

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Obyek Penelitian

1. Biografi KH. Nor Kholis

KH. Nor Kholis Mashuri lahir di desa Pasir Demak pada tanggal 17 Juli 1964, beliau dilahirkan dari seorang pasangan yang bernama bapak Mashuri dan ibu Siti Haliyah. KH. Nor Kholis merupakan anak keempat dari lima bersaudara. Sejak kecil beliau tidak pernah mengenyam atau merasakan pendidikan di sekolah formal yang dirasakan hanya pengetahuan Islami. Beliau pernah sekolah di tingkat “Sekolah Dasar” tetapi hanya 2 tahun saja setelah itu tidak pernah melanjutkan sekolah umum lagi. Karena kedua orang tuanya beranggapan bahwa sekolah dasar dimaknai sebagai (*Sekolahe Dajjal*), sekolah hanya fiktif belakang dan dirasa kalau sekolah formal itu tidak penting bagi kehidupan di akhirat kelak. Tetapi kedua orang tuanya sejak kecil pada zaman dahulu sudah membekali beliau dengan ilmu agama yang kuat seperti sifat sabar, ikhlas, sopan santun, menghargai orang lain, saling bergotong-royong satu sama lain, dan selalu bersyukur. Namun sejak kecil beliau sudah ditinggal wafat oleh ayahnya.⁴⁰

Sejak remaja KH. Nor Kholis mulai mondok di Pondok Pesantren Al-Anwar Sarang-Rembang, pengasuhnya oleh KH. Maimun Zubair, disini beliau belajar tentang *nahwu*, *shorof*, dan *jurumiah*, jarak dalam satu tahun beliau sudah hafal *Alfiah Ibnu Malik*. Setelah boyong dari Sarang, lalu pindah di Pondok Pesantren *As-Syafa'ah* Banyuwangi yang diasuh oleh KH. Nur Hayin, beliau belajar kitab hikam dan juga belajar kitab-kitab yang berhubungan tentang tasawuf, beliau juga dikenal sebagai orang yang ahli *tirakat*, *riyadhoh*, *ikhthiyar* dan melakukan berbagai macam puasa seperti puasa *mutih* (*ndalail*). Kurang lebih sekitar 4 tahun beliau mondok di Banyuwangi. Setelah boyong

⁴⁰ KH. Nor Kholis, *Wawancara oleh penulis*, 26 Agustus 2020. di pondok pesantren At-Ta'iqy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara.

dari Banyuwangi lalu pindah lagi di Pondok Pesantren *Al-Falah* Ploso, Mojo-Kediri yang dulunya diasuh oleh Gus Mik dan sekarang diasuh oleh KH. Zainuddin Djazuli. Beliau mondok hanya sekitar 2 tahun saja, ketika mondok di Ploso, KH. Nor Kholis diberikan Gus Mik Ijazah untuk berjalan dari *ujung kulon ke ujung wetan*. Beliau pernah bersemedi di Alas Purwa, Purwadadi. Ketika mondok jarang pulang, dan saat ibu kandung meninggal, posisinya masih berada di pondok lalu ketika pulang beliau langsung ziarah ke makam ibunya.

Sekitar tahun 1990 KH. Nor Kholis Mashuri boyong dari pondok dan ikut kakaknya KH. Nur Khamid menetap di Desa Kalipucang Kulon. Awal mula beliau dan kakaknya bertempat tinggal di masjid Kalipucang sebagai *marbot* (membantu bersih-bersih dan mengajar ngaji) masjid dan setiap hari mengajar anak-anak mengaji Al-qur'an dan mengajarkan *nahwu sorof*. KH. Nur Khamid adalah seorang hafidz pertama yang ada di Desa Kalipucang Kulon, maka beliau basicnya mengajar Al-qur'an. Sedangkan KH. Nor Kholis mengajar kitab. Pada tahun 1991, KH. Nor Kholis memutuskan untuk menikah dengan Umi Zuroroh meskipun banyak yang tidak setuju terhadap pilihannya namun beliau tetap menikah. Salah satu orang yang tidak setuju dengan pilihannya adalah kakak kandungnya sendiri yaitu KH. Nur Khamid, beliau beranggapan bahwa jikalau mencari istri harus sama derajatnya. Dalam pernikahannya KH. Nor Kholis dengan Umi Zuroroh dikaruniai 7 orang anak. Urutan nama anak KH. Nor Kholis dari anak pertama sampai ketujuh yang bernama yaitu Gus Tsabut, Gus Robet, Nabila, Gus Ahmad, sikembar Khotimah dan Khotijah, dan yang ketujuh Neng Elok.⁴¹

2. Sejarah Perkembangan Pondok Pesantren At-Taqiy

Awal mulanya area Pondok Pesantren At-Taqiy merupakan tanah kosong yang di wakafkan. Kini terletak

⁴¹KH. Nor Kholis, *Wawancara Oleh Penulis*, 28 Agustus 2020. di pondok pesantren At-Taqiy.

berdampingan dengan area tanah makam, dan bertempat di Desa Kalipucang Kulon, dukuhnya Jeruk Wangi yang dekat dengan Pasar Pring Kecamatan Welahan, Kabupaten Jepara. Dari tanah wakaf tersebut maka di dirikanlah bangunan dan rumah oleh masyarakat sekitar dan mereka meminta KH. Nor Kholis menempati untuk dibuat tempat mengaji masyarakat setempat. Beliau adalah seorang ulama pendatang yang lahir di Desa Pasir kecamatan Mijen Kabupaten Demak. Sebelumnya beliau tidak berfikir untuk mendirikan suatu pesantren ditanah tersebut, akan tetapi dari kalangan masyarakat yang ikut mengaji di rumah menghendaki untuk mendirikan pesantren lalu berdirilah suatu pesantren kecil yang hanya terdiri dari rumah dalem dan aula/asrama santri. Santri yang mengaji waktu itu masih sedikit dan hanya orang-orang terdekat saja.⁴²

Pondok Pesantren yang terletak di Kalipucang ini sangat multicultural yaitu siapa saja boleh masuk tidak ada larangan dari kalangan apapun bahkan punya jabatan atau tidak, yang penting dalam hatinya ada niatan untuk berkenan. Banyak musafir yang singgah di pondok tanpa tahu identitasnya. Abah Nor Kholis sangat membuka gerbang pondok pesantren untuk siapapun tanpa punya pikiran negatif kepada siapapun. Pondok pesantren tidak pernah membebani iuran kepada santri maupun keluarga dari santri super, melainkan hanya berupa sodaqoh se-ikhlasnya. Pondok Pesantren ini di bangun sejak tahun 1990 hingga sekarang masih bisa berdiri kokoh untuk menegakkan Agama Islam. Pesantren tersebut berdiri sekitar tanggal 10 Juli 1990 yang dinamakan At-Taqiy dan Pesantren ini memang tidak berdiri dengan kemegahan dan fasilitas-fasilitas yang mewah. Namun pesantren ini terlihat sederhana, waktu itu hanya berupa bangunan semata untuk mengaji para santri. Dari upaya kerja keras KH. Nor Kholis kemudian dibantu oleh banyak pihak (donatur) dan

⁴² Umi Zuroroh, *Wawancara Oleh Penulis*, 30 Agustus 2020. di pondok pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara.

masyarakat sekitar, akhirnya sekarang dapat membuat pendopo di halaman pondok pesantren At-Taqiy.

Pondok pesantren At-Taqiy sebelum didirikan, Pondok pesantren ini dulunya bernama Pondok pesantren Radhotul Qur'an yang mana masih mengampu orang-orang hafidz dan hafidzhoh. Pondok pesantren ini berdiri awal tahun 1990 dan pada tahun ini masih ramai dengan santri-santri, tetapi sebelum ini sudah ada perserikatan santri yang mana sebelum adanya pondok ini sudah ada orang yang mengaji bersama dari masjid-masjid dan rumah kerumah yang bersangkutan, kemudian pengajian ini semakin berkembang dan di wakafkanlah tanah sebagai tanah pondok oleh Mbah Soleh untuk keperluan Pondok Pesantren.⁴³

Pada sekitar tahun 1997, ada perpecahan besar karena KH. Nor Kholis mengalami pemfitnahan yang berujung semakin menipisnya santri-santri hingga sampai sekarang berkurang, dan sebagian masyarakat sekitar yang tidak menyukai keberadaan pondok. Pondok pesantren At-Taqiy sekarang cuma menangani pasien super dan hanya beberapa saja santri yang masih menetap. Dan pada saat perpecahan itulah beliau sering keluar untuk mencari ilmu lebih dalam dan lebih luas lagi agar semakin dekat kepada Allah SWT. KH. Nor Kholis mulai mengaji tentang kitab Hikam mulai tahun 1999 dan menetap di kalipucang Kulon Welahan Jepara, dulunya beliau asli orang Pasir Mijen Demak. Setelah beliau fokus dalam kajiannya tentang kitab Hikam lalu mulai mengamalkan dengan caranya sendiri dan sering mengkaji kitab-kitab sebagai pedoman dalam mendekati diri kepada Allah SWT. Setelah dirasa beliau nyaman dengan kajian-kajian lalu mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari kemudian beliau merasakan dalam hidupnya mulai tertata dan lebih sabar, ikhlas, menerima segala sesuatu ujian yang datang kepada dirinya, dan ketika adanya perubahan tersebut beliau sudah tidak merokok, tidak

⁴³ Nabila, *Wawancara Oleh Penulis*, 30 Agustus 2020. di pondok pesantren At-Taqiy.

minum kopi, tidak makan daging-daging dan mulai dengan kebiasaan puasa dan berbuka dengan nasi jagung.

Sekitar tahun 1994-1995 proses perubahan dari Pondok pesantren Radhatul Qur'an dan saat ini menjadi pondok pesantren At-Ta'iqy yang masih eksis sampai sekarang. Namun, pada berubah ini Pondok pesantren At-Ta'iqy tidak banyak lagi santri yang tinggal di pondok melainkan masih pulang pergi dan akhirnya hingga saat ini tersisa dengan pasien-pasien sakit jiwa (santri super).⁴⁴ Asal muasalnya Abah tidak pernah punya niatan untuk membuka perawatan orang Schizofrenia. Proses penyebaran informasi tentang pondok berdasarkan cerita dari mulut kemulut. Menurut penataran dari umi Zuroroh (Istri KH. Nor Kholis):

*“Abah niku mboten nyongko yen iso maraske utawa damel pesantren ngene iki, awal mulane niku namung tyang setunggal, terus wonten tyang maleh, tyange pun medal soale sampun sehat ruhanine. Saking tyang medal terus ngomong-ngomong kaleh tyang dadose ngertos teng mriki”.*⁴⁵

Dari Mbak Nabila putri ketiga Abah Nor Kholis, bercerita tentang pondok pesantren At Ta'iqy mengalami perubahan dari zaman ke zaman, dari segi bangunan maupun strukturnya. Dari segi bangunan tentu bangunan pondok At-Ta'iqy lebih baik dari tahun tahun 2009-an. Dulu bangunan hanya ada rumah ndalem (rumah Abah) dan aula yang digunakan untuk ngaji yang mana bangunan aula masih dipertahankan hingga sekarang. Dan sekarang tahun 2020-an struktur bangunan mengalami perubahan yang sangat pesat. Bangunan aula kini terlihat rapi, bagus, kokoh, dan kuat karena merupakan bangunan baru. Dan ketambahan juga pembangunan ruangan/kamar hingga sampai renovasi kamar mandi sampai akhirnya semua bangunan di pondok pesantren At-Ta'iqy bertambah. Adanya

⁴⁴ KH. Nor Kholis, *Wawancara Oleh Penulis*, 28 Agustus 2020, wawancara 2.

⁴⁵ Umi Zuroroh, *Wawancara Oleh Penulis*, 01 September 2020.

pembangunan kamar lagi bertujuan jika ada santri pulang pergi ketika mau menginap sudah tersedia kamar jadi semua santri baik santri sehat maupun santri super (gangguan jiwa) tidak merasa kekurangan kamar.⁴⁶

3. Kondisi Umum Pondok Pesantren At-Taqiy

Secara umum, kondisi Pondok pesantren sekarang terlihat bagus dari segi struktur pembangunan sangat terlihat rapi. Pondok pesantren At-Taqiy merupakan pondok yang mana setiap mata memandang ada sebuah selogan- selogan yang membuat damai. Mungkin itu adalah salah satu dari objektifme seseorang yang merasakan pertama kali berada di pondok pesantren At-Taqiy. Pondok At-Taqiy merupakan pondok yang beda dari yang lain, pondok ini merupakan pondok yang mengkaji dan mempelajari kitab hikam sebagai bahan ajar pokok. Argumen- argumen setiap individu tentu berbeda dari yang satu dengan yang lain. Tentu saja itu sesuai dengan suka dan tidaknya mereka mengenai keberadaan pondok At Taqiy.⁴⁷

Dari sisi timur pondok At-Taqiy atau wilayah belakang pondok At-Taqiy terdapat kediaman warga yang mana warga tersebut menerima keberadaan At-Taqiy. Ada salah satu warga yang mana berjualan gorengan itu berakata :

“ pondok iku sing duwe wong pinter, kawit cilik abah yai ne kui keturunan priyai nanging ngabdi ning deso kene kui kanggo ngajar utawa ngulang, mergo zaman kae wong kene ise awam. Iso ngerti nek yai ne kui pinter mergo opo dekne muni ning adine kuwe bakal dadi wong sugih, sing saiki di celuk om min kui sugheh kemlinter goro goro yai.”

Dalam bahasa indonesia beliau berkata: “ pondok tersebut yang punya adalah seseorang yang pintar dalam ilmu keislaman maupun ilmu tasawuf, sejak kecil abah yai merupakan keluarga dari priyai akan tetapi beliau mengabdi di desa ini untuk mengajar, karena melihat

⁴⁶ Mbak Nabila, *Wawancara Oleh Penulis*, 01 September 2020.

⁴⁷ KH. Nor Kholis, *Wawancara Oleh Penulis*, 01 September 2020.

banyak warga di desa ini masih awam. Bisa mengetahui jika yai nya pintar saat yai bilang ke adiknya kamu bakal kaya, yang sekarang banyak di panggil om Min orang yang paling kaya di desa tersebut".⁴⁸

Dari sisi selatan pondok merupakan rumah dari keluarga Umi (istri dari Abah Nor Kholis) yang mana bersebelahan dengan tembok rumah Abah adalah rumah dari kakak kandung Umi yang mana dari dalam sekelompok keluarga tersebut pasti mendukung penuh keberadaan pondok pesantren At-Taqiy. Dari cerita warga yang rumahnya berdekatan dengan pondok itu beranggapan bahwa Abah yai itu beruntung mendapatkan umi karena keluarga umi abah bisa diterima di daerah sini. Rumah yang berdekatan pas dengan pondok adalah rumah kakaknya umi. Pondok At-taqiy adalah satu-satunya pondok dimana makanan itu datang dengan sendirinya tanpa harus mengeluarkan uang. Misalnya pada saat Idul Adha kemarin seekor kerbau datang dengan sendirinya ke pondok, tanpa harus membeli ada seseorang yang membelikannya ke pondok.⁴⁹

B. Deskripsi Data Penelitian

Di pondok pesantren At-Taqiy banyak sekali santri super (santri gangguan jiwa) yang mengalami depresi akibat dari masalah yang dialami dalam hidupnya, masalah yang dialami pun berbeda-beda diantaranya masalah keluarga, pekerjaan, ekonomi, jabatan, dan harta benda yang membuat lupa diri akibat ambisi besar yang dimiliki, sedangkan depresi yang mereka alami bermacam-macam mulai dari depresi rendah/sedang hingga tingkat tertinggi. Permasalahan itulah yang membuat keadaan mental tidak sehat. Golongan yang kurang sehat mentalnya sangatlah luas, mulai yang paling ringan sampai yang paling berat dan orang yang merasa terganggu ketentraman hatinya sampai orang yang sakit jiwa. Gejala umum yang tergolong kurang sehat mentalnya dapat dilihat dari beberapa segi yaitu: perasaan,

⁴⁸ Umi Zuroroh, *Wawancara Oleh Penulis*, 02 September 2020.

⁴⁹ Ibu Atripah, *Wawancara Oleh Penulis*, 30 Agustus 2020.

pikiran, kelakuan, dan kesehatannya, berbagai penyakit tersebut akan timbul pada diri manusia yang tidak tenang hatinya, yaitu hati yang jauh dari Tuhannya.⁵⁰

Di pondok pesantrenlah mereka mendapatkan perawatan khusus dari pengasuh pondok At-Ta'iqy oleh KH. Nor Kholis beliau mengajarkan pada para pendetita depresi ini dengan metode hidroterapy dan juga metode dzikir, adapun pengertian dari hidroterapy adalah salah satu metode terapis yang banyak digunakan untuk menyembuhkan penyakit baik yang sakit parah maupun sakit ringan, adapun caranya adalah dengan menggunakan air. Air hangat, dingin ataupun campuran, hidroterapy ini pertama ada pada masa Yunani kuno, Roma dan Turki dengan cara berendam dengan air yang berguna untuk melepaskan rasa suntuk dan lelah disaat seharian penuh beraktivitas kerja, hidroterapy secara modern sebenarnya terinspirasi oleh Vincenz Priessnitz dia adalah seorang petani di Grafenberg Austrian Siesia Priessnitz pada semasa hidupnya menekankan bahwa pengobatan yang baik adalah melalui makanan, olahraga, udara segar, istirahat, dan air, oleh karena itu kepercayaan ini juga dikenal sebagai peletak dasar *Nature Cure*.⁵¹

Di pondok At-Ta'iqy terapi ini dilakukan dengan cara membangunkan pasien lalu mengajaknya berwudhu dan mengguyur kepalanya dengan air berada dalam kolam dengan posisi jongkok lalu membiarkan air mengalir hingga tubuh pasien terendam air sebahu atau sedagu. Tidak hanya itu saja tetapi di dalam proses pengobatan KH. Nor Kholis mengajarkan pasien juga untuk ikut melafalkan lafal dzikir yaitu laaillahaillallah secara terus menerus oleh pasien sampai proses perendaman dan pengguyuran air selesai, kalimat tasbih ini digunakan oleh KH. Nor Kholis sendiri. Disini dimaksudkan untuk membangun god sport para pasien bahwasanya dalam diri manusia ini terdapat bagian yang mudah sekali terkena penyakit baik secara lahiriyah maupun batiniah. Sedangkan selain sebagai sarang penyakit bagian

⁵⁰ Rosihon Anwar, *Akhlaq Tasawuf* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), 224-225.

⁵¹ Amot David, 2009. *Pustaka Kesehatan Populer Pengobatan Praktis; Perawatan Alternative Dan Tradisional*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer, 59.

tubuh itu dapat menimbulkan efek sebagai obat penawar bagi dirinya sendiri apabila digunakan untuk hal yang baik serta tidak melanggar tatanan hidup dan kemampuan diri sendiri, dzikir sendiri artinya adalah ingat asma Allah SWT, dengan sarana apa saja baik secara dhoir atau batin, orang yang senantiasa berdzikir maka akan merasa tenang dan tenteram dalam hidupnya.⁵² Sehingga sangat jelas bahwa dengan dzikir maka pikiran dan hati menjadi tenang dan tenteram, serta dapat meningkatkan ketakwaan dihadapan Allah SWT, dzikirpun bermacam-macam diantaranya dzikir dengan lidah, dzikir dengan pikiran, dzikir dengan perasaan, dzikir dengan keyakinan dan dzikir dengan perbuatan.

Hakikatnya manusia harus mampu untuk melakukan semua macam dzikir tersebut karena apabila seseorang telah melafalkan dzikir dan merenungkan maknanya maka akan tercermin secara jelas dalam kehidupan sehari-hari, sehingga menjalankan kehidupan terasa lebih tenang, damai dan tanpa beban apapun karena telah menyandarkan segala permasalahan dan beban hidupnya hanya kepada Allah SWT.

Kegiatan-kegiatan santri normal atau santri super (pasien gangguan jiwa) di pondok pesantren At-Taqi, diantaranya:

1) Setiap malam/kegiatan rutin ngaji harian (kecuali malam jum'at), rutinitas ngaji kitab Hikam diterapkan di Pondok pesantren At-Taqi.

Beberapa hal tentang isi Kitab Hikam:

- a) Di dalam kitab tasawuf, hati, *qalb*, *nafs*, ruh, sejatinya adalah satu.
- b) Sebuah ilmu dibutuhkan karena ilmu adalah cahaya.
- c) Mengenai anjuran untuk mendapatkan *al-anwar* atau cahaya.
- d) Ilmu tentang pengetahuan atau ilmu-ilmu rahasia Ketuhanan.
- e) Ilmu pengetahuan adalah cahaya itu sendiri. Menurut Imam Ghazali, Ilmu itu didapat dengan 2 cara:
 1. Ilmu *Taimiyah*; sistem belajar mengajar
 2. Ilmu *Ilhamiyah*; ilmu yang didapat dari ilham.

⁵² Nur Subhan, *The Power Of Dzikir*. Jakarta: Amzah. 149-155.

- Manusia adalah misteri. Manusia belum mampu menangkap dalamnya manusia itu sendiri. Iman seseorang tidak akan sempurna jika cintanya melebihi diri sendiri.
- f) Istilah yang dipakai oleh hati adalah “*ngerti*”.
- g) *Keghaiban* bisa diketahui dari hati yang berpengetahuan.
- h) Luasnya hati itu tidak terbatas, karena hati berada di alam ghaib, alam langit yang sangat luas sekali.
- i) *Jisim latifun*, adalah *jisim* yang lembut tapi diyakini akan keberadannya atau disebut ruh (manusia sejati).
- j) Ilmu itu dimasukkan di hati dan direalisasikan dalam bentuk akhlak supaya menjadi jiwanya atau rasa.
- k) Jangan bersenang-senang berlebihan agar tidak sedih dikemudian hari.
- l) Di dalam waktu manusia berisi 4 hal yang pasti, yaitu; nikmat, cobaan, taat dan maksiat.
- m) Yang mempunyai iman adalah cinta akhirat dan dunia, jika imannya tersampai diluar hati.
- n) Nafsu diri pribadi adalah diri sendiri dan mengungkapkan dengan kata ‘aku’.
- o) Cara melepas penguasaan diri dari nafsu pribadi adalah; yang diangan-angan, diingat, disukai, disadari, diinginkan, hanya kepada Allah SWT.
- p) Tanda-tanda Ilmu Nur masuk ke hati adalah; hengkang dari dunia. Mengosongkan hati; mengutus ketergantungan, kecenderungan *mannah* (hati).
- q) Merasa itu ada 2:
 1. Yang dihasilkan panca indera, atau namanya *Al-Hallas*, sebuah perasa yang lahiriah.
 2. Yang dihasilkan dari hati, sebuah perasa batiniah.
- 2) **Kegiatan mingguan ataupun bulanan seperti mengaji pada jum’at pagi yaitu pengajian Kitab Ihya’ Ulumuddin pukul 07:30-10:30 wib.**

Acara kegiatan rutinan mengaji di jumat pagi tidak hanya santri di pondok yang mengikuti acara tersebut, melainkan untuk umum siapa saja diperbolehkan mengikuti acara rutinan mengaji di jumat pagi. Yaitu dari

santri-santri pondok, area terdekat maupun dari kalangan luar pondok pesantren At-Taqiy.⁵³

3) **Mujahadah**

Mujahadah dilakukan setiap hari (tengah malam) di mulai pukul 12:00-01:00 Wib. Bagi santri normal maupun santri super (gangguan jiwa) tidak ada larangan untuk mengikuti acara mujahadah.

4) **Mandi malam atau mandi taubat**

Bila ditinjau secara ilmiah, pada waktu bangun tidur kulit dan daging dalam keadaan mengendur dan syaraf-syaraf sedang tegang, kemudian diguyur dengan air dingin, maka kulit dan daging akan mengkerut dan syaraf-syaraf yang tegang akan kembali pada posisi yang sebenarnya, sehingga dapat dirasakan tubuh menjadi segar bugar.

5) **Dzikir**

Dzikir dalam arti luas adalah kesadaran bahwa Allah SWT, sumber gerak, sumber norma, sumber hidup, dan lain-lain. Sedangkan dalam arti sempit, yakni membaca tasbih, tahmid, tahlil, dan takbir. Sebaik-baiknya dzikir adalah kalimah *Laillahailallah* dan sebaik-baiknya do'a adalah kalimat Alhamdulillah. (HR. Tirmidzi). Kalimah *Laillahailallah* ini yang diterapkan kepada pasien 'santri super' ketika mandi malam (mandi taubat). Pada saat orang muslim menyibungkan dzikrullah, ia akan merasa dekat dengan Allah SWT, serta merasa berada dalam perlindungan dan penjagaan-Nya. Ini akan membangkitkan rasa percaya diri, aman, tenang, dan bahagia. Allah SWT berfirman:

فَذَكِّرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ (152)

Artinya: Karena itu, ingatlah kalian kepada-Ku, niscaya Aku ingat (pula) kepada kalian; dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kalian mengingkari (nikmat-Ku).

Maka dengan memperbanyak dzikir dapat menimbulkan ketenangan dan ketentraman dalam jiwa bagi setiap orang yang mengamalkannya, tidak diragukan lagi merupakan merupakan obat kegelisahan yang dirasakan manusia saat

⁵³ KH. Nor Kholis, *Wawancara Oleh Penulis*, 02 September 2020.

dirinya lemah tak berdaya dihadapkan tekanan serta bahaya hidup, dan tidak ada tempat bersandar dan penolong, kecuali Allah SWT.⁵⁴

6) Istighosah umum (Sewelasan)

Kegiatan sewelasan ini tidak hanya istigosah biasa akan tetapi dibarengi dengan sholawat Nabi yang diiringi dengan terbangun/rebana dari santri-santri At-Ta'iqiy. acara sewelasan pada tanggal 11 dalam hitungan hijriyah, ataupun pengajian-pengajian hari-hari besar, santri yang terganggu jiwanya diikutsertakan dalam pengajian-pengajian tersebut berkumpul dengan jama'ah yang lain. Hal ini ditunjukkan untuk membiasakan dalam berinteraksi dengan orang lain dan menumbuhkan jiwa sosial. Kegiatan ini tidak hanya diikuti oleh para santri penghuni pondok, melainkan baik santri normal maupun gangguan jiwa, tapi juga diikuti oleh masyarakat sekitar pondok maupun dari luar daerah, kegiatan ini dilaksanakan setiap satu bulan sekali yaitu pada tanggal 11 H.⁵⁵ Salah satu tujuan kegiatan ini, ialah sebagai rutinitas jama'ah dan santri-santri yang diasuh oleh KH. Nor Kholis serta membantu mendo'akan sebagai wujud terapi pengembalian kesadaran bagi para santri yang mengalami gangguan jiwa di Pondok Pesantren tersebut, agar ruhaniyahnya selalu terisi dengan energi positif dari lantunan sholawat dan asma-asma Allah SWT (berdzikir). Gema lantunan sholawat dan dzikir secara rutin dengan suara keras dapat merangsang fungsi otak dan menggugah kesadaran jiwa agar selalu mengingatkan pada asma-asma Allah SWT, sehingga menormalisasi kembali fungsi-fungsi jaringan tubuh yang telah terganggu.

⁵⁴ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 93-94.

⁵⁵ KH. Nor Kholis, *Wawancara Oleh Penulis*, 28 Agustus 2020.

C. Analisis Data Penelitian

1) Gejala-gejala yang dialami oleh pasien penderita gangguan jiwa di Pondok Pesantren At-Taqiy Kalipucag Kulon, Welahan Jepara.

Gejala-gejala umum yang tergolong mental kurang sehat atau gangguan jiwa dapat dilihat dari beberapa segi, antara lain: perasaan, pikiran, kelakuan, dan kesehatan, ketidak tenangan jiwa tersebut akan memunculkan penyakit-penyakit mental, yang pada gilirannya akan menjelma menjadi perilaku yang tidak baik dan menyeleweng dari norma-norma umum yang disepakati.⁵⁶ Gejala-gejala yang dialami pasien penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Taqiy antara lain:

- a. Responden bernama Arief (28 tahun) berasal dari Porwodadi, santri super (pasien penderita gangguan jiwa) di pondok pesantren At-Taqiy. Gangguan yang dialami Arif merupakan gangguan keturunan dari salah satu pihak keluarganya. Awal mula Arif dimasukan dalam pondok pesantren masih dalam keadaan linglung dan bisu. Gangguan lain dari Arif ini juga berupa tingkat seksualitas tinggi atau tidak bisa menghentikan perbuatan onani, ia sangat sering melakukan onani di dalam kamar atau ruang karantina. Apabila ada tamu perempuan ke pondok pesantren, Arif awalnya bersifat malu-malu tapi setelah itu ia akan melakukan senyum sendiri secara terus-menerus di dalam kamar. Akan tetapi setelah Arif menjalani perawatan di pondok At-Taqiy kurang lebih 4 tahunan, ia diajak mengaji dan dibimbing langsung oleh Abah Nor Kholis, hingga sekarang Arif sudah bisa disuruh-suruh untuk membantu membersihkan lingkungan pondok pesantren, sudah bisa sholat meskipun gerakan dan bacaannya masih asal-asalan. Serta kebiasaan dalam beronani sudah bisa dihentikan walau terkadang dapat kambuh lagi, memang jika gangguan yang bersifat keturunan sulit

⁵⁶ Rosihon Anwar, *Akhlak Tasawuf*, 225.

untuk disembuhkan tapi dalam pesantren ini hanya memasrahkan kesembuhan pada Allah SWT.⁵⁷

- b. Responden bernama Alex Susanto berasal dari Desa Teluk, Welahan Jepara. Awal mula peristiwa yang dialami Alex, ia merenung, melamun, dan berteriak-teriak sendiri. Alex susanto dan adik perempuannya mengalami gangguan jiwa depresi mulai lulus sekolah MTS, penyakit yang dialami sampai sekarang sudah menginjak sekitar 15 tahun, sebelumnya mereka sudah melakukan pengobatan ke rumah sakit RA. Kartini Jepara, dan diberi obat-obatan setelah pengobatan itu dijalani berada dalam rumah sakit selama satu bulan tetapi tidak ada perubahan atau respon terhadap penyakitnya. Alex juga pernah dirukyah tetapi orang yang merukyah itu mengatakan bahwa Alex kondisinya tidak apa-apa, kemudian setelah Alex diobati berbagai macam pengobatan tetapi tidak ada perubahan menuju kesembuhan lalu orang tuanya memasrahkan ke pondok pesantren At-Ta'iqy lalu orang tuanya bercerita tentang keadaan dan kondisi yang dialami Alex dengan tujuan agar mengalami perubahan positif kondisi jiwanya. Seperti yang dikatakan oleh ibu pasien kepada pengasuh Pondok pesantren At-Ta'iqy “ *Alex iku nek isok ya koyok lumprahe wong biasane ya biasa iku piye gak ketok nek koyo wong stress, ya njagong karo kancane ya ngiwangi aku kadang kan aku kerjoku neng pasar, tapi medeni ya iku nek tengah wengi umat ya langsung medeni tapi parahe iku pas wis ditinggal bojone pegatan iku loh nemen senengane ngamuk dewe, guyu dewe meneng nglamun ae nek diomongi gak nyaut ya wes koyo nek ning kene iku ah, tapi mending mas wes rodok gelem ngomong saiki maune blas gak gelem kok paling nek diomongi ya guyu ae ngono* “ dapat disimpulkan bahwa gangguan jiwa itu terjadi melalui beberapa tahap dan gejala, terkadang

⁵⁷ Pengurus Pasien Pondok Pesantren At-Ta'iqy, Wawancara Oleh Penulis, 02 September 2020. di pondok pesantren At-Ta'iqy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara.

penderita terlihat sudah sembuh akan tetapi jika mengalami suatu masalah maka ia akan kembali terguncang jiwanya dan akan lebih parah dari yang sebelumnya, hal ini sama seperti yang dialami oleh Alex ia mengalami gangguan jiwa yang sangat parah sampai saat ini karena mengalami perceraian sehingga ia merasa terpukul dan tidak sanggup menerima kenyataan dalam dirinya hingga akhirnya terkena gangguan mental.

- c. Responden bernama Mukharom (43 tahun), berada di pondok pesantren At-Ta'iqy mulai sejak tanggal 04 Desember 2008, ia berasal dari Kriyan- Kalinyamatan Jepara, pada dahulu kala penyebab Mukharom mengalami gangguan jiwa adalah karena ia kehilangan rumah akibat kalah dari berjudi dan hutang bank serta masalah percintaan, permasalahan tersebut menjadi salah satu penyebab gangguan jiwa yang dialami sampai sekarang ini. Menurut cerita dari pengasuh pondok dulunya Mukharom merupakan seorang guru, pantas saja ia sering berhitung-hitung, menyanyi lagu nasional dan lagu daerah meskipun terkadang terbolak balik kata-katanya tetapi cukup lanyak, sampai sekarang Mukharom masih dalam proses perawatan dan penyembuhan berada di pondok At-Ta'iqy.
- d. Responden bernama Kaji Mail, berasal dari Desa Troso, Pecangaan Jepara. Namanya Mail saja tidak ada Kajinya sebab awal mula dipanggil Kaji Mail karena dulu sebelum berada di pondok At-Ta'iqy ia sudah daftar haji, dikarenakan kondisi mental tidak mendukung maka tidak jadi berangkat pergi haji, dalam pikiran Kaji Mail masih terbayang-bayang ketika ia dulu pernah daftar haji itulah sebabnya jadi jika dipanggil Mail saja tidak mau malah marah tapi dipanggil Kaji Mail baru mau menjawab atau ada respon. Ia merupakan seorang pengusaha yang kaya dan sukses namun usahanya tidak berjalan lancar sebab di tipu oleh orang. Setiap kirim barang tidak pernah di bayar langsung oleh pembelinya namun Kaji Mail hanya dapat janji dari sang pembeli, seiring

berjalannya waktu perusahaan Kaji Mail mengalami masalah keuangan sampai menjadi beban dalam pikirannya di tambah lagi istri selingkuh dengan laki-laki lain jadi permasalahan tersebut semakin membuat bertambahnya beban pikiran. permasalahan itu terus menjadi beban pikiran Kaji Mail dan pada akhirnya ia sudah tidak sanggup untuk memikirkan semua itu, lalu akhirnya ia menjadi stres karena kepikiran, mentalnya jadi tidak sehat karena tekanan batin. Hingga sampai sekarang keadaannya semakin ada perubahan positif meskipun belum normal 100%.

- e. Responden bernama Resat, ia dulu seorang pengusaha berasal dari Tayu, yang jatuh bangkrut dan penyebabnya adalah teman sendiri menikung, menusuk dari belakang dan memfitnah ia sebagai seorang pecandu narkoba, tiba-tiba ada razia dadakan terbukti akhirnya polisi menemukan narkoba dalam jok motornya karena dijebak oleh teman sendiri, karena di laporkan kepolisi sampai dipenjara lalu temannya itu mengambil dan menguasai seluruh harta yang dimiliki dan menyebabkan kondisi batin menjadi tidak tenang, merasa hilang jati diri, hilang semangat untuk hidup (kondisi mental kurang sehat), setelah fenomena yang dialami, ia menginginkan keadaan mental menjadi tenang lalu suatu hari mendatangi sebuah pondok di Kecapi. Satu bulan kemudian setelah berada di pondok kecapi ia merasa keadaan batinnya belum ada perubahan/belum merasa ketenangan, lalu pindah ke pondok At-taqiy di jadikan sebagai tempat pelarian guna dengan tujuan agar kondisi batin (mental) mendapatkan ketenangan dan dapat menerima kenyataan peristiwa yang terjadi dalam dirinya. Ia mendapatkan pencerahan langsung dari KH. Nor Kholis dan alhamdulillah kondisi mentalnya dapat merasakan sedikit ketenangan dan adanya perubahan karena sedikit demi sedikit dapat menerima kenyataan yang ada dalam hidupnya.⁵⁸

⁵⁸ Pengurus Pasien Pondok Pesantren At-Taqiy, Wawancara Oleh Penulis, 03 September 2020.

Dampak buruk dari gejala-gejala yang dialami pasien penderita gangguan jiwa, menyebabkan lenyap dan padamnya “*Nur Illahiyah*” yang bisa menerangi kecerdasan-kecerdasan hakiki dari dalam diri seorang hamba, mengakibatkan jiwa kehilangan power dan energi positif, *qalbu* (hati yang lembut) telah kehilangan power dan energi untuk menangkap dan menerima hidayah dari Allah SWT.⁵⁹

2) Proses pelaksanaan mandi taubat di pondok pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara.

Tata cara mandi taubat, sebagai berikut:

- a. Berniat dengan baik secara lisan ataupun didalam hati saat akan melakukan mandi taubat untuk membersihkan diri dari perbuatan dosa dan kotoran yang menempel di badan.
- b. Menuangkan air pada kedua tangan seperti halnya mengambil air wudhu, kemudian basuhlah kedua tangan sebanyak dua atau tiga kali.
- c. Mencuci daerah kemaluan dengan tangan kiri.
- d. Membersihkan seluruh badan dengan sabun layaknya seperti mandi pada umumnya dengan menggosokkan sabun menggunakan tangan kiri.
- e. Lalu berwudhu seperti urutan saat berwudhu seperti biasa kemudian mencuci pergelangan tangan sampai dengan membasuh kaki.
- f. Membasuh sela-sela rambut dengan menyematkan jari-jari dengan air kesetiap sela-sela rambut sampai kulit kepala. Namun ada beberapa pendapat bahwa hal ini tidak sepenuhnya mutlak dilakukan karena ada riwayat seorang wanita bertanya kepada Nabi Muhammad SAW, mengenai melepas jalinan rambutnya, lalu beliau menjawab cukup dengan menuangkan air sebanyak tiga kali diatas kepalamu.
- g. Membasahi kepala dengan menuangkan air sebanyak tiga kali mulai bagian dari kepala kanan lalu kekiri.
- h. Membasuh seluruh tubuh dimulai dari kanan kemudian kekiri.

⁵⁹ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi Dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001). 383-384.

i. Diakhir dengan kaki dan sela-sela jari kaki.⁶⁰

Implementasi proses terapi mandi taubat pasien pondok pesantren At-Taqiy. Penulis mengamati bahwa proses terapi “Hydrotherapy” atau mandi taubat pasien di pondok At-taqiy, sebagai berikut:

- Pasien dimasukkan kedalam kolam yang berisi air yang sangat penuh dan menggunakan air yang bersih.
- Semua para pasien ketika dimandikan sambil mengucapkan kalimat *Laa illaa haillallah* dan berdzikir sebanyak-banyaknya tanpa batas dan yang belum bisa mengucapkan ia dilatih oleh pengurus yang memandikan.
- Proses pemandian dilakukan selama 1 jam yaitu mulai pukul 00.00-01.00 wib.
- Setelah proses pemandian selesai para pasien di berikan minum teh hangat.
- Proses semua yang dilakukan sudah selesai maka para pasien dikembalikan ketempatnya masing-masing.⁶¹

Proses terapi terhadap pasien di pondok At-taqiy merupakan terapi menggunakan pendekatan “Terapi Ritual dalam Ibadah”, seperti berdoa, berdzikir, membaca dan mendengarkan Al-Quran, dan mandi taubat. Penulis menjelaskan bahwa ritual merupakan tindakan manusia untuk melahirkan pengalaman spiritualitas atau merasakan keterkaitan dirinya dengan sesuatu yang agung, sedangkan secara teologis ritual merupakan cara manusia untuk mendapatkan yang trasenden, dalam Islam misalnya shalat, berwudhu, berdoa, berdzikir, membaca dan serta mendengarkan Al-Qur’an. Sifat kegiatan yang terdapat dalam kekhasannya ritual tersebut itulah yang secara neurobiology, dapat mengaktifkan beberapa otak, terutama pada system syaraf otonom. System syaraf otonom berpusat di hypothalamus bagian depan mengurus system parasimpatis (membuat para seseorang menjadi tenang, rileks, dan aktifitas denyut jantung dan pernafasan

⁶⁰ [Http:// Fimadani. com/](http://Fimadani.com/) Cara Mandi Taubat. Diakses pada 05 September 2020.

⁶¹ Pengurus Pasien Pondok Pesantren At-Taqiy, Wawancara Oleh Penulis, 03 September 2020.

menjadi tenang), dan hypothalamus bagian belakang mengurus system simpatis (memunculkan respon lari atau lawan ketika seseorang merasa takut atau diancam; denyut jantung, nafas, tekanan darah dan nadi bertambah secara tidak normal). Yang menarik adalah hypothalamus merupakan bagian dari sistem limbic atau sistem limbik dalam (deep limbic system) yang ada ditengah-tengah otak system limbic adalah bagian otak yang memberikan nuansa pada setiap pikiran, membuat pikiran seseorang memiliki warna, gairah, atau motivasi.⁶²

3) **Efektivitas terapi mandi taubat terhadap penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara.**

Disini penulis memaparkan terlebih dahulu mengenai manfaat terapi mandi taubat sebagai berikut:

- a) Memperoleh kesucian diri sehingga jiwa selalu terjaga atau terlindungi dari dosa, baik dalam keadaan sadar maupun dalam keadaan lengah.
- b) Mendapatkan kesehatan jiwa yang *muthmainnah* (tenang), dan *radhiatan mardhiyyah* (ridha dan diridhai).
- c) Dengan bertaubat dan melaksanakan mandi taubat dapat mengganti keburukan menjadi kebaikan.
- d) Taubat dapat mensucikan hati. Dosa itu di ibaratkan sebagai noda kita ketika seseorang banyak melakukan dosa maka di dalam hatinya akan terkumpul banyak noda, dan dengan cara mandi taubat itulah yang mampu mensucikannya.
- e) Taubat juga dapat membebaskan seseorang dari tekanan perasaan berdosa dan merasa takut. Sebab seseorang yang telah melakukan dosa, maka dirinya akan merasakan celaka dan terganggu oleh tegangan-tegangan yang ada di dalam jiwa, karna dengan mandi taubat di tengah malam hari dapat menjadikan kondisi jiwa tenang dengan guyuran air keseluruhan tubuh.

Efektivitas terapi mandi taubat yang dirasakan oleh pasien penderita gangguan jiwa di pondok pesantren

⁶² Atika Adlina, *Terapi Ritual Dalam Ibadah*, Kudus: 2018.

At-Taqiy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara. Penulis memaparkan hasil observasi dan interview sebagai berikut:

Responden pasien yang bernama Arif mengatakan bahwa setelah mandi malam (mandi taubat) perasaan dalam hati merasakan adem, tentram, tenang, dan pasti terasa dingin karena guyuran air keseluruh tubuh ditengah malam.⁶³ Pasien yang bernama Alex, ia merasa dinginnya air ditengah malam hari tetapi badan merasakan kebugaran dari sebelumnya lebih terasa fresh, badan terasa sehat, pikiran terasa tidak terbebani.⁶⁴ Pasien Mukharom, mengatakan bahwa setelah mandi di tengah malam hari ia merasa mandinya seperti mandi biasa atau boleh dikatakan mandi seperti mandi sehari-hari sama saja tidak ada bedanya hanya saja ketika selesai mandi malam jiwa merasa tenang dan sabar.⁶⁵

Kaji Mail, ia merasa ada aura yang berbeda dengan mandi biasanya karena setelah mandi malam keadaan jiwa merasa tenang, pikiran terasa adem, hati terasa sabar, emosi bisa tercontrol karena sebelumnya sering mengamuk sendiri dengan banyak bicara nyeleneh atau bicara seenaknya sendiri.⁶⁶ Dan selanjutnya, santri super (gangguan jiwa) bernama Resat, mandi di malam hari air terasa dingin sekali tapi lebih seger dari pada mandi di siang hari, ketika selesai melaksanakan mandi malam/mandi taubat perasaan jiwa kini lebih tenang, sabar, badan terasa sehat, sedikit demi sedikit bisa menahan diri dari emosi yang tidak tercontrol karena hati sudah dikendalikan oleh amarah dan benci dari masa lalunya.⁶⁷

4) **Konsep terapi menggunakan metode hidroterapi terhadap pasien penderita gangguan jiwa**

Hidroterapi adalah bentuk pelayanan medical yaitu terapi menggunakan air sebagai media. Hidroterapi merupakan salah satu metode yang efektif dalam

⁶³ Pasien Arif, Wawancara Oleh Penulis, 01 September 2020.

⁶⁴ Pasien Alex, Wawancara Oleh Penulis, 01 September 2020.

⁶⁵ Pasien Mukharom, *Wawancara Oleh Penulis*, 01 September 2020.

⁶⁶ Pasien Kaji Mail, *Wawancara Oleh Penulis*, 01 September 2020.

⁶⁷ Pasien Resat, *Wawancara Oleh Penulis*, 01 September 2020.

mengurangi rasa nyeri dan dapat dilakukan dengan mudah. Istilah hidroterapi sendiri dikenal baru ada sekitar abad ke 19. Namun air telah dimanfaatkan sebagai bagian dari metode penyembuhan sejak beberapa abad yang silam.

1. Prinsip dasar hidroterapi

- a) Aplikasi dingin dapat membantu mengurangi ujung saraf bebas yang sensitif terhadap nyeri dan dapat mengurangi reaksi inflamasi yang menyertainya.
- b) Aplikasi dingin dan panas dapat mengurangi reaksi kongesti atau pembengkakan yang menyebabkan nyeri dan kekakuan.
- c) Aplikasi dingin yang agak lama dapat mengurangi kecepatan aliran darah sehingga dapat mencegah timbulnya reaksi memar.
- d) Uap air hangat dapat membantu mengurangi nyeri dada dan sumbatan sinus.
- e) Aplikasi panas dapat dilatasi atau membukanya aliran darah yang mengakibatkan relaksasi dari otot.
- f) Aplikasi dingin sesaat pada awalnya menyempitkan pembuluh darah, menguraangi aliran darah, dan jaringan yang bengkak dan meningkatkan aliran darah pada organ dalam. Setelah aplikasi dingin sesaat pembuluh darah terbuka dan jaringan dipenuhi oleh darah yang mengandung banyak oksigen.
- g) Aplikasi panas dan dingin yang bergantian dapat meningkatkan drainase dan oksigenasi ke jaringan.
- h) Aturan umum pula, selalu kompres dingin dahulu kemudian dilanjut dengan kompres panas dan di akhiri dengan kompres dingin.
- i) Aplikasi dingin yang lama dapat menekan sirkulasi dan metabolisme.
- j) Aplikasi panas yang terlalu lama dapat membuat kongesti/sumbatan dan membutuhkan aplikasi dingin untuk memperbaikinya.

- k) Pada pengobatan hidroterapi, temperatur dibagi menjadi beberapa bagian yaitu:
- Panas : 36-40 derajat C
 - Hangat : 34-36 derajat C
 - Hangat kuku/suam : 26-33 derajat C
 - Sejuk : 18-26 derajat C

2. Manfaat hidroterapi

- a. Terapi air merupakan pengobatan unggulan yang bermanfaat untuk beberapa rehabilitasi syaraf, tulang, otot, sendi. Manfaat hidroterapi antara lain: menggunakan dan merelaksasikan otot.
- b. Memperbaiki pola jalan dan postur tubuh.
- c. Mengurangi nyeri, bengkak, kaku otot dan sendi, meningkatkan fungsi jantung, sirkulasi darah dan pernafasan.
- d. Meningkatkan kemampuan fungsional dan kualitas hidup.
- e. Memperbaiki keseimbangan dan koordinasi.
- f. Memperbaiki lingkup gerak sendi, stroke, nyeri sendi lutut, dan penyakit rematik, scoliosis, gangguan perkembangan anak, paska cedera olahraga, paska oprasi patah tulang, paska melahirkan.

3. Jenis-jenis hidroterapi

Beberapa model terapi air, antara lain: mandi kneipp, sauna dan uap, jacuzzi dan rendam air panas, irigasi kolon, berjalan di pantai, watsu, berenang bersama lumba-lumba, mandi rendam, dan mandi siram air dingin.

- a) Mandi Kneipp: dinamakan mandi kneipp karena pertama kali dipopulerkan oleh seorang warga jerman bernama Sabastian Kneipp". Mandi kneipp dilakukan dengan menggunakan air panas dan air dingin di dua tempat yang berbeda misal dua bak rendam atau dua kolam renang dengan air yang satu panas dan yang satunya lagi air dingin.
- b) Sauna dan Uap: dalam sebuah sauna, bebatuan dipanaskan sedemikian rupa sehingga ketika disiram air akan menghasilkan panas yang kering dan bersifat mengisap keluar racun. Dalam ruang

uang air dipanaskan sedemikian rupa sehingga menguap seperti uap air dari ketel yang dipompakan ke ruangan tertutup sehingga menciptakan panas basah. Sauna dan uap membantu anda mengeluarkan racun melalui keringat sekaligus pembersihan kulit, pengeluaran racun dilakukan oleh panas kering dan pembersihan kulit dilakukan oleh panas basah.

- c) Dalam mandi jacuzzi: gelembung air yang dipanaskan di dalam bak rendam akan disemburkan pada titik-titik khusus ditubuh sehingga terasa pemijatan yang melancarkan peredaran darah. Mandi jacuzzi akan lebih maksimal jika dikombinasikan dengan mandi air dingin untuk memberi kejutan tubuh.
- d) Watsu: menggabungkan penggunaan air untuk menopang tubuh dengan gerakan peregangan seperti gerakan tarian balet. Anda akan menyadari tubuh digerakkan keberbagai posisi dan mengalir dari satu gerakan ke gerakan lainnya, sementara peregangan ditahan dan dilepaskan. Gerakan dilakukan diantara posisi terbang dan mengapung.

4. Efek hidroterapi

- a) Efek terapeutik: meningkatkan tonus otot dan usus besar sehingga meningkatkan peristaltik dan absorpsi dari zat-zat makanan serta air di caecum dan colon ascendens.
- b) Efek pembersihan: mengurangi stagnasi dan pembentukan bakteri patologis dalam colon akibat proses fermentasi flora di dalam usus sehingga mengoptimalkan kesehatan, proses pengisian dan pengosongan air diulang 4 kali selama sekitar 1 jam terapi.

5. Pelaksanaan hidroterapi

Beberapa persiapan yang harus dilakukan sebelum melakukan hidroterapi antara lain:

- a. Tempat yang akan digunakan di cek kebersihannya, air dan larutan yang akan digunakan perlu diatur/apakah sudah sesuai dengan rencana (yang telah di programkan).

- b. Pengecekan peralatan yang akan dipergunakan secara lengkap . Misalnya pusran/tekanan air sudah berjalan, pengecekan suhu air.
 - c. Persiapan pengecekan keadaan umum klien (sehat, tidak sakit kulit, sakit jantung, atau tekanan darah yang tidak tercontrol).
 - d. Perlu penyiapan handuk dan tempat ganti pakaian.
6. Proses penyembuhan
- a) Dalam air merangsang saraf sensorik, lalu merangsang sel-sel otak. Di dalam air tekanan tubuh menjadi lebih ringan sehingga bisa menguatkan ketahanan otot, anggota tubuh dalam air akan lebih mudah digerakkan dan dilatih kelenturannya untuk menguatkan otot-otot dan sendi-sendi tubuh karena hilangnya gravitasi tubuh.
 - b) Memperlancar sirkulasi darah dan meningkatkan penyerapan oksigen kedalam jaringan saraf.
 - c) Mengurangi kekakuan otot.
 - d) Membuat jaringan sendi jadi lebih lentur.
 - e) Menurunkan rasa nyeri.
 - f) Memberikan efek relaksasi.
 - g) Meningkatkan kemampuan gerak anggota tubuh.⁶⁸
7. Prinsip kerja hidroterapi

Dapat menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan penurunan ketegangan otot sehingga dapat melancarkan peredaran darah yang akan mempengaruhi tekanan arteri oleh baroreseptor pada sinur kortikus dan arkus aorta yang akan menyampaikan impuls yang dibawa serabut saraf yang membawa isyarat dari semua bagian tubuh untuk menginformasikan kepada otak perihal tekanan darah, volume darah dan kebutuhan khusus semua organ kepusat saraf simpatis ke medulla sehingga akan merangsang tekanan sistolik yaitu ragangan otot ventrikel akan merangsang ventrikel untuk segera berkontraksi.⁶⁹

⁶⁸ <https://id.scribd.com/doc/123131947/jurnal-hidroterapi> oleh firman fadly kusuma putra 31 januari 2013.

⁶⁹ Inggrit evi dilianti, erlisa candrawati, ragil catur adi w. (*efektifitas hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hirpertensi*)

8. Kelebihan terapi hidroterapi
 - a. Air dapat meringankan beban tubuh karena gaya gravitasi, sehingga mampu menguatkan otot yang lemah, mempertahankan dan meningkatkan lingkup pergerakan sendi.
 - b. Penggunaan suhu air 33-36 derajat celsius memberikan efek relaksasi otot dan pembuluh darah, sehingga memberikan rasa nyaman selama terapi.
 - c. Pelatihan fisik oleh terapis terlatih membantu mengembalikan dan meningkatkan fungsi otot dan persendian yang terganggu.

Kombinasi dari ketiga faktor tersebut mampu merangsang produksi hormon endorfin, sehingga dapat mengurangi stres dan meredakan rasa nyeri.⁷⁰

5) Analisis secara global yang dihasilkan peneliti dari hasil Penelitian tentang efektivitas terapi mandi taubat terhadap pasien penderita gangguan jiwa di Pondok Pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara.

Penulis memaparkan hasil penelitian terhadap efektivitas terapi mandi taubat terhadap pasien penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Taqiy, Kalipucang Kulon, Welahan Jepara. Pasien penderita gangguan jiwa bahwa setelah melakukan treatment dan perawatan di pondok terapi mandi taubat sebagai metode hidroterapi merupakan bentuk pelayanan medical yaitu terapi menggunakan air sebagai media, air merupakan pengobatan unggulan yang bermanfaat untuk beberapa rehabilitasi syaraf, tulang, otot, sendi. Manfaat hidroterapi antara lain: menggunakan dan merelaksasikan otot, sehingga mereka mengalami perubahan positif. Karena tobat dalam pembahasan tasawuf dimaksudkan sebagai

dipanti wreda al-islam malang. jurnal ilmiah 2017.publikasi.unitri.ac.id. Nursing news, volume 2, nomor 3, 2017.

⁷⁰<http://www.mandayahospital.com/hidroterapi-fisioterapi-karawang-pertama-rehabilitasi-medik-dokter-fisioterapis-profesional-mandaya-hospital-jawa-barat-sehat-3/>.

maqam pertama yang harus dilalui oleh seseorang, karena dengan taubat jiwa seseorang bersih dari dosa. Tuhan dapat didekatkan dengan jiwa yang suci.⁷¹

Pasien yang bernama Arif (28 tahun), berasal dari Purwodadi. Gangguan mental yang dialami Arif merupakan gangguan keturunan dari keluarganya, pertama kali Arif dimasukkan pondok pesantren At-Taqiy ia masih keadaan linglung terlihat tidak memiliki pandangan hidup yang jelas. Selain linglung Arif juga memiliki gangguan lain yaitu berupa tingkat seksualitas tinggi, ia sering melakukan onani di dalam kamar ataupun di ruang karantina, sering senyum-senyum sendiri ketika ada tamu perempuan di pondok pesantren. Kurang lebih selama 4 tahun Arif berada di pondok pesantren At-Taqiy, mengikuti perawatan, diajak berdzikir dan dituntun mengaji oleh Abah Nor Kholis, sekarang ada perubahan sudah bisa ikut membantu membersihkan lingkungan area pondok pesantren, sudah bisa ikut belajar sholat meskipun terkadang bacaan dan gerakan sholat masih ada yang salah. Disampin itu juga Abah Nor Kholis memasrahkan semua kesembuhan hanya pada Allah SWT. Selain mengaji, dan berdzikir, Arif mengikuti kegiatan mandi di tengah malam hari atau disebut terapi mandi taubat dilakukan selama 1 jam yang dimulai pukul 00.00-01.00 wib, pasien Arif dimasukkan kedalam kolam yang berisi air sangah penuh dan menggunakan air bersih lalu ketika terapi mandi taubat dimulai pasien sambil mengucapkan kalimat *Laa illaa haillallah* dan dzikir sebanyak-banyaknya. Setelah peneliti berbincang-bincang dengan pasien yang bernama Arif, bahwa efektivitas yang dirasakan setelah melaksanakan mandi taubat ia merasakan ketenangan, hati merasakan tentram, adem, dan air sangat dingin sekali karena seluruh badan diguyur air ditengah malam hari. Dari pemaparan tentang pasien gangguan jiwa yang bernama Arif, peneliti mengambil kesimpulan bahwa Arif mengalami perubahan positif setelah mengikuti perawatan atau kegiatan di pondok pesantren At-Taqiy.

⁷¹ Rosihon Anwar, *Akhlak Tasawuf*, 200.

Pasien yang bernama Alex Sutanto, berasal dari Desa Teluk, Welahan Jepara. Awal mula peristiwa yang dialami oleh Alex, yaitu melamun, merenung, dan berteriak-teriak sendiri. Gangguan mental yang dialami Alex mulai sejak lulus MTS, kurang lebih sampai sekarang sudah menginjak 15 tahun, sebelumnya Alex sudah melakukan pengobatan di RS. RA. Kartini Jepara dan diberi obat-obatan tapi setelah pengobatan dijalani sampai menginap di rumah sakit selama 1 bulan tidak ada perubahan sama sekali atau respon terhadap penyakitnya. Kemudian Alex juga pernah di ruyah, orang yang meruyah mengatakan bahwa kondisi Alex tidak apa-apa, setelah Alex melakukan pengobatan berbagai macam tetapi tidak ada perubahan positif terhadap penyakitnya lalu orang tua Alex memasrahkan ke pondok pesantren At-Taqiy dan bercerita tentang keadaan dan kondisi yang dialami oleh Alex, agar ia bisa ikut perawatan di pondok pesantren oleh Abah Nor Kholis agar kondisi jiwa menjadi lebih tenang lalu sampai ketahap penyembuhan atau setidaknya ada perubahan positif dari penyakitnya. Ketika Alex sudah berada dalam pondok pesantren At-Taqiy, kini ia di ajak, dituntun mengikuti kegiatan-kegiatan mengaji dan peraturan pondok bahkan mengikuti juga kegiatan mandi malam (terapi mandi taubat). Mandi taubat dilakukan selama 1 jam, yaitu mulai pukul 00.00-01.00 wib. pasien ditaruh dalam kolam yang berisi air penuh dan bersih. Semua pasien yang ikut mandi taubat dibarengi mengucapkan kalimat-kalimat dzikir. Sesudah Alex mengikuti mandi di malam hari, efektivitas yang dirasakan tubuhnya bahwa ia merasakan kebugaran dan lebih fresh, pikiran terasa tidak terbebani. Penulis dapat menyimpulkan bahwa kondisi Alex setelah mengikuti pengobatan dan kegiatan di pondok pesantren At-Taqiy, kini kondisinya semakin lebih fresh dan pikiran tidak merasa terbebani meskipun penyakitnya belum sembuh secara keseluruhan.

Pasien yang bernama Mukharom (43 tahun), berasal dari Kriyan, Kalinyamatan Jepara. Berada di pondok pesantren At-Taqiy, sejak tanggal 04 Desember 2008. Penyebab mengalami gangguan mental karena ia

kehilangan rumah akibat kalah berjudi sampai hutang bank serta masalah percintaannya. Menurut cerita dari pengasuh pondok dulu Mukharom merupakan seorang guru, pantas saja ia sering berhitung-hitung sendiri, menyanyi-nyanyi lagu nasional dan lagu daerah meskipun terkadang kata-katanya terbolak-balik tetapi cukup lanyak ia bernyanyi, kini sampai sekarang mukharom masih dalam proses perawatan dan penyembuhan. Peneliti melakukan pengamatan dan perbincangan terhadap pasien setelah melakukan kegiatan mandi taubat yang dilaksanakan mulai pukul 00.00-01.00 wib, kurang lebih selama 1 jam. Efektivitas yang dirasakan pasien kini mandi taubat sama saja seperti mandi biasa (mandi sehari-hari) tetapi jiwanya merasa lebih tenang dan sabar.

Pasien yang bernama Kaji Mail, berasal dari Desa Troso, Pecangaan Jepara. Ia dipanggil Kaji Mail karena dulu sebelum berada di pondok pesantren At-Ta'iqiy, beliau sudah daftar haji karena keadaan kondisinya tidak memungkinkan untuk berangkat haji jadi gagal berangkat haji. Ia dipanggil Mail saja tidak mau malah marah-marah tetapi kalau dipanggil Kaji mail baru mau menjawab karena mentalnya masih berpengaruh terhadap dulu yang pernah ikut daftar haji. Kaji Mail dulunya merupakan seorang pengusaha kaya dan sukses namun dalam berbisnis tidak berjalan mulus atau sesuai yang diharapkan, ia ditipu oleh orang yang membeli barang produknnya tetapi setiap pengiriman barang tidak pernah dibayar secara langsung namun yang didapat hanya janji-janji palsu, seiring waktu berjalan perusahaan tersebut mengalami masalah keuangan yang sangat menurun dan menyusut. Pada akhirnya masalah bisnis Kaji Mail membuat pikiran tidak tenang, selalu kepikiran, dan merasa terbebani ditambah lagi istrinya selingkuh dengan laki-laki lain karena istrinya tau bahwa usaha suaminya bangkrut makanya sang istri cari laki-laki lain yang lebih mapan. Usaha bangkrut, harta benda terkuras habis, istri selingkuh, dari permasalahan itu yang menjadi beban pikiran terbesar Kaji Mail dalam hidupnya dan ia tak sanggup memikirkan semua itu lalu pada akhirnya kondisinya menjadi stres karena terlalu menjadi beban

pikiran. Dan sekarang kondisi mentalnya semakin ada perubahan positif meskipun belum normal 100% tetapi terkadang bicara-bicara sendiri bahkan teriak-teriak sendiri tapi kata-kata yang diucapkan seperti orang normal biasa-biasa saja. Kaji Mail waktu di pondok pesantren At-Ta'iqy mengikuti kegiatan dan peraturan pondok, tidak lupa juga ia mengikuti mandi taubat ditengah malam hari kurang lebih pelaksanaan mandi taubat 1 jam. Ketika peneliti ngobrol biasa atau jagongan dengan Kaji Mail bahwa setelah mengikuti mandi taubat di malam hari efektivitas yang dirasakan yaitu aura yang berbeda dibanding dengan mandi biasanya mandi sehari-hari, karena setelah mandi taubat keadaan jiwa (mental) merasa tenang, pikiran terasa adem, hati terasa lebih sabar, emosi bisa tercontrol karena sebelumnya sering mengamuk sendiri, banyak bicara nyeleneh atau bicara seenaknya sendiri. Penulis data simpulkan bahwa ada perubahan positif terhadap kondisi mental Kaji Mail.

Pasien bernama Resat berasal dari Tayu, ia dulu seorang pengusaha yang sekarang jatuh bangkrut. Penyebabnya adalah teman sendiri yang menikung dan menfitnah ia sebagai seorang pecandu narkoba lalu dilaporkan kepolisi, tiba-tiba ada razia dadakan terbukti polisi menemukan narkoba dalam jok motornya karena semua itu adalah jebakan dari temannya hingga pada akhirnya ia dipenjara, lalu teman dekat yang menikung itu mengambil dan menguasai seluruh harta yang dimiliki. Lama kemudian menyebabkan kondisi jiwa tidak tenang, hilang jati diri, hilang semangat untuk hidup (kondisi mental tidak sehat), setelah fenomena yang dialami ia menginginkan keadaan jiwa tenang dan ingin lebih ikhlas dalam menerima semua apa yang terjadi dalam hidupnya. Suatu hari ia mendatangi sebuah pondok pesantren di Kecapi, satu bulan kemudian setelah berada di pondok Kecapi ia merasa keadaan hatinya tidak ada perubahan positif sama sekali lalu ia pindah ke pondok pesantren At-Ta'iqy Kalipucang Kulon, Welahan Jepara. Guna dijadikan tempat pelarian dengan tujuan baik, agar kondisi jiwanya mendapatkan ketenangan dan dapat menerima kenyataan fenomena yang dialami karena ia mendapatkan

pencerahan dari KH. Nor Kholis. Alhamdulillah sekarang ia merasakan adanya ketenangan dalam dirinya, adanya perubahan positif, dan kini lebih bisa ikhlas menerima semua apa yang terjadi di masa lalu. Selain dapat pencerahan dari Abah Nor Kholis, ia juga mengikuti kegiatan dan peraturan di pondok At-Taqiy. Mengikuti kegiatan mandi taubat kurang lebih pelaksanaan 1 jam dimulai pukul 00.00-01.00 wib. Efektivitas yang dirasakan oleh pasien yang bernama Resat setelah mandi taubat, yaitu ia merasa dingin sekali karena guyuran air di tengah malam hari tapi lebih seger dibanding mandi di siang hari, karena setelah selesai melaksanakan mandi taubat perasaan jiwa kini lebih, sabar, sedikit demi sedikit bisa menahan diri dari emosi yang tidak tercontrol karena dulunya hati sudah dikendalikan oleh amarah dan benci dari masa lalu. Penulis menyimpulkan bahwa pasien Resat ada perubahan positif dalam keadaan jiwanya.

Setelah melakukan perawatan di pondok pesantren At-Taqiy yang diasuh oleh KH. Nor Kholis mereka sedikit demi sedikit dirinya merasa betapa bermakna karena bisa merasakan bahagia. Disampin itu dijelaskan bahwa orang yang sehat mentalnya adalah yang mampu merasakan kebahagiaan dalam hidup karena dapat merasakan bahwa dirinya berguna, berharga, dan mampu menggunakan potensi dan bakatnya semaksimal mungkin dengan cara yang membawanya pada kebahagiaan dirinya dan orang lain.⁷²

Analisis dari segi positif tentang keadaan jiwa pasien penderita gangguan jiwa di pondok pesantren At-Taqiy, bahwa setelah melakukan treatment terapi mandi taubat kondisi jiwanya mengalami perubahan positif yakni jiwanya bisa merasakan ketenangan, tentram, dan lebih sabar dalam batinnya. Jika seseorang ingin meraih kemenangan secara lahir maupun batin maka bisa meneladani ajaran Rasulullah SAW, beliau berkata bahwa untuk meraih kemenangan selalu membaca istighfar setiap hari tujuh puluh kali bahkan bisa sampai seratus kali. Sebagaimana sabda beliau: “Wahai manusia, bertaubatlah

⁷² Rosihon Anwar, *Akhlak Tasawuf*, 224.

kamu pada Allah SWT, dan istighfarlah kepada-Nya, maka sesungguhnya aku selalu bertaubat dengan mengucapkan istighfar sebanyak seratus kali”.⁷³ Ada penjelasan Allah SWT, dalam firman-Nya yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (27) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً
مَرْضِيَّةً (28) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَادْخُلِي جَنَّاتِي (30)

Artinya: “Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridai-Nya. Maka masuklah ke dalam jamaah hamba-hamba-Ku dan masuklah ke dalam surga-Ku. (QS. Al-Fajr:27-30).

Arti jiwa yang tenang dengan “*Wahai jiwa yang tenang*”, jiwa ini tenang karena beristirahat dalam keyakinan Allah SWT, ia telah dipadukan kembali kepada Ruh. *Al-Nafs Al-Muthmainnah* melakukan perjalanan bersama Allah SWT.⁷⁴



⁷³ Hamdan Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi Dan Konseling Islam*, 320.

⁷⁴ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 222-223.