

BAB II

KERANGKA TEORI

Dalam bab ini penelitian akan menjelaskan tentang deskripsi pustaka yang meliputi bimbingan rohani Islam, gangguan mental, dan dzikir. Selain itu peneliti akan menjelaskan tentang penelitian terdahulu dengan penelitian ini. Selain kedua bab tersebut, dalam penelitian ini peneliti juga menjelaskan kerangka berpikir.

A. Kajian Teori

1. Bimbingan Rohani

a. Pengertian Bimbingan Rohani

Bimbingan yaitu suatu bantuan yang diberikan kepada individu dari seorang ahlinya. Pengertian bimbingan yang dikemukakan oleh para ahli yang memberikan pengertian saling melengkapi satu sama lain. Untuk memahami lebih luas mengenai bimbingan diantaranya ada beberapa pendapat;

Menurut Winkel yang dikutip dalam bukunya Farida, dan Saliyo dengan judul teknik layanan bimbingan konseling Islam, bahwasannya bimbingan mempunyai hubungan dengan *Guding Show Away* (menunjukkan jalan), *Leading* (memimpin), *Conducting* (menuntun), *Giving Intruktion* (memberikan petunjuk), *Regulation* (mengatur), *Governing* (mengarahkan), dan *Giving Advice* (memberikan nasehat).¹

Menurut KBBI, bimbingan berasal dari kata kerja bimbing yang mempunyai arti pimpin, tuntun dan asuh. Kemudian, kata bimbing ditambah akhiran an, menjadi bimbingan yang merupakan kata benda. Bimbingan ini mempunyai beberapa arti, yang pertama, sebagai petunjuk (penjelasan) cara mengerjakan sesuatu atau tuntunan yang harus dilakukan. Kedua, sebagai kata pendahuluan atau kata pengantar dalam istilah buku.²

¹ Farida dan Saliyo, *Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam*, (Kudus: STAIN Kudus, 2008), 11.

² Ahmad Izzan dan Naan, *Bimbingan Rohani Islam*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2019), 1.

Menurut Moh Surya yang dikutip dalam bukunya Halen A, bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan secara sistematis dan terus menerus dari pembimbing kepada yang dibimbing supaya tercapai kemandirian dalam pemahaman diri pribadi, penerimaan diri, penerahan diri dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan secara optimal dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar.³

Bimbingan rohani adalah sebuah pendekatan, pelayanan, perawatan mental dan pengobatan rohani dari segala macam penyakit yang mengotori kesucian fitrah rohani manusia agar sejahtera dunia dan akhirat yang berdasarkan dengan tuntunan Al-Qur'an dan As-Sunnah.⁴

Dalam hal ini, apa yang penulis maksud dari bimbingan rohani pasien adalah suatu pemberian bantuan kepada pasien yang diberikan seorang ahli kepada individu dalam pengembangan dan juga pengobatan rohani dari segala macam penyakit kejiwaan yang dialaminya, sesuai dengan ajaran agama Islam yang dilandasi dengan Al-Qur'an dan As-Sunnah.

b. Dasar-Dasar Bimbingan Rohani

Dasar merupakan fundasi atau landasan berdirinya sesuatu. Ibarat bangunan rumah tanpa fundasi akan mengalami kerobohan dan runtuh atau bangunan tersebut tidak kokoh. Dalam bimbingan tersebut diharuskan adanya landasan untuk memperkokoh dan memperkuat bimbingan tersebut. Pada bimbingan rohani ini memiliki suatu landasan yang sangat kuat dari ajaran agama Islam. Yang dimaksud berdasarkan ajaran agama Islam ialah Al-Qur'an dan hadits Nabi Muhammad SAW.

1) Al-Qur'an

Dalam Al-Qur'an Surat Yunus ayat 57 dijelaskan bahwa "*Hai manusia, sesungguhnya telah*

³Hellen A, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta; Ciputat Pres, 2002), 5.

⁴Isep Zaenal Arifin, *Bimbingan & Perawatan Rohani Islam di Rumah Sakit*, (Bandung; FOKUSMEDIA, 2017), 2.

datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang ada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman.”

2) Hadits Nabi Muhammad SAW

Hadits Nabi Muhammad Saw yang berkaitan dengan bimbingan rohani Islam dijelaskan sebagai berikut;

Dari Anas bin Malik dari Raulullah Saw., beliau bersabda: *“Besarnya pahala sesuai dengan besarnya ujian, dan sesungguhnya apabila Allah mencintai suatu kaum maka Dia akan menguji mereka. Oleh karena itu, barangsiapa ridla (menerima cobaan dengan ikhlas) maka baginya keridlaan, dan barangsiapa murka maka baginya kemurkaan.”*(HR. Ibnu Majah 4021).

c. Metode Bimbingan Rohani

Suatu keberhasilan pada bimbingan rohani tergantung pada komunikasi. Untuk mencapai komunikasi yang efektif, seorang pembimbing rohani harus menguasai beberapa metode dalam berkomunikasi. Metode tersebut diantaranya menggunakan metode secara langsung dan metode tidak langsung.

1) Metode secara langsung

Metode seperti ini biasanya dilakukan secara langsung dengan bertatap muka (face to face) terhadap pasien. Pembimbing rohani melakukan bimbingan di ruangan pasien dan diberi nasehat untuk tabah, sabar dan tawakkal agar pasien tersebut dapat berkembang sesuai kemampuan pribadi dan yakin akan kesembuhan yang diberikan Allah. Pada hal tersebut pihak keluarga pasien mendatangi langsung ruangan pembimbing rohani untuk meminta sebuah perawatan rohani dengan baik. Pada pelaksanaan bimbingan rohani di Pondok Darul Ubudiyah dilaksanakan secara langsung dengan mengajarkan berbagai keagamaan agar pola pikir terhadap pasien berkembang dengan baik.

2) Metode secara tidak langsung

Metode bimbingan tidak langsung merupakan sebuah cara pembimbing rohani dengan pasien tidak bertatap muka secara langsung. Biasanya model bimbingan tidak langsung dilakukan di beberapa rumah sakit dengan diberikan materi keagamaan dan motivasi melalui siaran internal rumah sakit oleh petugas bimroh.

d. Tujuan Bimbingan Rohani

Menurut Adjeng Awallin Pramestiara⁵ yang dikutip Ahmad Izzan dalam bukunya *Bimbingan Rohani*, tujuan bimbingan rohani diantaranya;

- 1) Orang sakit memahami bahwa sakit yang dialami sekarang bukanlah membebani dirinya dalam menjalani kehidupan, akan tetapi dipahami sebagai cara Allah mengingatkan hamba-Nya untuk senantiasa mengingat dan melakukan ibadahnya.
- 2) Orang sakit biasanya mengalami perubahan perilaku yang baik secara efektif dengan adanya jiwa yang bersih, hati yang tenang dan sehat rohani karena selalu berdzikir terhadap Allah.
- 3) Mendorong pasien untuk meningkatkan keimanan dan juga ketakwaan lebih jauh agar pasien selalu menganut dengan ajaran agama Islam yang diberikan pembimbing rohani.
- 4) Memberikan inspirasi pada pasien untuk memecahkan masalah yang dihadapi serta menciptakan suasana yang tenang dan nyaman bagi pasien.
- 5) Menuntun pasien untuk melatih beribadah terhadap Allah, seperti sholat, doa, puasa, dzikir.

e. Urgensi Bimbingan Rohani

Didalam bimbingan rohani mempunyai peran penting dalam menangani pasien, adapun urgensi bimbingan rohani diantaranya;

⁵Ahmad Izzan dan Nann, *Bimbingan Rohani Islam*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2019), 10.

- 1) Selalu meyakinkan pasien untuk optimis terhadap kesembuhan penyakit yang dialaminya.
- 2) Menyadarkan pasien mengenai tentang konsep kesehatan dan sakit menurut ajaran Islam.
- 3) Mengajak pasien untuk bersikap tenang dan sabar sebagai wujud terapi untuk kesembuhan penyakitnya.
- 4) Memberikan pertolongan kepada pasien yang mengalami kegelisahan dalam menghadapi penyakit yang dialaminya.
- 5) Membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi pasien yang mengganggu kesembuhan penyakitnya.

2. Kesadaran Berdzikir

a. Pengertian Kesadaran Berdzikir

Kata “kesadaran” berasal dari kata dasar “sadar”, yang artinya mengerti, mengetahui, ingat dan terbuka hati serta pikirannya untuk berbuat sesuai dengan hatinya. Kesadran juga diartikan keinsyafan akan perbuatannya. Jadi, kesadaran adalah hati dan pikiran yang telah terbuka untuk mengetahui apa yang telah dikerjakan.⁶

Secara ilmu jiwa, dzikir adalah mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas dzikir dapat mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut dan mereduksi kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya.⁷

Menurut Hasbi As-Siddieqy menjelaskan bahwa dzikir adalah menyebut nama Allah SWT dengan membaca tasbih (subhanallah), tahlil (la ilaha illallahu), tahmid (Alhamdulillah), basmalah (bismillahirrohmanirrohim) dan membaca al-Qur’an serta membaca do’a-do’a yang diterima Nabi Muhammad Saw.⁸

⁶ Sujarwa, *Manusia Dan Fenomena Budaya*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), 115.

⁷ Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi, *Energi Dzikir, Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, h. 90

⁸ Hasbi As-Siddieqy, *Pedoman Dzikir dan Do’a*, (Jakarta : Bulan Bintang, 1993), hlm. 36

Jadi pengertian kesadaran berdzikir adalah mengetahui perbuatan yang baik dengan menyebut nama Allah Swt melalui berdzikir yang diucapkan secara lisan maupun dalam hati.

b. Bentuk-bentuk Dzikir

M. Asywadi Syukur memuat dalam bukunya, pendapat Ibnu Athaillah Sakandari membagi dzikir menjadi tiga bentuk diantaranya ;

- 1) Dzikir Jalli (dzikir jelas atau nyata) adalah suatu perbuatan mengingat Allah dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti rasa syukur, pujian dan do'a kepada Allah dengan menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati.
- 2) Dzikir batin khafi (dzikir yang dilakukan secara khusyuk) oleh ingatan batin baik disertai dzikir lisan maupun tidak. Bagi yang sudah mampu dalam melakukan dzikir ini hatinya senantiasa merasa memiliki hubungan dengan Allah Swt.
- 3) Dzikir haqiqi, adalah dzikir yang dilakukan oleh seluruh jiwa raga, lahiriah, batiniah, kapan dan dimana saja dilakukannya dengan memperketat upaya untuk memelihara seluruh jiwa raga dari larangan Allah Swt dan mengerjakan apa yang diperintah-Nya.⁹

c. Manfaat Dzikir

Dalam berdzikir mempunyai manfaat diantaranya :

- 1) Dzikir merupakan kunci ibadah-ibadah yang lain.
- 2) Dzikir akan membuat hijat dan menciptakan keikhlasan hati yang sempurna.
- 3) Dzikir akan menghilangkan kesusahan hati serta menolak adanya bencana.
- 4) Dzikir dapat membersihkan hati dan menjernihkan pikiran.
- 5) Dzikir dapat mengontrol perilaku seseorang.¹⁰

⁹ M. Asywadi Syukur, *Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1997), hlm. 124

¹⁰Wahab, *Menjadi Kekasih Tuhan*, (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2008), h. 87-92

3. Santri Pasca Terapi Gangguan Mental

a. Pengertian Santri

Istilah santri menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan bahwa santri merupakan orang yang mendalami agama Islam, orang yang tekun akan ibadah dengan sungguh-sungguh, dan seorang murid yang belajar mengaji.¹¹ Jadi santri adalah seseorang yang berada di pondok pesantren guna untuk menggali suatu ilmu pengetahuan agama kepada kiai. Santri merupakan unsur pokok dari suatu pesantren. Istilah kata santri hanya terdapat di pondok pesantren untuk memberikan isyarat bahwa adanya peserta didik yang haus akan ilmu pengetahuan agama secara mendalam.

Menurut Zamakhsyari Dhofier yang dikutip oleh Anis Mansyur memaparkan istilah asal-usul santri. Pertama, dengan mengutip pendapat Prof. Jhon santri berasal dari bahasa Tamil yang mempunyai arti sebagai guru ngaji, kenyataannya bahwa santri ini dididik untuk menjadi guru ngaji. Kedua, C.C. Berg berpendapat bahwa kata santri berasal dari bahasa India yaitu Shantri, artinya orang-orang yang tahu buku-buku suci agama Hindu. Secara generi santri yang bertempat tinggal di pesantren berarti seorang itu mengikuti pendidikan di sebuah pesantren.¹²

Akan tetapi, santri yang dimaksud dalam penelitian ini berbeda dengan santri pada umumnya, peneliti membahas mengenai santri yang memiliki gangguan mental tinggal menetap di pondok pesantren untuk mengikuti kegiatan bimbingan rohani dengan melakukan terapi islam yang diberikan kepada kiai sampai mereka sembuh.

b. Jenis-jenis Santri

Maka, santri dapat dibedakan menjadi beberapa kelompok diantaranya:

¹¹Daryanto, "Kosa Kata Baru Bahasa Indonesia", *Kamus Besar Bahasa Indonesia Lengkap*, (Surabaya: Apollo, 1997), h. 532.

¹²MS Anis Masykhur, *Menakar Modernisasi Pendidikan Pesantren*, (Depok: Barnea Pustaka, 2010), 55-56.

- 1) Santri mukim, merupakan santri yang berdatangan dari jauh dan tidak memungkinkan untuk pulang ke rumahnya, maka ia memutuskan untuk menetap tinggal di pondok pesantren. Sebagai santri mukim mereka memiliki kewajiban dan tanggung jawab tersendiri.
- 2) Santri kalong, merupakan santri yang berasal dari daerah sekitar pondok pesantren dan memungkinkan untuk pulang ke rumah. Pada santri kalong ini hanya ingin belajar ilmu agama dan mengaji kitab kuning tetapi tidak menetap di pesantren, hanya datang ketika waktu mengaji dan pulang ke rumah ketika selesai mengaji. Pada santri kalong biasanya tidak diberikan tanggung jawab dalam kewajiban di pesantren dimana yang dilakukan pada santri lainnya. Santri kalong hanya menginginkan untuk mendapatkan suatu pengalaman kehidupan di lingkungan pesantren yang tidak bisa dirasakan di rumahnya.¹³
- 3) Santri alumnus, merupakan santri yang sudah tidak aktif dalam mengikuti kegiatan rutin di pondok pesantren, tetapi mereka masih sering datang pada acara-acara tersebut dan tidak mengikuti kegiatan rutin, sebagai santri mukim dan santri kalong, mereka memiliki hubungan batin yang kuat dan dekat dengan kiai. Terkadang mereka mengikuti pengajian-pengajian agama yang diberikan oleh kiai dan memberikan sumbangan partisipatif yang tinggi apabila pesantren ini membutuhkan sesuatu.

c. Pengertian Psikoterapi Islam

Terapi menurut bahasa yaitu “Syafa-Yasyfi-Syifaan”, yang mempunyai arti pengobatan, menyembuhkan. Terapi merupakan proses penyembuhan penyakit kepada pasien yang didasari pada nilai keagamaan agar pasien tersebut dapat bangkit dalam hidupnya dan yakin akan kesembuhan pada

¹³Amin Haedari, *Masa Depan Pesantren Dalam Tantangan Modernitas Dan Tantangan Kompleksitas Global*, (Jakarta: IRD Press, 2004), h. 29

dirinya. Kata terapi disini lebih dikenal dengan istilah “Psikoterapi”.

Psikoterapi berasal dari dua kata, yaitu “*Pshyce*” yang mempunyai arti jiwa, pikiran atau mental dan kata “*Therapy*” mempunyai arti penyembuhan, pengobatan atau perawatan.¹⁴ Psikoterapi merupakan proses pengobatan dan penyembuhan terhadap gangguan penyakit mental, spiritual atau penyucian diri dari sifat-sifat yang dapat menyebabkan munculnya suatu masalah dalam jiwa dengan melalui bimbingan al-Qur’an dan as-Sunnah. Terapi yang berdasarkan Al-Qur’an dan As-Sunnah mengandung keimanan dan kedekatan terhadap Allah merupakan kekuatan yang sangat berarti bagi upaya pemulihan diri dari gangguan mental serta menyempurnakan kualitas hidup manusia.

Seiring berkembangnya ilmu pengetahuan, salah satu tokoh Carl Jung Gustav berpendapat bahwa dalam psikoterapi bukan hanya sekedar suatu metode pengobatan, perawatan, dan penyembuhan bagi orang yang mengalami sakit psikis maupun jiwa.¹⁵ Akan tetapi, dalam psikoterapi dapat digunakan untuk orang yang sehat sebagai fungsi pencegahan sebelum seorang tersebut mengalami gangguan mental.

1) Obyek Psikoterapi Islam

Obyek yang menjadi fokus perawatan, penyembuhan dan pengobatan dari psikoterapi Islam adalah manusia secara utuh, yang berkaitan dengan gangguan terhadap:

- a) Mental, merupakan suatu hubungan yang berkaitan dengan akal, ingatan, pikiran atau proses yang berasosiasi dengan akal, ingatan, pikiran. Yang dimaksud seperti malas berfikir, tidak mampu dalam berkonsentrasi, mudah lupa, tidak memiliki kemampuan dalam membedakan

¹⁴Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: AMZAH, 2010), 186.

¹⁵Meisil B Wulur, *Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Deepublish, 2015), 1-2.

mana yang halal atau haram, dan tidak dapat mengambil keputusan secara baik.

- b) Spiritual, keterkaitan hubungan dengan ruh, religious, jiwa, yang berhubungan dengan keimanan, agama, dan nilai-nilai transidental. Seperti menduakan Allah, lemah akan keyakinan dan tertutupnya alam ruh akibat dari durhaka dan ingkar janji kepada Allah.
- c) Moral, merupakan suatu keadaan yang melekat di jiwa manusia, dimana moral juga sebagai ekspresi dari kondisi mental dan spiritual. Perbuatan dan tingkah laku terkadang tidak disadari pada subyek, bahwa perbuatan dan tingkah lakunya menyimpang dari ajaran agama Islam.¹⁶

2) Jenis-jenis Terapi

Didalam bimbingan rohani sangat dibutuhkan adanya pendekatan terapi spiritual untuk mengembalikan keimanan secara utuh, mendekati diri kepada Allah dan menguatkan mental mereka supaya tidak melemah. Adapun jenis-jenis terapi sebagai berikut:

a) Al-Qur'an

Al-Qur'an sangat penting untuk pelaksanaan terapi utama, karena di dalam al-qur'an terdapat penyembuhan penyakit jiwa manusia baik secara fisik maupun psikis. Dengan pengajaran al-qur'an maka pelaksanaan terapi akan efektif, tergantung seberapa jauh tingkat sugesti pada keimanan seseorang. Dalam kata sugesti yang dimaksud ialah seseorang itu dapat meraih al-qur'an dengan membaca, mendengar, memahami dan ikut merenungkan isi kandungan didalamnya. Beberapa kalangan mengatakan bahwa Al-Qur'an merupakan isi yang mengandung obat bagi seseorang yang sakit, dengan beberapa cara diantaranya;

¹⁶Hamdani Bakran Adz-Dzakiy, *Konseling dan Psikoterapi Islam*,(Yogyakarta: Al-Manar, 2004), 237-239

- 1) Membaca. Ketika seseorang membaca Al-Qur'an dengan lantunan suara yang indah atau menggunakan nada yang tepat maka akan mengakibatkan relaksasi pada ketenangan jiwa dalam seseorang yang membaca.
 - 2) Memahami kandungan. Dengan memahami kandungan ayat-ayat dalam Al-Qur'an sesuai kebutuhan, maka dibukalah mata hati kita agar mampu membaca kandungan ayat tersebut dengan memaknai secara dalam. Melalui cara ini mampu menyelesaikan berbagai persoalan hidup.
 - 3) Merenungi atau mempelajari. Setiap ayat dalam Al-Qur'an terdapat pesan-pesan beraneka macam, mulai dari masalah hukum, etika, dan obat. Terapi perenungan tidak sulit, tinggal seseorang itu menjelaskan berdasarkan kisah tauladan dalam kandungan ayat, lalu dijelaskan hubungannya dengan orang gangguan jiwa. berharap agar orang gangguan jiwa mengalami ketenangan dan mengembalikan pemikiran jernih dalam menyelesaikan berbagai persoalan.
- b) Sholat

Sholat merupakan salah satu perintah Allah untuk umat muslim beribadah, memiliki kedudukan paling utama dan merupakan tingkatan kedua dari ajaran Islam. Selain itu juga dapat membangun hubungan baik antara manusia dengan Allah SWT, sholat juga sebagai tolak ukur baik buruknya amal perbuatan manusia dan amalan pertama kali yang ditanyakan di hari kiamat nantinya.¹⁷ Dengan kita sholat bermunajat kepada Allah akan merasakan pengabdian kepada-Nya yang dapat diapresiasi.

¹⁷Sumarni, "Proses Penyembuhan Gejala Kejiwaan Berbasis Islamic Intervention Of Psychology", Jurnal al-Tazkiah, Volume 9 No. 1, Juni 2020,

Terapi menggunakan sholat merupakan suatu bentuk terapi yang menghubungkan antara kegiatan fisik dan non fisik. Sholat pada awalnya merupakan kegiatan fisik sebagai alat penyembuhan terhadap Allah SWT. Ada beberapa pakar ilmu jiwa mencoba menganalisis terhadap pengaruh sholat bagi kesehatan jiwa atau mental seseorang. Mulai dari takbirotulihram, hingga sampai mengucapkan salam, konsentrasi dan gerakan yang membawa dampak ketenangan pada jiwa seseorang.

c) Dzikir

Dzikir adalah ingat, dimana lafadz dzikir merupakan sebuah bacaan suci untuk mengingat Allah SWT dengan segala kebesarannya.¹⁸ Secara ilmu jiwa, dzikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang ingatan, sebab dalam bacaan dzikir mendorong seseorang untuk mengingat kembali dari hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Dzikir juga dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit, seperti dengki, iri, sombong dan dapat merendahkan tingkat emosional seseorang.

Dengan seseorang berdzikir, maka akan membuat hati kita menjadi tenang, damai dan sejahtera. Ketenangan hati dapat membersihkan pikiran dan sehatnya jasmani. Dari itulah, dzikir digunakan untuk terapi bagi kalangan sufi dan thoriqoh. Di samping itu, dzikir berfungsi sebagai bagian dari seni, yang memiliki daya sentuh pada proses jiwa yang sehat.

Pada pelaksanaannya dzikir ada beberapa tahap, para ahli tarekat menyebut dengan dua cara, yaitu *dzikir khofi* (tersembunyi) dzikir didalam hati atas kata Allah dan *dzikir jahri* (dengan suara keras) dengan mengucapkan

¹⁸Rizki Joko Sukmono, *Psikologi Zikir*, (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 2008), 1-2.

kalimat Laa Ilaaha illa Allah. Dzikir dapat dilakukan dengan berdiri, berbaring, sedang melakukan aktivitas, dan dalam keadaan bagaimanapun, asal tidak ditempat yang tidak sesuai dengan kesucian Allah SWT. Cara berdzikir dapat melalui dengan lisan (ucapan), dengan hati, dan perbuatan. Dengan terapi dzikir ini dapat membantu santri pasca terapi memiliki ketenangan jiwa untuk tidak takut dalam persoalan yang dihadapi, tidak merasakan kegelisahan dan juga khawatir..

d) Do'a

Do'a merupakan salah satu obat untuk orang yang sedang sakit, tidak hanya orang sakit tetapi semua umat muslim selalu berdo'a meminta Allah untuk mengabulkan suatu keinginan. Terkadang sering kita jumpai orang yang sedang mengalami sakit, mengeluh kesah atas penyakit yang dialaminya untuk dapat sembuh. Pada hakekatnya do'a juga termasuk adab kesopanan, setiap dalam keadaan bagaimanapun seseorang akan selalu membutuhkan segala hal dari Allah SWT untuk mencukupi kebutuhan hidup.

Terapi menggunakan do'a juga sangat dibutuhkan dalam bimbingan rohani, karena untuk memohon kepada Allah SWT agar selalu dilindungi dan segala gangguan penyakit jiwa yang dialaminya dapat sembuh. Agar do'a kita diterima Allah alangkah baiknya sebelum berdo'a mengucapkan istighfar terlebih dahulu. Istighfar disini tidak hanya untuk memohon ampunan kepada Allah, akan tetapi lebih ke makna taubat. Jadi ketika berdo'a harus berniat ikhlas untuk memohon ampunan agar masalah yang sedang dialami dapat terselesaikan.¹⁹

¹⁹Miftahuddin, M, Fahli Zatrahadi, Suhaimi, Darmawati, “*Psikoterapi Spiritual Untuk Mengatasi Sakit Jiwa*”, Jurnal Madaniyah, Volume 10. No. 1, Januari 2020.

e) Sabar dan Ikhlas

Sabar memiliki pengertian menjaga diri dari amarah dan adzab Allah dengan menjauhi kemaksiatan dan selalu melaksanakan perintah Allah. Sabar merupakan salah satu bentuk datangnya keberuntungan, kebahagiaan, karena orang yang sabar atas segala cobaan yang diberikan Allah kepada hamba-Nya akan diberikan pahala yang lebih baik.²⁰

Sedangkan ikhlas yaitu menerima ketetapan Allah yang diberikan cobaan atau penyakit yang dialaminya. Semoga dengan cobaan yang diberikan Allah kepada umatnya dapat menjadikan sebuah ladang amal ibadah kepada Allah SWT, ketika kita menerima dengan lapang dada pasti Allah akan memberikan solusi atau jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi.

4. Pengertian Gangguan Mental

Gangguan mental merupakan dimana keadaan fungsi mental dan perilaku seseorang seperti psikosis. Gangguan mental adalah sejumlah kelainan yang terjadi bukan karena kelainan pada jasmani, anggota tubuh, atau kerusakan pada system otak.²¹ Yang dimaksud pada kelainan tersebut merupakan kelainan yang berbentuk seperti, depresi, cemas, ketegangan jiwa, kompulsi yang tidak sengaja, merasa tidak bersemangat, tidak mampu mencapai suatu tujuan dan mempunyai pikiran gelap akan kesadarannya. Jadi kesimpulannya, gangguan mental yaitu pola perilaku menyimpang pada seseorang yang tidak sesuai dengan norma-norma tertentu.

²⁰Rahmad Yulianto dan Muktamirul Haq Zain, “*Studi Komparatif : Psikoterapi Dalam Perspektif Islam Dan Modern*”, Jurnal al-Hikmah, Volume 4. No. 2, 2018.

²¹Ardhiah, Sattu, Syamsidar, “*Metode Terapi Islam Dalam Merawat Pasien Gangguan Kejiwaan Di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar*”, Jurnal Tabligh Vol. 20 No. 2 Desember (2019): 281-297, <http://journal.uin-alauddin.ac.id> diakses pada 20 Mei, 2021,

a. Ciri-ciri Gangguan Mental

Seseorang yang mengalami gangguan mental, pastinya mempunyai ciri-ciri tersebut diantaranya, suka marah-marah, ketakutan, cemas, apatis, ketegangan kronis, dan masih banyak lainnya. Gangguan jiwa merupakan bentuk gangguan pada ketenangan batin dan harmoni struktur kepribadian, dimana yang dimaksud struktur kepribadian ialah;

- 1) Timbulnya rasa sedih. Mempunyai perasaan sedih terkadang timbul akan hal-hal yang sepele akan terjadi. Karena sedih yang dialami kesehatan mentalnya terganggu bukan penyebab kesedihan itu sendiri.
- 2) Rasa rendah diri dan hilangnya kepercayaan pada diri sendiri. Perasaan rendah diri tersebut dapat menyebabkan seseorang menjadi mudah tersinggung, sehingga menyebabkan orang yang bersangkutan tidak mau bergaul dengannya dan merasa orang tersebut dikucilkan.
- 3) Pemaarah. Apabila seseorang mudah marah, maka sebaiknya kita menduga bahwa ia oversensitive. Ia lebih cenderung pada dirinya untuk merasa dimaki karena pengalaman di masa lalunya.

b. Macam-macam Gangguan Mental

Gangguan kejiwaan ini mempunyai berbagai macam gangguan, dimana akan dijelaskan dibawah ini;

- 1) Skizofrenia berasal dari kata “Skizo” yang artinya retak atau pecah, dan kata “Frenia” artinya jiwa. Jadi, seseorang yang menderita penyakit skizofrenia ialah orang yang mengalami keretakan jiwa atau keretakan kepribadian.²² Skizofrenia ini merupakan gangguan terberat yang ditandai dengan adanya gejala positif seperti, pembicaraan yang kacau, halusinasi, gangguan kognitif dan persepsi. Sedangkan gejala negatifnya seperti, menurunnya minat dan dorongan

²²Tamimatu Uzlifah, “Bimbingan Konseling dalam Menangani Penderita Skizofrenia Melalui Pendekatan Nilai dan Spiritual”, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 3 No. 2, November 2019. Hlm 91-108

- pada diri, berkurangnya keinginan bicara dan minimnya ucapan kata bicara.
- 2) Depresi yaitu suatu masalah terhadap kesehatan mental yang dominan terjadi pada masa dewasa. Orang yang mengalami depresi termasuk juga mengalami banyak penderitaan atau permasalahan hidup. Depresi juga disebut dalam penyakit gangguan mental pada alam perasaan yang ditandai dengan ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna serta putus asa.
 - 3) Kecemasan merupakan salah satu keadaan tegang yang disertai dengan perasaan tidak menyenangkan dengan adanya motivasi untuk berbuat sesuatu yang bisa mengancam seseorang. Cemas sering dijelaskan sebagaimana proses emosi yang sedang bercampur baur yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan frustrasi dan masalah yang berat.²³
 - 4) Gangguan kepribadian merupakan pola perilaku maladaptive yang bersifat kronis dan sepenuhnya tidak merasakan gangguan. Gangguan kepribadian ini memiliki ciri-ciri antara lain adalah kepribadian menjadi tidak fleksibel, tidak dapat bersikap dewasa dalam menghadapi stress untuk memecahkan suatu masalah dan penderita gangguan seperti ini biasanya dialami oleh fase remaja dan berlangsung sepanjang hidup.
 - 5) Gangguan bipolar berasal dari dua kata, yaitu “bi” yang berarti dua, dan kata “polar” berarti kutub. Jadi gangguan bipolar adalah gangguan pada perasaan yang bertolak belakang, dua kutub tersebut dimaksud yaitu depresi dan manik. Depresi yaitu keadaan emosional yang ditandai kesedihan, sedangkan manik yaitu keadaan emosional dengan kegembiraan. Orang yang mengalami gangguan bipolar akan mengalami dua fase tersebut.²⁴

²³Aisyatin Kamila, “Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan”, *Jurnal Happiness*, Vol. 4 No. 1 Juli 2020

²⁴Soedarto, “Pengalaman Terdiagnosis Bipolar: Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis”, *Jurnal Empati*, Vol. 7 No. 3 Agustus 2017,

c. **Faktor Penyebab Gangguan Mental**

Adanya penyakit mental disebabkan dari berbagai macam, yaitu factor internal dan factor eksternal. Faktor internal disebabkan dari diri sendiri, sedangkan faktor eksternal disebabkan dari lingkungan sekitar yang mempengaruhi seseorang selama ia berinteraksi.

1) Faktor Internal

Pada faktor ini disebabkan dari diri sendiri atau keturunan dari lahir, dimana menjadi penyebab timbulnya penyakit mental sebagaimana kehadiran agama pada manusia. Karena mental merupakan jiwa yang dikatakan dalam Al-Qur'an yaitu, "Nafs". Dalam Al-Qur'an "nafs" diciptakan dalam keadaan dua pilihan hidup antara kebaikan dan juga keburukan.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal disebabkan dari lingkungan yang memengaruhi seseorang dimana ia berinteraksi, yang kemudian munculnya pergaulan pola berfikir, tingkah laku serta pendidikan yang ia dapatkan. Semua itu bisa menjadi peluang dalam mempengaruhi jiwa seseorang menjadi terganggu.

d. **Tanda dan Gejala Gangguan Mental**

Tanda dan penyebab adanya gangguan mental menurut Yosep (2007) diantaranya;

1) Ketegangan

Yang dimaksud ketegangan disini merupakan adanya rasa gelisah, cemas, berputus asa, merasa lemah, tidak mampu dalam mencapai suatu tujuan, memiliki perasaan takut dan mempunyai pola pikir yang buruk.

2) Gangguan kognisi pada persepsi

Memiliki tingkat halusinasi yang berlebih, klien dapat mendengar sesuatu, melihat sesuatu atau merasakan sesuatu yang sebenarnya tidak terjadi pada orang lain.

3) Gangguan kemauan

Pada gangguan ini, klien memiliki kemauan yang lemah dalam membuat suatu keputusan atau memulai tingkah laku, misalnya sulit dalam bangun pagi, mandi, merawat diri sendiri sehingga klien itu terlihat kotor, bau tidak enak dan penampilannya berantakan.

4) Gangguan emosi

Terkadang klien merasa bahagia ketika dirinya merasa menjadi seorang raja, seorang pengusaha terbesar ataupun orang kaya raya, tetapi terkadang ia merasa sedih, menangis dan depresi sampai mempunyai ide ingin mengakhiri hidupnya.

5) Gangguan psikomotor

Yang dimaksud ialah hiperaktivitas, dimana klien sering aktif dalam beraktivitas seperti naik ke atas genting, berjalan maju mundur, meloncat-loncat, dan melakukan sesuatu yang menentang, berdiam jangka waktu lama dan suka bergerak aneh.²⁵

B. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang penulis temukan, penulis belum menemukan judul yang sama akan tetapi penulis mendapatkan suatu karya yang ada relevansinya sama dengan judul penelitian ini. Adapun karya tersebut antara lain:

1. Novianti Sari Panjaitan pada (2017) Skripsi yang berjudul “Bentuk Bimbingan Rohani dalam Mengatasi Stress pada Pasien Rumah Sakit Umum Muhammadiyah Sumatera Utara”.²⁶
2. Yuliani Muslim pada (2018) Skripsi yang berjudul “Peran Bimbingan Rohani Islam dalam Memberi Motivasi Psikis

²⁵Rohmad Yulianto dan Muktamirul Haq Zain, “*Studi Komparatif: Psikoterapi Dalam Perspektif Islam Dan Modern*”, Jurnal Studi Agama-Agama, Vol. 4 No. 2, 2018, diakses pada 25 Mei 2021

²⁶Novianti Sari Panjaitan, “*Bentuk Bimbingan Rohani dalam Mengatasi Stress pada Pasien Rumah Sakit Umum Muhammadiyah Sumatera Utara*”, Skripsi-Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2017.

- pada Pasien Jantung Rawat Inap di Rumah Sakit Urip Sumoharjo Bandar Lampung”.²⁷
3. Muhibatul Ilma pada (2018). Skripsi yang berjudul “Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohman Untuk Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru Di Pondok Pesantren Nurrohmah Mbelud Sarirejo Kecamatan Mantub Kabupaten Lamongan”.²⁸
 4. Cindy Rahma Refegita (2019), melalui skripsi yang berjudul “Urgensi Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di RSUD Dr.M.Yunus Bengkulu”.²⁹

Tabel 2. 1
Penelitian yang Relevan

No	Nama/Tahun/ Judul	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Novianti Sari Panjaitan pada (2017) Skripsi yang berjudul “Bentuk Bimbingan Rohani dalam Mengatasi Stress pada Pasien Rumah Sakit Umum Muhammadiyah Sumatera	Hasil dalam penelitian ini adalah pelaksanaan bimbingan rohani Islam di lingkungan RSUD Muhammadiyah Sumatera Utara untuk membantu pasien mengatasi stress	Persamaan terletak pada bimbingan rohani Islam	Perbedaan terletak pada lokasi penelitian, dimana lokasi pada penelitian sebelumnya di RSUD Muhammadiyah Sumatera Utara, sedangkan

²⁷Yuliani Muslim, “Peran Bimbingan Rohani Islam dalam Memberi Motivasi Psikis pada Pasien Jantung Rawat Inap di Rumah Sakit Urip Sumoharjo Bandar Lampung”, Skripsi-Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018.

²⁸Muhibatul Ilma, “Bimbingan dan Konseling Islam dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohmah untuk Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru di Pondok Pesantren Nurur Rohmah Mbelud Sarirejo Kecamatan Mantub, Kabupaten Lamongan”, Skripsi-Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2018.

²⁹Cindy Rahma Refegita, “Urgensi Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap di RSUD Dr.M.Yunus Bengkulu” Skripsi-Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Bengkulu, 2019.

No	Nama/Tahun/ Judul	Hasil	Persamaan	Perbedaan
	Utara”.	dengan cara melakukan bimbingan, dimana dilakukan kunjungan secara rutin setiap pagi sampai dengan waktu yang ditentukan hingga pasien tersebut dapat sembuh dan keluar dari rumah sakit.		lokasi penelitian ini di Pondok Pesantren As-Stressiyah Darul Ubudiyah Juwana Pati
2	Yuliani Muslim pada (2018) Skripsi yang berjudul “Peran Bimbingan Rohani Islam dalam Memberi Motivasi Psikis pada Pasien Jantung Rawat Inap di Rumah Sakit Urip Sumoharjo Bandar Lampung”.	Hasil dari penelitian ini adalah bimbingan rohani Islam sangat berpengaruh dalam meningkatkan kesehatan mental bagi penderita jantung dengan rawat inap secara rutin untuk memberikan nasehat serta menuntun pasien agar semangat dalam beribadah dan berdoa agar pasien segera pulih.	Persamaan terletak pada tujuan bimbingan rohani dalam membantu penyembuhan pasien	Perbedaan terletak pada objek penelitian. Pada penelitian sebelumnya objek yang dituju ialah pasien jantung saja, sedangkan pada penelitian ini objeknya pada santri pasca terapi gangguan mental.

No	Nama/Tahun/ Judul	Hasil	Persamaan	Perbedaan
3	<p>Muhhibatul Ilma pada (2018). Skripsi yang berjudul “Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohman Untuk Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru Di Pondok Pesanatren Nurrohmah Mbelud Sarirejo Kecamatan Mantub Kabupaten Lamongan”.</p>	<p>Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa proses pelaksanaan terapi ada lima rangkaian konseling yang dilaksanakan seperti melakukan proses identifikasi demi mendapatkan hasil yang sesuai dengan kebutuhan dan bisa melaksanakan terapi dan dilanjutkan dengan <i>follow up</i> untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Dalam pngplikasian dan penggunaan metode dzikir Nurur Rohmah, yang berfungsi untuk menangani kasus kecemasan terhadap santri yang ada di pondok pesantren Nurul</p>	<p>Persamaan terletak pada lokasi penelitian sama-sama di sebuah Pondok Pesantren.</p>	<p>Perbedaan terletak pada fokus penelitian, pada penelitian sebelumnya membahas bimbingan dan konseling Islam melalui penerapan dzikir. Sedangkan penelitian ini fokus bimbingan rohani pada santri pasca terapi gangguan mental.</p>

No	Nama/Tahun/ Judul	Hasil	Persamaan	Perbedaan
		Rohmah agar mudah beradaptasi dengan lingkungan pondok atau suasana baru.		
4	Cindy Rahma Refegita (2019), melalui skripsi yang berjudul “Urgensi Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di RSUD Dr.M.Yunus Bengkulu”.	Hasil dari penelitian ini adalah mendeskripsikan urgensi bimbingan rohani Islam bagi pasien rawat inap serta adanya kendala pelaksanaan kegiatan bimbingan rohani Islam di rumah sakit karena belum ada kerja sama dengan pihak yang bersangkutan secara resmi, dan kekurangan tenaga ahli di bidang tersebut.	Persamaan terletak pada fokus penelitian yang membahas bimbingan rohani Islam.	Perbedaan terletak pada lokasi penelitian.

C. Kerangka Berfikir

Bimbingan dan perawatan rohani merupakan proses pemberi bantuan, pemeliharaan, pengembangan dan juga pengobatan ruhani dari segala macam penyakit yang mengotori kesucian fitrah ruhani manusia agar selamat sejahtera dunia akhirat yang berlandaskan dengan tuntunan Al-Qur’an dan As-Sunnah.

Santri pasca terapi gangguan mental juga masih di beri bimbingan agar menguatkan mentalnya serta menguatkan keimanan untuk tetap beribadah dan selalu mengingat Allah SWT. Dimana santri pasca ini dikatakan sudah sembuh dari penyakit mental yang dialami, sudah bisa diajak komunikasi dengan baik. Maka dari itu, bimbingan rohani sangat penting untuk mendampingi orang gangguan mental dengan menggunakan metode terapi spiritual.

Pada terapi religius ini menggunakan terapi pada umumnya, semisal dengan membaca dan menjelaskan kandungan ayat Al-Qur'an, terapi sholat berjama'ah, terapi dzikir, terapi do'a, sabar dan ikhlas dalam menghadapi cobaan yang diberikan umatnya. Dengan terapi tersebut, diharapkan dapat mengembalikan kemampuan santri pasca terapi untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan selalu melakukan ibadah dengan mengingat terhadap Allah yang Maha Besar.

Dampak setelah melakukan bimbingan rohani terai yaitu santri pasca banyak memperoleh perubahan perilaku yang baik, pola pikir yang nalar dan hati menjadi tenang. Santri pasca terapi sudah begitu mengenal dengan melakukan aktivitas yang bermanfaat dan positif. Selain itu, mereka juga tetap mengikuti pengajian isthigosah dan mengamalkan dzikir yang sudah diajarkan pengasuh pondok pesantren As Stressiyah Darul Ubudiyah.

Bimbingan rohani dengan metode terapi terhadap pasien gangguan mental sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Berikir

