

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk ciptaan Allah SWT yang sangat sempurna karena telah diberi jiwa dari sisi rohani maupun jasmani. Manusia memiliki sifat yang selalu berbuat baik, benar, lurus, dan jujur. Allah SWT telah menciptakan manusia dengan bentuk rupa dan postur sebaik-baiknya, supaya manusia senantiasa mendirikan ibadah hanya untuk Allah SWT semata.¹

Menurut kandungan ayat-ayat Al-Qur'an manusia itu pada hakikatnya merupakan makhluk yang utuh dan sempurna, karena manusia sebagai makhluk biologis, pribadi, sosial, serta makhluk religius. Manusia menjadi makhluk religius meliputi tiga cakupan yaitu manusia sebagai makhluk biologis, makhluk pribadi, dan makhluk sosial yang terkait di dalam nilai-nilai religius.²

Setiap manusia menginginkan kehidupan yang tenang, tentram, dan bahagia. Meskipun tidak selamanya kegundahan dan kegelisahan berbagai bentuk gangguan psikologis yang akan selalu mengiringi kehidupan manusia. Permasalahan manusia dengan Tuhannya dikarenakan tidak melakukan interaksi langsung dengan Tuhannya. Sangat sulit mengekspresikan perasaannya, sehingga memberi dampak rasa malas dan enggan untuk melakukan ibadah dan sulit meninggalkan perbuatan yang dimurkai oleh Allah SWT. Manusia harus mempunyai daya tahan mental dan spiritual yang kuat dalam menjalani kehidupan yang dianjurkan oleh Allah SWT. Keimanan yang sedikit sangat rentan dan mudah mengalami gangguan jiwa.

¹Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al-Manar, 2004), h. 13

²Ahyadi, *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*, (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 2005), h. 10

Apabila memiliki iman dan ketakwaan pasti akan menghasilkan daya tahan yang tangguh dalam menjalani berbagai permasalahan hidup.³

Penyakit yang paling banyak diderita oleh manusia adalah penyakit hati, yaitu iri dan dendam. Jika kedua jenis penyakit ini masih bersarang pada diri/jiwa seseorang, maka hidupnya tidak pernah bahagia dan tenang, bahkan sebaliknya seseorang itu akan merasakan kegelisahan, kecemasan dan kesusahan yang mengakibatkan jiwanya terganggu. Manusia dengan gangguan jiwa biasanya terlihat ketika manusia berperilaku tidak seperti biasanya dan mengganggu manusia di sekitarnya. Ketika gejala itu timbul dan terlihat, barulah terlihat bahwa manusia itu terkena gangguan jiwa.

Pada hakikatnya tidak semua manusia mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Akibatnya manusia cenderung lebih cepat mengalami penyakit sosial, dimana kondisi manusia kehilangan ikatan yang dapat memberikan perasaan yang membuatnya aman dengan sesama manusia lainnya.⁴

Stres yang terjadi pada masyarakat sering kali dialami karena ketidakmampuannya untuk menyesuaikan diri pada perubahan-perubahan sosial yang begitu pesat. Stres menjadi faktor penyebab terjadinya suatu penyakit, sehingga taraf kesehatan fisik dan kesehatan jiwa manusia menurun.⁵

Permasalahan kejiwaan manusia secara keseluruhan menjelaskan bahwa manusia sangat membutuhkan adanya agama dalam menjalani kehidupan. Tanpa adanya agama, maka seorang manusia tidak dapat menjalani kehidupannya dengan tenang. Agama Islam sangat mendorong umatnya untuk mempunyai rasa kepercayaan diri yang tinggi. Manusia

³Ibid, h.15

⁴Haedar Nasir, *Agama dan Krisis Kemanusiaan Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000), h. 3

⁵Dadang Hawari, "*Al-Qur'an Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Jiwa*", (Yogyakarta: Danu Bhakti Yasa, 2000), h. 2

merupakan makhluk ciptaan Allah SWT yang memiliki derajat paling tinggi dan sangat mulia karena mempunyai kelebihan akal yang dimilikinya, maka seharusnya percaya dengan kemampuan yang telah dimiliki. Terkait dengan psikoterapi agama, dikalangan umat muslim disebut juga dengan istilah Psikoterapi Islam. Psikoterapi Islam menggunakan Al-Qur'an dan Hadist sebagai sumber rujukan yang benar dalam menggunakan metode pemulihan terhadap manusia yang sedang mengalami permasalahan kejiwaannya berupa depresi, stres, hingga gangguan jiwa berat lainnya. Sebagaimana firman Allah SWT:

قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً ۗ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ

Artinya: *Katakanlah: "Al-Quran itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang mukmin. (Q.S. Al-Fushshilat: 44)*

Di dalam kamus menyebutkan bahwa jiwa adalah ruh yang ada di kehidupan batin manusia, atau keutuhan yang terjadi dari perasaan batin, pikiran, angan-angan dan lainnya. Di dalam bahasa Arab, jiwa diartikan sebagai Nafs yang di dalam Al-Qur'an merupakan salah satu lafadz *mustaraq* (lafadz yang memiliki banyak makna).⁶

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky, gangguan psikologis atau kejiwaan dan tidaknya sehat mental timbul karena adanya penyimpangan-penyimpangan perilaku manusia dari semua tuntutan, bimbingan dan pimpinan fitrah *Ilahiyah* (Al-Qur'an) dan ketauladan *Nubuwah* (As-Sunnah).⁷

Gangguan jiwa adalah keadaan yang abnormal, baik dari fisik maupun mental. Penyebab gangguan jiwa bukan hanya gangguan syaraf, akan tetapi gangguan sikap, perilaku,

⁶Syah Reza, *Konsep Jiwa dalam Pandangan Ibnu Sina*, (Ponorogo: Pasca Sarjana ISID Gontor), h. 2

⁷Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *op.cit* h. 391

serta mental. Orang yang terkena gangguan jiwa kepribadiannya dari segi perasaan, emosi, tanggapan sangat terganggu, tidak adanya kemampuan dan juga hidup jauh dari kesadaran.

Cara menangani gangguan kejiwaan memiliki beberapa tahap yaitu membacakan ayat-ayat Allah SWT, penyucian diri, pengajaran Al-Qur'an dan Al-Hikmah.

Psikoterapi (*psychotherapy*) ialah pengobatan penyakit dengan melalui kebatinan atau melalui penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau terjadinya kesulitan-kesulitan penyesuaian diri atau penyembuhan lewat keyakinan agama, dan diskusi individu dengan para terapis. Psikoterapi merupakan pengobatan atau perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis. Psikoterapi ini mencakup teknik yang membantu individu dalam mengatasi gangguan jiwa.⁸

Islam datang ke tengah-tengah ummat manusia ingin menyelamatkan manusia dari kehancuran dan kegagalan dalam meraih hidup dan kehidupan yang baik, benar, aman, damai, tentram, bahagia, dan seamat di dunia hingga kelak di akhirat. Islam adalah agama wahyu yang langsung dari Dzat yang Maha Suci, Maha benar, Maha sempurna. Oleh karena itu ajaran-Nya tidak akan mungkin bertentangan dengan fitrahnya manusia, akan tetapi justru Islam ingin membimbing manusia berada di jalan yang benar.⁹

Islam merupakan sumber utama dalam membentuk pribadi seorang muslim. Islam berlandaskan Al-Qur'an dan As-Sunnah, Islam mengarahkan dan membimbing manusia ke jalan yang benar yang telah diridhai-Nya dengan membentuk kepribadian yang berakhlakul karimah. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW :

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ صَالِحَ الْأَخْلَاقِ

⁸Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam dan Kontemporer*, (Malang: UIN-Malang Press, 2009), h.

⁹Dadang Hawari, *op.cit* h. 6

Artinya: “*Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak yang baik.*” (Riwayat Ahmad)

Nabi diutus oleh Allah SWT untuk membimbing dan mengarahkan manusia ke arah yang baik dan benar juga sebagai figur Konselor yang mampu dalam memecahkan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan jiwa manusia supaya manusia itu terhindar dari segala sifat-sifat yang buruk. Oleh karena itu, manusia diharapkan dapat saling memberikan bimbingan sesuai dengan kemampuannya, sekaligus dapat memberikan konseling untuk tetap sabar dan tawakkal dalam menghadapi kehidupan. Dengan pendekatan Islam, maka pelaksanaan konseling mengarahkan seseorang kearah yang benar, membimbing dan mengarahkan setulus hati, akal dan nafsu manusia menuju pribadi yang berakhlakul karimah sesuai dengan nilai-nilai ajaran agama Islam.¹⁰

Kepribadian terbentuk dari pengalaman-pengalaman yang telah terjadi. Maka dari itu perlu adanya bimbingan dan pengajaran penanaman nilai-nilai agama Islam dan kebiasaan-kebiasaan yang baik. Hal ini dimaksudkan supaya dapat membentuk kepribadian manusia yang mempunyai akhlakul karimah sesuai dengan pengajaran agama Islam.¹¹

Psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan penyakit, baik fisik, mental, spiritual, moralnya dengan melalui bimbingan sesuai ajaran Al-Qur'an dan As-Sunnah Nabi SAW, melalui pengajaran dari Allah SWT, Malaikat-malaikat Allah SWT, Nabi dan Rasul, dan juga para ahli waris Nabi.¹²

Tujuan psikoterapi yaitu membantu individu untuk memberikan rasa aman dan keluar dari keadaan yang bersifat patogenik atau menimbulkan masalah, memberikan jalan terhadap

¹⁰Samsul Munir Amin. *Bimbingan Konseling Islam*. (Jakarta: Amzah, 2010), h. 50

¹¹Abdul Hayat, *Konsep Konseling berdasarkan Ayat-ayat Al-Qur'an*, (Banjarmasin: Antasari Press, 2008), h. 20

¹²Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *op.cit*, h.228

kemampuan yang dimilikinya untuk menemukan jati dirinya sendiri, membangun hubungan yang baru lebih baik, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan individu kearah yang positif.¹³

Penerapan metode psikoterapi dengan menggunakan pendekatan agama, akan memberikan hasil yang memuaskan dalam menyembuhkan berbagai jenis permasalahan kejiwaan manusia. Manusia sangat memerlukan agama dalam menjalani kehidupannya. tanpa adanya agama, maka seorang manusia tidak akan dapat menjalani kehidupannya secara tenang.

Psikoterapi Islam diperlukan berdasarkan sudut pandang muslim, yang menjadikan Al-Qur'an dan As-Sunnah sebagai sumber ilmu rujukan. Kedua sumber itu Allah SWT sebagai pencipta manusia telah memberikan solusi terbaik bagi masalah kejiwaan manusia. Sebagaimana firman-Nya dalam Al-Qur'an Surah Yunus ayat 57:

يَأَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي
الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: *"hai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman". (Q.S Yunus:57)*

Jiwa yang kosong tanpa adanya iman dan ketakwaan menjadi penyebab utama terjadinya berbagai macam masalah dalam kehidupan manusia salah satunya gangguan jiwa. Atas dasar itu peranan psikoterapi Islam dibutuhkan untuk meminimalisir dan menyembuhkan berbagai masalah dalam kehidupan manusia yaitu berupa gangguan jiwa.

¹³In Tri Rahayu, *Op.cit.*, h.196

Dalam kajian ini penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang diberi judul “ **Terapi Gangguan Kejiwaan (Studi Analisis Pemikiran Hamdani Bakran Adz-Dzaky dalam Buku Konseling dan Psikoterapi Islam)** ” sebuah pemikiran yang telah berhasil menggali konsep pendekatan Psikoterapi Islam melalui penerapan metode profetik dengan fokus pendekatan yang bersumber pada Al-Qur’an dan As-Sunnah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka yang menjadi rumusan masalah, yaitu:

1. Bagaimana konsep gangguan jiwa menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky?
2. Bagaimana cara menangani gangguan jiwa menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky?

C. Tujuan penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas, maka penyusunan penelitian ini memiliki beberapa tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui konsep gangguan jiwa menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky
2. Untuk mengetahui cara menangani gangguan jiwa menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian meliputi:

1. Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini untuk menyumbangkan pengetahuan keilmuan kepada Mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam, masyarakat umum dan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang Konseling Psikoterapi Islam, dan juga diharapkan dapat menjadi sumbangan bagi para Koselor dan Terapis dalam membantu mengatasi berbagai permasalahan yang dialami oleh Konseli.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi Konselor, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, acuan, dan masukan dalam terapi gangguan jiwa
- b. Bagi Terapis, diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan informasi dalam melaksanakan Psikoterapi Profetik ini secara efektif
- c. Bagi Universitas, hasil penelitian ini selanjutnya dapat menjadi tambahan referensi bagi Mahasiswa dan Universitas atau Peneliti untuk meneliti judul atau kajian yang serupa.
- d. Untuk Peneliti, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang fenomena yang terjadi di lapangan terkait dalam bidang Bimbingan Penyuluhan Islam dan Psikologi gangguan kejiwaan.

e. Sistematika Penulisan Skripsi

Adapun sistematika penulisan skripsi ini adalah terdiri dari lima bab, yaitu sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan, bab ini berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II Tinjauan Teori, bab ini berisikan tentang pengertian Psikoterapi Islam, gangguan jiwa, dan kerangka berpikir.

Bab III Metodologi Penelitian, bab ini berisikan pendekatan/metode penelitian, sumber data dan jenis data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan keabsahan data.

Bab IV Hasil dan Pembahasan, bab ini berisikan tentang Konsep gangguan jiwa menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky dan cara menangani gangguan jiwa menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky.

Bab V Penutup, bab ini berisikan kesimpulan dan saran untuk penelitian selanjutnya.