiliki daya tahan mental dan kekuatan spiritual yang tangguh. Keimanan yang lemah maka sangat rentan dan mudah tertimpa kedua keadaan itu. Utamanya adalah kekuatan Iman dan ketakwaan pasti akan menghasilkan daya tahan mental yang kokoh dan kuat dalam menghadapi berbagai problem hidup dalam kehidupan.¹¹

Menghadapi problem kehidupan yang semakin kompleks, setiap orang membutuhkan pijakan dan panduan dalam hidupnya untuk menyelesaikan berbagai problem kehidupannya. Paling tidak, hal yang dilakukannya tidak menyimpang dari norma-norma sosial maupun agama. Untuk itu, tasawuf dapat dijadikan sebagai alternatif. Sebagai bagian dari keyakinan yang dimensi amalannya menggunakan hati, tasawuf lebih dekat dengan disiplin ilmu psikologi. Akan tetapi, sering kedua kajian tersebut terpisahkan. Sedangkan objek kajian tasawuf, psikologi, dan kesehatan mental berurusan dengan soal yang sama, yakni soal jiwa.

Untuk membersihkan diri dari penyakit mental atau gangguan kejiwaan, maka dapat menggunakan metodologi tasawuf (*method of sufism*) adalah suatu metode peleburan diri dari sifat-sifat, karakter-karakter, dan perbuatan-perbuatan yang menyimpang dari kehendak dan tuntunan ketuhanan. M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, membagi metode ini dalam tiga bagian, yaitu *takhalli* (pengosongan diri dari pengingkaran dosa terhadap Allah SWT, dengan jalan melakukan *taubatan nasuha*), *tahalli* (pengisian diri

¹¹ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi Dan Konseling Islam*, 1-2.

dengan ibadah dan ketaatan, aplikasi tauhid, akhlak terpuji dan mulia), *tajalli* (dalam makna bahasa berarti tampak, terbuka, menampakkan atau menyatakan diri).¹² Al-Ghazali menambahkan bahwa pengobatan jiwa yang sakit agar menjadi sehat kembali, melalui terapi-terapi sufistik, yaitu dengan metode *tazkiyat an-nafs* berfungsi sebagai terapi penyakit jiwa atau penyakit batin (*asqam an nufus*) dan sebab-sebabnya. Kemudian diproses atau diwujudkan melalui *riyadhah* dan *mujahadah*.

Diri atau *nafs* dalam psikologi tasawuf merupakan sebuah aspek psikis pertama yang menjadi musuh kita. Akan tetapi, *nafs* bisa menjadi teman yang sangat berharga bagi kita dan tidak terhingga nilainya. Secara sederhana, *nafs* memiliki beberapa tingkatan. Tingkat terendah menjauhkan diri kita dari spiritualitas. Sedangkan tingkat tertinggi adalah *nafs* yang suci. Pada tingkat ini, kepribadian mencapai tingkat yang optimal bagaikan mencapai tingkat kesempurnaan yang dapat memantulkan cahaya Illahi.¹³

Penulis sadar bahwa karya ilmiah ini jauh dari kesempurnaan sehingga membutuhkan saran yang membangun demi terciptanya kebenaran yang seutuhnya dari pembaca. Disini penulis dapat memaparkan tentang gejala-gejala yang dialami oleh penderita gangguan jiwa, proses pelaksanaan mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa, dan efektivitas terapi mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa. Dengan melakukan pengobatan atau terapi sufistik salah satunya menggunakan metode, yaitu dengan metode terapi mandi taubat bagi penderita gangguan jiwa, mental, atau batin, di pondok pesantren At-Taqy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara.

¹² Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi Dan Konseling Islam*, 253-263.

¹³ Drs. Tamami HAG. M. Ag., *Psikologi Tasawuf* (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 9.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian merupakan batasan penelitian. Maka dalam penelitian ini agar tidak melebar kemana-mana peneliti memfokuskan penelitiannya pada terapi mandi taubat bagi penderita gangguan jiwa di Pondok Pesantren At-Ta'iq Kalipucang Kulon Welahan Jepara, guna untuk membentuk jiwa manusia yang sehat, cerdas secara rasional dan secara spiritual.

C. Rumusan Masalah

Dari penjelasan latar belakang diatas, yang berkaitan tentang judul “Efektivitas terapi mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa (Studi kasus di pondok pesantren At-Ta'iq Kalipucang Kulon, Welahan Jepara)”. Maka dapat diambil rumusan masalah yaitu:

1. Apa gejala-gejala yang dialami oleh pasien penderita gangguan jiwa di Pondok Pesantren At-Ta'iq Kalipucang Kulon, Welahan Jepara?
2. Bagaimana proses peledaksanaan mandi taubat di pondok pesantren At-Ta'iq Kalipucang Kulon, Welahan Jepara?
3. Bagaimana efektivitas terapi mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Ta'iq Kalipucang Kulon, Welahan Jepara?

D. Tujuan Penelitian

Terapi mandi taubat merupakan salah satu terapi sufistik yang diajarkan dalam Islam, untuk mengubah individu yang memiliki gangguan jiwa kedalam perubahan positif. Maka disini dapat menjelaskan tentang tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gejala-gejala yang dialami oleh pasien penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Ta'iq Kalipucang Kulon, Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara.
2. Untuk mengetahui proses pelaksanaan terapi mandi taubat di pondok pesantren At-Ta'iq Kalipucang Kulon, Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara.
3. Untuk mengetahui efektivitas terapi mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa di pondok

pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon, Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberi manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut:

Manfaat teoritis : Bahan alternatif untuk penderita gangguan jiwa sebagai proses pengobatan dan penyembuhan. Sebab, melalui terapi mandi taubat dapat membantu spiritualitas guna menyehatkan kembali mental yang dialami penderita gangguan jiwa di zaman era yang serba modern seperti ini.

Manfaat praktis :

Bagi peneliti : Peneliti ini diharapkan menambah pengetahuan bagi peneliti dan dapat menerapkan ilmu-ilmu yang di dapat dari penelitian terapi mandi taubat bagi penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Taqiy.

Bagi orang lain : Dapat menambah wawasan mereka mengenai terapi mandi taubat bagi gangguan jiwa dan melakukan terapi itu sangat penting karena terapi jiwa tersebut mengubah diri individu sendiri dalam mengembangkan, memperdayakan potensi dan kecerdasan fitrahnya.

Bagi lembaga: Dapat menambah wawasan, ilmu yang bermanfaat, dan perubahan positif terhadap perkembangan kualitas bagi lembaga Pondok pesantren At-Taqiy.

F. Sistematika Penulisan

Bab I: Pendahuluan. Bab ini memuat latar belakang, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II: Kerangka Teori. Dalam bab ini meliputi tentang kajian teori, penelitian terdahulu, dan kerangka

berfikir yang berkesinambungan dengan judul penelitian penulis.

Bab III: Metode Penelitian. Bab ini membahas tentang jenis penelitian, setting penelitian, subyek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, pengujian keabsahan data, dan teknik analisis data dalam pembahasan efektivitas mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon, Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara.

Bab IV: Pembahasan Hasil Penelitian. Dalam bab ini memuat hasil dari penelitian penulis di pondok pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon, Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara. Mengenai analisis efektivitas terapi mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa.

Bab V: Penutup. Meliputi kesimpulan, saran, penutup, dan daftar pustaka.

