

BAB I

PENDAHULUAN

A. PENEGASAN JUDUL

Untuk memperoleh pengertian yang jelas dan menghindari meluasnya pembahasan serta menimbulkan kesalahpahaman mengenai judul **Penanganan Kasus Kecemasan Melalui Terapi Do'a (Studi pada Pasien RSI Hidayatullah Yogyakarta)**, maka perlu adanya penegasan judul skripsi, yaitu :

1. Penanganan

Penanganan adalah proses, perbuatan, cara menangani. ¹ Penanganan dalam penelitian ini adalah suatu langkah yang dilakukan oleh seorang rohaniawan RSI Hidayatullah Yogyakarta dalam mengatasi kondisi kritis (kejiwaan) pasien.

2. Kecemasan

Kecemasan berasal dari kata cemas yaitu ketakutan terhadap hal-hal yang belum terjadi yang biasanya muncul apabila seseorang berada dalam suatu keadaan yang diduga akan merugikan serta mengancam dirinya, dimana ia tidak berdaya menghadapinya. ²

Kecemasan ini sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan

¹ Dekdikbud RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1988), hlm. 581.

² Hana Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), hlm. 156.

pertentangan batin (konflik). Kecemasan dalam penelitian ini sebagai gejala munculnya perasaan takut dan cemas dikarenakan oleh kondisi kritis kejiwaan sebagai akibat penyakit yang dideritanya.

3. Terapi Do'a

Terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, pengobatan penyakit, perawatan penyakit.³ Sedangkan do'a adalah permohonan (harapan, permintaan, pujian) kepada Tuhan. Secara terminologi do'a adalah permintaan atau permohonan kepada Allah atas sesuatu yang didambakan atau dicita-citakan serta minta dilepaskan dari suatu musibah yang menimpa dan dijauhkan dari bahaya-bahaya yang mungkin menimpa, yang semua itu berada diluar kekuasaan dan usaha seseorang.⁴

Terapi do'a di sini merupakan pengobatan non medis berupa do'a-do'a yang diberikan oleh pembimbing kerohanian di RSI Hidayatullah Yogyakarta dalam membantu penyembuhan pasien khususnya memberi ketenangan batin serta menanamkan sikap tawakal terhadap musibah sakit yang dideritanya.

Terapi do'a ini diberikan kepada pasien sebagai pelengkap dari terapi medis yang telah diberikan oleh tim medis di RSI Hidayatullah Yogyakarta. Dalam penelitian ini terapi do'a lebih difokuskan pada upaya memberi ketenangan pada pasien terhadap kondisi kritis kejiwaan yaitu mengalami kecemasan akibat penyakit yang dideritanya.

³ Kamus Besar Bahasa Indonesia, *op. cit.*, hlm. 935.

⁴ Zainal Arifin, *Do'a & Tata Tertibnya*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1997), hlm. 2.

4. Pasien

Pasien yaitu orang yang memerlukan pertolongan / perawatan atau orang sakit yang dirawat oleh dokter.⁵ Dalam penelitian ini pasien yang dimaksud adalah pasien yang dirawat inap di RSI Hidayatullah Yogyakarta pada bulan Mei–Juni 2004 yang tergolong menderita penyakit-penyakit berat seperti sakit jantung, stroke, gula, kanker, paru-paru, penyakit syaraf, dan kecelakaan.

5. RSI Hidayatullah Yogyakarta

Rumah Sakit Islam adalah suatu lembaga yang merupakan bagian integral dari organisasi kesehatan dalam sistem kesehatan nasional yang mempunyai tugas memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan, mencegah timbulnya penyakit, mengobati penderita dan melakukan rehabilitasi dalam bidang fisik, mental, dan sosial yang sesuai dengan ajaran Islam.

Sedangkan menurut pengertian lain, RSI merupakan rumah sakit yang bernaung dibawah yayasan atau badan hukum yang bernaifaskan Islam. Hal ini sesuai dengan pasal 1 Pedoman Dasar Badan Kerjasama RSI se-Indonesia yang didirikan pada tanggal 8 M 1400 H di RSI Jakarta. Maka rumah sakit yang berpredikat Islam pada pokok pelaksanaannya harus ditujukan dalam 2 (dua) hal yaitu :

- a. Pelayanan, perawatan, dan pengobatan (terapi medis)
- b. Pelayanan dengan santunan agama (terapi spiritual)

⁵ Dekdikbud RI, *Kamus Besar Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), hlm. 652.

Kedua pokok pelayanan di atas harus dikerjakan secara terpadu agar dapat diperoleh hasil yang baik yaitu menolong dan membina manusia seutuhnya. Rumah Sakit Islam Hidayatullah Yogyakarta ini terletak di Jl. Veteran No. 184 Yogyakarta.

Berdasarkan pada istilah-istilah yang ada dalam judul di atas maka dapat dirumuskan secara jelas bahwa peneliti membatasi pada metode terapi do'a dalam menangani pasien penyakit berat yang mengalami kecemasan di Rumah Sakit Islam Hidayatullah Yogyakarta.

B. LATAR BELAKANG MASALAH

Tidak seorang pun yang menginginkan dirinya sakit, namun kalau sakit datang tidak kuasa untuk menolaknya. Dalam keadaan sakit seseorang dapat terguncang jiwanya dengan gejala ringan seperti stress sampai tingkat yang lebih berat. Dan sebaliknya guncangan jiwa dalam menghadapi dinamika kehidupan yang semakin kompleks ini juga dapat menyebabkan gangguan fisik yang dikenal dengan istilah psikosomatik. Seseorang yang mengalami pengobatan atau perawatan akan selalu dihadapkan pada perasaan ketidakpastian yaitu akan timbul guncangan mental dan jiwa mengenai penyakit yang di deritanya.

Seseorang yang sakit biasanya tidak hanya mengeluhkan penderitaan fisiknya saja tetapi juga disertai gangguan psikis berupa kecemasan atau ketakutan yang berhubungan dengan penyakitnya. Hal ini wajar karena secara

fisik seorang pasien akan dihadapkan kepada 3 (tiga) alternatif kemungkinan yang akan dialaminya, yaitu :

1. Sembuh sempurna.
2. Sembuh disertai cacat sehingga terdapat kemunduran menetap pada fungsi organ-organ tubuhnya.
3. Meninggal dunia.⁶

Alternatif meninggal dunia umumnya cukup menakutkan bagi sebagian pasien, karena mereka seperti juga kebanyakan manusia belum siap menghadapi panggilan malaikat maut, kecemasan atau ketakutan pada penderita ini, dapat menyebabkan timbulnya stress psikis (ketegangan) yang justru akan melemahkan respon *imunologi* (daya tahan tubuh) dan mempersulit proses penyembuhan diri pasien yang bersangkutan.

Kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut, yang kadang-kadang di alami oleh seseorang dengan tingkatan yang berbeda-beda. Kecemasan ini timbul karena berbagai macam tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).

Banyak pasien yang sering diliputi oleh perasaan cemas, takut, putus asa dan depresi, kondisi kejiwaan yang demikian ini tak hanya diatasi dengan obat-obat penenang anti cemas atau anti depresi, namun yang terpenting adalah dengan senantiasa mengingat Allah.

⁶ Sujudi, *Bimbingan Ruhani Bagi Pasien*, (Bandung : Al-Bayan, 1995), hlm. 45.

dengan cara didampingi dan dituntun untuk selalu mengingat kepada Allah. Mereka di dampingi untuk melantunkan kalimat *toyyibah* agar pikiran dan hatinya tidak terhanyut oleh perasaan cemas dan resah.

Al Qur'an memberi petunjuk bahwa seorang muslim yang beriman dan beramal sholeh tidak perlu merasa takut dan cemas dengan penyakit yang dideritanya. Pasien selalu dianjurkan untuk bertawakkal kepada Allah SWT dalam setiap keadaan karena tawakkal itu merupakan bekal bagi kehidupan seorang muslim dan ciri bagi orang yang beriman yang telah bulat berserah diri pada Allah maka ia akan merasa yakin dengan janji Allah. Oleh karena itu ia akan mendapatkan karunia Allah berupa terbebas dari rasa cemas (*anxiety*) dan rasa sedih atau tertekan (*depression*).

Al-Qur'an memberikan petunjuk bahwa dengan berdo'a berarti ia mengingat Allah sehingga akan menimbulkan ketentraman dalam jiwanya, seperti diungkapkan dalam firman Allah Qur'an surat Ar-Ra'du (13) ayat 28.

الذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : "Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram".

Barang siapa yang beriman dan berbuat kebaikan sesungguhnya tidak perlu cemas ataupun sedih. Seorang yang sakit selain sebagai cobaan dapat pula dianggap sebagai peringatan. Dalam menghadapi penyakit ajaran Islam tidak membenarkan putus asa. Manusia diwajibkan berikhtiar (berobat,

berdo'a dan berdzikir), masalah sembuh (hidup) atau (mati) Allah-lah yang menentukan.

Do'a merupakan ibadah yang sangat penting dalam usaha penanggulangan dan penyembuhan problem kejiwaan. Do'a yang ikhlas dan bersungguh-sungguh serta dirasakan bahwa do'a itu didengar dan akan dikabulkan oleh Allah sangat membantu menentramkan batin.⁷ Karena dengan do'a itu akan selalu timbul harapan sehingga akan memupuk dan menunjang semangat hidup serta menjauhkan diri dari rasa pesimis dan putus asa. Karena berdo'a pada hakekatnya adalah pasrah dan ikhlas pada kekuatan yang lebih tinggi sehingga dapat melahirkan rasa tentram pada jiwa dan ingatan serta mengendurkan segala urat syaraf.

Demikianlah dengan berdo'a berarti berusaha ingat kepada Allah, sehingga pada diri pasien akan tumbuh keyakinan bahwa penyakit yang dideritanya datang dari Allah dan Allah jualah yang akan menyembuhkan. Rasa optimis dan keyakinan kepada Allah akan membantu proses penyembuhannya serta memberikan ketenangan dan ketentraman batin pada pasien.

Penanganan kasus kecemasan dalam penelitian ini penulis mengambil salah satu bentuk santunan yaitu berupa terapi do'a yang diberikan kepada pasien yang mengalami kecemasan, misalnya pasien yang menderita sakit jantung, stroke, gula, kanker, paru-paru, penyakit syaraf, dan kecelakaan.

⁷ Zakiah Daradjat, *Do'a Menunjang Semangat Hidup*, (Jakarta: Ruhama, 1996), hlm. 23.

Proses terapi do'a terlebih dahulu pasien diberi bimbingan rohani baru kemudian diberikan terapi do'a. Pasien itu diberikan bimbingan mengenai musibah yang dialaminya, ditanamkan keyakinan bahwa musibah sakit datangnya dari Allah. Sehingga menumbuhkan sikap tawakkal serta *khusnudhon* terhadap Allah.

Dari sinilah muncul ketertarikan penulis untuk mengadakan penelitian di RSI Hidayatullah Yogyakarta mengenai metode terapi do'a dalam menangani pasien yang mengalami kasus kecemasan. Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan keilmuan khususnya yang berhubungan dengan jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan juga meningkatkan kualitas RSI Hidayatullah Yogyakarta khususnya pelayanan psikoreligius dalam membantu proses penyembuhan serta memberikan ketenangan dan ketentraman pasien.

C. RUMUSAN MASALAH

1. Bagaimana metode penanganan kasus kecemasan melalui terapi do'a pada pasien RSI Hidayatullah Yogyakarta ?
2. Apa implikasi atau dampak dari metode terapi do'a tersebut terhadap pasien RSI Hidayatullah Yogyakarta ?

D. TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk mengetahui metode penanganan kasus kecemasan melalui terapi do'a pada pasien RSI Hidayatullah Yogyakarta.
2. Untuk mengetahui dampak yang dirasakan oleh pasien dari terapi do'a.

E. KEGUNAAN PENELITIAN

1. Kegunaan Teoritik

Sebagai sumbangan atau bahan pemikiran bagi pengembangan ilmu dakwah dan aktifitas dakwah Islamiah melalui media pelayanan kesehatan RSI Hidayatullah Yogyakarta.

2. Kegunaan Praktis

Untuk memberikan masukan dan sumbangan pemikiran kepada para terapis RSI Hidayatullah Yogyakarta dalam rangka meningkatkan kualitas terapi do'a kepada pasien sehingga lebih mantap dan terarah.

F. TINJAUAN PUSTAKA

Banyak buku-buku yang telah diterbitkan yang membahas masalah terapi do'a yang berimplikasikan pada ketenangan jiwa. Satu diantaranya adalah karya Dadang Hawari yaitu *Doa dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*. Buku ini membahas manfaat do'a bagi orang sakit. Disebutkan, bahwa dewasa ini berkembangnya berbagai jenis penyakit degeneratif, penyakit jantung koroner/kardiovaskuler, kanker, gangguan metabolisme tubuh, penyakit psikomatik/gangguan kejiwaan (stress, kecemasan, depresi) serta berbagai penyakit yang disebabkan karena virus. Penelitian Dadang Hawari ini menyimpulkan bahwa peran terapi psikoreligius yaitu berupa terapi do'a

memegang peranan yang sangat penting bagi pasien dalam proses penyembuhan.⁸

Senada dengan Dadang Hawari, dalam bukunya Zakiyah Daradjat yaitu *Do'a Menunjang Semangat Hidup* seperti do'a untuk menghadapi perasaan cemas dan stress, do'a untuk mengatasi rasa berdosa, dan do'a sebagai pencegahan terhadap gangguan kejiwaan. Dengan berdo'a hati menjadi tenang serta memupuk rasa optimis. Dalam buku ini dijelaskan bahwa do'a-do'a itu amat penting guna memperkuat kesehatan mental, baik untuk penyembuhan, pencegahan, maupun untuk pembinaan. Do'a-do'a dalam buku ini dikelompokkan menjadi tiga yaitu fungsi penyembuhan (kuratif), fungsi pencegahan (preventif), dan fungsi pembangunan (konstruktif). Dengan pendekatan konstruktif dalam terapi kesehatan mental Islam dengan cara berdzikir (mengingat) Allah dan do'a (permohonan kepada Allah), dari perbuatan dosa, keji, dan segala kemungkar. Menurut penulis bahwa do'a sangat berpengaruh sekali terhadap ketenangan jiwa, sebagaimana firman Allah dalam QS. Ar-Ro'du (13) : 28, karena orang yang sedang sakit seringkali diliputi oleh rasa cemas, khawatir, dan tidak tenang oleh karena itu untuk menenangkan hati yang gelisah maka mengingat Allah (dzikir) adalah suatu upaya yang dianjurkan.

Bukunya Djam'an yaitu *Islam dan psikosomatik (penyakit jiwa)* juga membahas tentang do'a dan dzikir yang berfungsi sebagai terapi psikosomatik yaitu penyakit-penyakit badan yang timbul dari keluhan jiwa. Antara jiwa dan

⁸ Dadang Hawari, *Do'a dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, (Jakarta: PT.Dana Bhakti Primayasa, 1997).

badan ada hubungan yang sangat erat, apabila badan ditimpa suatu penyakit maka jiwa pun ikut menderita.

Dari tinjauan di atas, tampak bahwa kajian berupa pembuktian empiris mengenai fungsi dan metode terapi do'a di RSI Hidayatullah Yogyakarta belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya.

G. KERANGKA TEORITIK

1. TINJAUAN TENTANG KECEMASAN

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang sedang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik). Kecemasan itu mempunyai segi yang disadari seperti rasa takut, terkejut, tidak berdaya, rasa bedosa atau bersalah, terancam dan sebagainya. Adanya segi-segi yang terjadi diluar kesadaran serta tidak bisa menghindari perasaan yang tidak menyenangkan itu.⁹

Kecemasan merupakan perasaan subyektif yang mempunyai reaksi terhadap pengalaman yang tidak mengenakkan diri. Apabila pengalaman tersebut disimbolisasikan dan dimasukkan ke dalam ketidaksadaran dapat menyebabkan konsep diri dari individu berubah. Kecemasan sebagai suatu pengalaman perasaan yang menyakitkan yang ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan. Hal ini akibat

⁹ Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1978), hlm. 27.

dorongan–dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat syaraf otonom, misalnya jika seseorang menghadapi keadaan yang berbahaya hatinya akan berdebar-debar, urat nadinya berdenyut lebih cepat, bernafas lebih cepat, mulut menjadi kering dan telapak tangannya berkeringat.

Menjadi cemas pada tingkat tertentu dapat dianggap sebagai bagian dari respon normal untuk mengatasi masalah sehari-hari. Bagaimanapun juga bila kecemasan merupakan suatu ciri umum dalam gangguan depresi, dan pasien yang menderita kecemasan dapat juga mengalami simtom-simtom depresi.¹⁰

Pasien–pasien kecemasan mengalami bentuk-bentuk pikiran dan bayangan yang menakutkan, yang sering mendahului serangan kecemasan, pikiran-pikiran itu berhubungan rasa sakit yang amat sangat.¹¹

Kecemasan (anxiety) dan depresi (depression) merupakan dua jenis gangguan kejiwaan yang satu dengan lainnya saling berkaitan. Seseorang yang mengalami depresi seringkali ada komponen ansietasnya, demikian pula sebaliknya.¹²

Kecemasan adalah suatu situasi yang kompleks yang ditandai oleh perasaan takut, tegang dan gelisah baik yang nyata ataupun

¹⁰ Rusda Koto Sutadi, *Terapi Kognitif untuk Depresi dan Kecemasan*, (Semarang: IKIP Semarang Press, 1994), hlm. 8.

¹¹ Dadang Hawari, *op. cit.*, hlm. 54.

¹² Dadang Hawari, *Al-Qur-an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta: PT Dana Bhakti Prima Yasa, 1996), hlm. 44.

hanya imajinasi belaka. Hal ini sebagai akibat dari ketidakmampuan untuk mengatasi masalah yang biasanya berbentuk reaksi fisik dan psikologis. Kecemasan dapat terjadi karena orang tidak mampu menyesuaikan diri dalam kehidupan sehari-hari tidak dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosialnya, kecemasan juga dapat timbul karena manifestasi perpaduan dari bermacam-macam proses emosi. Kecemasan mempunyai segi yang disadari antara lain rasa takut, rasa terancam dan rasa terkejut karena sesuatu hal. Tetapi kecemasan juga mempunyai segi yang tak disadari atau tak jelas mengapa individu tersebut cemas seperti takut tanpa yang bersangkutan tahu apa penyebab ketakutannya.

Beberapa definisi tentang kecemasan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari proses emosi yang bercampur baur ketika ia mengalami tekanan perasaan dan pertentangan dimana hal ini ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan akibat dari dorongan-dorongan dari dalam atau dari luar dan di kuasai oleh susunan urat syaraf otonom.

b. Indikasi kecemasan (anxiety)

Kecemasan mempunyai gejala-gejala gangguan fungsi dari organ-organ tubuh yang dipersarafi oleh sistem saraf otonom (misalnya: pernafasan, peredaran darah, sistem pencernaan, dan lain sebagainya). Gejala-gejala kecemasan ditandai oleh beberapa faktor yaitu :

1. Cemas, takut, khawatir
2. Firasat buruk
3. Takut akan pikirannya sendiri
4. Mudah tersinggung
5. Tegang, tak bisa istirahat dengan tenang
6. Gelisah, mudah terkejut
7. Gangguan tidur dengan mimpi-mimpi yang menegangkan
8. Gangguan konsentrasi dan daya ingat
9. Jantung berdebar-debar, dada sesak, nafas sesak
10. Gangguan pencernaan
11. Nyeri otot, pegal linu, kaku, perasaan seperti ditusuk-tusuk, berkeringat, badan panas atau dingin
12. Mulut kering, sukar menelan seolah-olah ada benda yang menyumbat kerongkongan
13. Gangguan seksual (libido meninggi) ¹³

Di samping gejala-gejala kecemasan tersebut berikut ini merupakan beberapa fungsi yang dapat dipengaruhi oleh gangguan kecemasan yaitu :

1. Suasana hati : kecemasan, mudah marah, perasaan sangat tegang.
2. Pikiran : khawatir, sukar berkonsentrasi, pikiran kosong, suka membesar-besarkan ancaman, memandang diri sangat sensitif, merasa tidak berdaya.

¹³ Dadang Hawari, *op. cit.*, hlm. 54.

3. Motivasi : menghindari situasi, ketergantungan tinggi, ingin melarikan diri.
4. Perilaku : gelisah, gugup, kewaspadaan yang berlebihan.
5. Gejala biologis : gerakan otomatis meningkat misalnya, berkeringat, gemetar, pusing, berdebar-debar, mual, mulut kering.¹⁴

c. Jenis-jenis kecemasan

Sigmund Freud membagi 3 jenis kecemasan, yaitu:

1. Kecemasan realitas atau objektif

Kecemasan ini disebabkan gabungan ego dan dunia eksternal artinya berhubungan dengan respon ego terhadap bahaya dari luar individu. Kecemasan realitas adalah pengalaman perasaan sebagai akibat pengamatan suatu bahaya dalam dunia luar. Jadi kecemasan itu timbul dari akibat melihat dan mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini mungkin bersifat pembawaan, artinya seseorang mewarisi kecenderungan untuk takut kalau ia berada dekat benda-benda tertentu atau keadaan tertentu dari lingkungannya. Selain itu juga lebih dekat dengan perasaan takut karena sumbernya terlihat jelas.

2. Kecemasan Neurotis

Kecemasan ini bersumber pada hubungan ego dengan id artinya stimulus pemicu ekspresi dari kecemasan neurotis benar-

¹⁴ Rusda Koto Sutadi, *op. cit.*, hlm. 9.

benar dari dalam. Kecemasan neurotik adalah suatu rasa ketakutan tentang apa yang mungkin terjadi. Bentuk dari kecemasan ini dengan gejala paling mencolok ialah ketakutan yang tidak dapat diidentifikasi dengan satu sebab khusus serta mempengaruhi wilayah-wilayah penting dari kehidupan seseorang. Simtom-simtom neurotis yaitu:

- a. Sesuatu hal yang sangat mencemaskan hati hampir setiap kejadian menyebabkan timbulnya rasa takut dan cemas. Takut atau tidak berani terhadap satu obyek konkrit, misalnya takut harimau, polisi, perampok. Sedang cemas adalah bentuk ketidakberanian dan kerisauan terhadap hal-hal yang tidak jelas. Misalnya, cemas meninggalkan hari esok, cemas karena meninggalkan bayi dan anak-anaknya yang masih kecil dirumah, cemas karena berpisah dengan kekasih.
- b. Disertai emosi-emosi kuat dan sangat tidak stabil, suka marah dan sering dalam keadaan *exbited* (heboh, gempar) yang memuncak, sangat iritabel, akan tetapi juga sering dihinggapai depresi.
- c. Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan *delusion of persecution* (delusi dikejar-kejar).
- d. Sering merasa mual dan muntah-muntah badan merasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetaran, dan seringkali menderita diare.

e. Selalu dipenuhi ketegangan-ketegangan emosional dan bayang-bayang kesulitan yang imajiner (yang hanya ada dalam khayalan), walaupun tak ada perangsang khusus. Ketegangan, ketakutan, dan kecemasan yang kronis ini menyebabkan tekanan jantung yang sangat cepat, *tachycardia* (percepatan darah tinggi).¹⁵

Ada beberapa sebab munculnya gangguan kecemasan yang bersifat neurosis yaitu :

- a. Ketakutan yang bersifat neurosis disebabkan oleh kesusahan-kesusahan dan kegagalan yang bertubi-tubi.
- b. Represi terhadap macam-macam masalah emosional, akan tetapi tidak bisa berlangsung secara sempurna.
- c. Ada kecenderungan-kecenderungan harga diri yang terhalang
- d. Dorongan-dorongan seksual yang tidak mendapat kepuasan dan terhambat sehingga mengakibatkan banyak konflik batin.
- e. Modelling, yaitu mencontoh orang tua yang memiliki sifat tegang dan pencemas
- f. Membuat keputusan-keputusan yang menimbulkan kecemasan
- g. Munculnya kembali trauma psikologis yang pernah dialami dimasa lalu.¹⁶

¹⁵ Kartini Kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung: Mandar Maju, 2000), hlm. 21.

¹⁶ A. Supratikya, *Mengenal Perilaku Abnormal*, (Yogyakarta: Kanisius, 1995), hlm. 40.

3. Kecemasan Moral atau Perasaan Bersalah

Kecemasan ini bersumber pada hubungan ego dan super ego, artinya sebagai perasaan bersalah, rasa takut terhadap hukuman, karena tidak bisa mengikuti perilaku moral yang sesuai dengan ketentuan super ego. Kecemasan moral adalah perasaan bersalah yang timbul karena individu melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan jiwa.¹⁷

d. Komponen Kecemasan

Kecemasan mempunyai 4 komponen sebagaimana ketakutan yaitu:

1. Kognitif, menunjukkan kondisi terhadap obyek yang akan mengenai dirinya
2. Somatik, meliputi reaksi-reaksi tubuh terhadap obyek
3. Emosional, meliputi perasaan cemas, tidak aman dan panik
4. Motorik, menunjukkan pada dua tingkatan umum yang dilakukan bila menghadapi kecemasan yaitu melarikan diri (menghindar) dari situasi kecemasan atau mencoba menghadapi dan mengatasinya.

e. Manifestasi dan Pengukuran Kecemasan

Manifestasi dari pengukuran kecemasan bisa berupa psikologis dan fisiologis untuk menangkap atau mengukur gejala kecemasan ada beberapa metode:

¹⁷ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta: CV. Rajawali, 1983), hlm. 161.

1. Self Report atau Guetionaire yaitu sejumlah pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab oleh individu berupa test skala kecemasan.
2. Overt behavioral (perilaku yang tampak) yaitu lewat observasi terhadap individu, misalnya apakah ia gemetar pucat, menggigit-menggigit kuku.
3. Physiological (fisiologis) yaitu memakai alat-alat pengukuran tertentu, misalnya bagaimana denyut jantungnya, keluarnya keringat, pernafasannya, dan aktivitas kelenjar adrenalinya.¹⁸

f. Sumber-sumber Kecemasan

Menurut Zakiyah Daradjat bahwa sumber-sumber kecemasan berasal dari :

1. Rasa cemas yang timbul akibat melihat dan mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya. Cemas ini lebih dekat kepada rasa takut, karena sumbernya jelas terlihat dalam fikiran, misalnya ketika seseorang menderita sakit, akan mengalami kecemasan karena kondisi peneyakitnya sudah parah.
2. Rasa cemas yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk misalnya seseorang merasa cemas karena sesuatu yang tidak tertentu, tidak ada hubungan dengan apa-apa dan cemas dalam bentuk takut akan benda-benda atau hal-hal tertentu misalnya takut melihat darah, serangga, binatang-binatang kecil

¹⁸ G.C. Davidson and J.M. Neale, *Abnormal Psikology and Experimental Clinikal Approach*, (New York: John Wiley and Sons, Inc, 1974), hlm. 104.

dan tempat yang tinggi. Selanjutnya ada pula cemas dalam bentuk ancaman yaitu kecemasan yang menyertai gejala-gejala gangguan penyakit jiwa. Orang merasa cemas karena menyangka akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan, sehingga ia merasa terancam oleh sesuatu itu.

3. Cemas karena merasa berdosa atau bersalah karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Cemas ini sering menyertai gejala-gejala gangguan jiwa gejala-gejala cemas tersebut ada yang bersifat fisik dan ada pula yang bersifat mental. Gejala fisik misalnya ujung-ujung jari terasa dingin, pencernaan tidak teratur, denyut jantung cepat, keringat bercucuran, tidak nyaman tidur, nafsu makan hilang, kepala pusing, nafas sesak, dan sebagainya. Gejala mental antara lain sangat takut, merasa akan ditimpa bahaya atau kecelakaan, tidak bisa memusatkan perhatian, tidak berdaya atau rendah diri, hilang kepercayaan diri, tidak tenang, ingin lari dari kenyataan hidup.
4. Rasa cemas karena tidak terpenuhinya keinginan-keinginan seksual, karena merasa fisiknya kurang dan karena pengaruh pendidikan waktu kecil.
5. Rasa cemas karena sering terjadi frustrasi karena tidak tercapainya yang diinginkan baik material maupun sosial.¹⁹

¹⁹ Zakiyah Daradjat, *op. cit.*, hlm. 27.

Melihat dari beberapa sumber-sumber “kecemasan” tersebut dapat dipahami bahwa :

1. Kecemasan itu timbul karena seseorang tidak mampu menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya.
2. Kecemasan karena merasa berdosa atau bersalah karena telah melakukan sesuatu yang bertentangan dengan hati nuraninya.
3. Kecemasan karena melihat dan mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya.
4. Kecemasan karena sebab yang belum jelas diketahui.

g. Akibat-akibat Kecemasan

Menurut Kartini Kartono, jika seseorang memiliki ketakutan-ketakutan atau kecemasan yang kronis dan berlangsung dalam waktu yang cukup lama maka hal ini akan menyebabkan timbulnya penyakit tekanan darah tinggi atau *hipertensi* dan *tachycardia* (percepatan tinggi dari darah). Kecemasan yang selalu berlebihan akan merugikan individu itu sendiri dan akan mengakibatkan :

1. Sumber daya fisik dan psikis terbuang percuma.
2. Menghilangkan harga diri yang akan membuat merasa kecil dan tak berdaya.
3. Secara kognitif akan mempengaruhi kemampuan berfikir dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungannya.²⁰

²⁰ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*, (Jakarta: Bina Aksara, 1995), hlm. 209.

Beberapa pendapat tersebut dapat dipahami bahwa akibat-akibat yang dapat timbul karena kecemasan adalah :

1. Kerugian fisik dan mental karena digunakan untuk sesuatu yang tidak pasti.
2. Menimbulkan berbagai bentuk penyakit seperti darah tinggi dan jantung.
3. Tidak dapat menggunakan kemampuan berfikir secara rasional yang dampaknya akan berpengaruh terhadap penyembuhan penyakitnya.

2. TINJAUAN TENTANG DO'A

a. Pengertian Do'a

Do'a menurut bahasa ialah memohon, menyeru, dan minta tolong. Do'a dengan pengertian ini digunakan dan ditujukan hanya kepada Allah saja. Ada juga do'a dengan arti menghimbau atau mengajak. Pengertian ini ada yang dipakai untuk sesama makhluk. Sedangkan pengertian do'a menurut istilah ialah permintaan atau permohonan kepada Allah atas sesuatu yang didambakan atau dicita-citakan, atau minta dilepaskan dari suatu musibah yang menimpa yang semua itu berada diluar kekuasaan dan usaha seseorang. Didalam Al-Qur'an do'a disebutkan dengan beberapa macam pengertian, yaitu: do'a permintaan [Al-Mukmin (40): 60], do'a berarti permohonan [Al-A'rof (6): 55], do'a berarti panggilan [al-Isra (17) 52], dan do'a

berarti pujian [Al-Isra (17) :111]. Dengan makna permintaan atau permohonan hanya ditujukan kepada Allah niscaya Allah akan memperkenankan permohonan seorang hamba. Dengan demikian bahwa berdo'a kepada Allah merupakan permohonan kepada-Nya dalam memperoleh sesuatu yang dikehendakinya.

Doa merupakan ibadah yang sangat penting dalam usaha penanggulangan dan penyembuhan problem kejiwaan. Do'a yang ikhlas dan bersungguh-sungguh serta dirasakan bahwa do'a itu didengar dan akan dikabulkan oleh Allah, sangat membantu menentramkan batin. Karena dengan do'a itu akan selalu timbul harapan sehingga akan memupuk dan menunjang semangat hidup serta menjauhkan diri dari rasa pesimis dan putus asa. Dengan berdo'a pada hakekatnya adalah pasrah dan ikhlas pada kekuatan yang lebih tinggi.

Do'a yang dilakukan dengan sikap kekhusukan yang menyeluruh, penuh rasa empati terbukti akan semakin mendorong atau mempercepat proses penyembuhan serta menimbulkan ketenangan jiwa. Do'a adalah obat yang paling manjur untuk menghilangkan berbagai penyakit dan malapetaka. Dengan dzikir ayat-ayat Al-Qur'an dan do'a-do'a yang dijadikan sebagai obat pada dasarnya sangat

berguna dan dapat menyembuhkan penyakit serta memberikan ketenangan jiwa.²¹

Berdo'a kepada Allah dengan lemah lembut, penuh pengharapan, serta yakin bahwa pertolongan dan bantuan Allah tidak akan mengecewakan harapan hamba-Nya, sebab janji Allah itu benar dan senantiasa dipenuhi karena Allah tidak akan melalaikan janji-Nya, dan tetaplah yakin bahwa dalam genggamannya terdapat segala kebaikan.

b. Falsafah Dasar Terapi Do'a

Bila dikaji secara mendalam maka sesungguhnya dalam ajaran Islam, sebagaimana tercantum dalam Al-Qur'an dan Al-Hadits, banyak ayat maupun hadits yang memberikan tuntunan agar manusia sehat seutuhnya baik dari segi fisik (biologi) kejiwaan (psikososial), maupun spiritual (kerohanian / agama). Banyak sekali ayat-ayat di dalam Al-Qur'an yang mengisyaratkan seperti hal di atas.

Namun ternyata kehidupan manusia tidak selamanya dalam kesehatan dan kebahagiaan. Jika manusia dirundung sakit atau mendapat cobaan, maka sudah sepantasnya manusia untuk kembali kepada Allah dan itu merupakan fitroh kemanusiaan. Telah kita ketahui bersama bahwa segala sesuatu adalah milik Allah begitu juga sakit atau kesusahan. Firman Allah dalam surat Asy-Syu'ara ayat 80 memberitahukan bahwa Allah-lah yang akan memberi kesembuhan

²¹ Rahman Sani, *Hikmah Zikir Dan Do'a: Tinjauan Ilmu Kesehatan*, (Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2002), hlm. 96.

kepada hambanya yang terkena musibah sakit. Dalam hadist Nabi bahwa Allah berjanji akan menerima do'a hambanya yaitu :

ادع الله وانتم موقنون بالإجابة. فاعلموا ان الله لا يقبل دعاء
من قلب غافل لاه

Artinya : Berdo'alah kepada Allah SWT dan kalian harus yakin akan adanya ijabah (jawaban dari Allah) dan ketahuilah bahwa Allah tidak akan menerima do'a-do'a orang yang lalai.²²

Hadits di atas menjelaskan bahwa faktor keyakinan (yakin bahwa Allah akan mengabulkan do'anya) adalah faktor yang harus ada pada diri orang yang berdo'a.

c. Perintah berdo'a

Allah SWT. memerintahkan hambanya untuk senantiasa berdo'a memohon kepada-Nya sesuai dengan firman-Nya yaitu Q.S. Al- A'rof (7) ayat 55-56 :

ادعوا ربكم تضرعا وخفية^{تقلى} انه لا يحب المعتدين (55)
ولا تقسدا في الارض بعد اصلاحها وادعوه خوفا وطمعاً ان
رحمت الله قريب من المحسنين(56)

Artinya : Berdo'alah kepada Tuhanmu dengan berendah diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas. Dan janganlah kamu membuat kerusakan dimuka bumi, sesudah Allah memperbaikinya dan berdo'alah kepada-Nya dengan rasa takut

²² Habib Abdullah Haddad, *Nasehat Agama Dan Wasiat Iman*, (Bandung: Gema Risalah,, 1993), hlm. 260.

Tentang hadits Nabi yang merupakan perintah berdo'a yaitu :

ادعوا الله وانتم موقنون بالإجابة. واعلموا أن الله لا يستجيب دعاء من
قلب غافل لاه

*Berdo'alah kepada Allah, sedang engkau meyakini pengabulannya. Dan ketahuilah, bahwa Allah tidak akan menerima do'a seseorang yang lalai dan terlena.*²³

d. Adab dan Tata Cara Melaksanakan Do'a

1. Memilih waktu yang dimuliakan atau waktu ijabah (seperti hari Arafah, bulan Ramadhan, hari Jum'at, waktu sepertiga malam terakhir, dan waktu sahur.
2. Menggunakan kesempatan yang terbaik (misalnya, ketika sujud, perang sedang berkecamuk, turun hujan, dan ketika iqomat sholat).
3. Menghadap kiblat, mengangkat, mengangkat tangan dan mengusapkan kemuka apabila sudah selesai.
4. Merendahkan suara.
5. Tidak memakai kalimat bersajak yang berlebihan.
6. Khusus' dengan rasa takut kepada Allah.
7. Berkeyakinan penuh bahwa do'a yang dipanjatkan itu benar-benar akan dikabulkan.
8. Bersungguh-sungguh dan mengulang-ulang do'anya sampai tiga kali.

²³ *Ibid*, hlm. 260.

9. Sebelum berdo'a hendaklah diawali dengan berdzikir terlebih dahulu.
10. Bertobat sebelum berdo'a dan menghadapkan diri dengan sesungguhnya kepada Allah.²⁴

e. Keutamaan dan Manfaat Do'a

Upaya menghadirkan dan menumbuhkan sikap optimis dalam jiwa manusia bisa dimulai dengan do'a karena do'a merupakan mata hatinya ibadah. Do'a seorang hamba akan selalu dikabulkan oleh Allah selama manusia selalu memenuhi perintah-perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-larangan-Nya. Dengan berdo'a diharapkan mampu menyadarkan manusia atas kekuasaan Allah serta mengingatkan manusia atas keterbatasan dirinya, dari sinilah akan tumbuh pola hidup yang seimbang. Ketenangan hidup baik lahir maupun batin sehingga akan melahirkan kebahagiaan yang hakiki.

Keutamaan dan manfaat do'a adalah sebagai berikut :

1. Memperoleh naungan rahmat dari Allah.
2. Menunaikan kewajiban ta'at dan menjauhi maksiat.
3. Memperoleh hasil yang pasti, karena tiap-tiap do'a itu dipelihara dengan baik disisi Allah. Maka adakalanya permohonan itu dipenuhi dengan cepat dan adakalanya ditangguhkan di hari akhir.
4. Melindungi diri dari bala bencana.

²⁴ Imam An Nawawi, *Tarjamah al-Adzar*, (Bandung: Al-Ma'arif, 1984), hlm. 952.

5. Menolak tipu daya musuh, menghilangkan kegundahan dan menghasilkan hajat serta memudahkan kesukaran.²⁵

3. TINJAUAN TENTANG TERAPI DO'A

a. Pengertian

Kata terapi dalam kamus Bahasa Indonesia Kontemporer artinya perawatan atau penyembuhan penyakit.²⁶ Kata terapi berasal dari bahasa Yunani yaitu *therapeia* yang berarti merawat atau mengasuh.²⁷ Sedangkan dalam bahasa Arab kata terapi berasal dari kata *syafa-yasyifa-syafa'a* yang artinya menyembuhkan.

Berbagai pengertian diatas, bahwa kata terapi identik dengan kedokteran, karena berhubungan dengan perawatan dan penyembuhan penyakit. Salah satu ayat Al-Qur'an yang berisikan aspek penyembuhan gangguan jiwa adalah Q.S. Yunus ayat 57. Ayat tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an itu sendiri berisikan aspek terapi bagi gangguan jiwa. Bahwa Al-Qur'an itu dapat menyembuhkan berbagai penyakit yang ada dalam dada manusia (penyakit jiwa) serta menjadi petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.

²⁵ Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Do'a*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1984), hlm. 101.

²⁶ Peter Salim dan Yenny Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, (Jakarta: Modern English Press, 1991), hlm. 1598.

²⁷ Ensiklopedi Indonesia Edisi Khusus, jilid 6, (Jakarta: PT. Ichtiyar Baru-Van Hoeve), hlm. 3508.

Makna terapi tidak hanya pengobatan secara fisik, tetapi bisa juga perawatan secara psikis (kejiwaan). Oleh karena itu di dalam psikologi dikenal dengan istilah psikoterapi yang artinya perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologi terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien yang bertujuan untuk: 1. menghilangkan, mengubah, atau menemukan gejala-gejalanya yang ada. 2. memperbaiki pola tingkah laku yang rusak, dan 3. meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif.²⁸ Dari uraian tersebut tentang pengertian terapi, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terapi adalah perawatan pasien untuk menyembuhkan atau memulihkan penyakitnya.
2. Terapi adalah bimbingan untuk menyembuhkan dengan metode-metode psikologis.

Pada pengertian pertama, kata terapi dipakai untuk istilah perawatan penyakit secara fisik (jasmani), sedangkan pada pengertian kedua dipakai untuk istilah perawatan penyakit secara kejiwaan. Pada pembahasan ini kedua istilah diatas akan digunakan. Dengan demikian yang dimaksud dengan terapi disini yaitu perawatan penyakit fisik maupun mental dengan bimbingan.

²⁸ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling & Psikoterapi Islam: Penerapan Metode Sufistik*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hlm. 228.

Do'a merupakan permohonan kepada Allah atas sesuatu yang didambakan atau dicita-citakan serta minta dilepaskan dari suatu musibah yang menyimpannya dan dijauhkan dari bahaya-bahaya yang mungkin menimpa, yang semua itu berada di luar kekuasaan dan usaha seseorang. Do'a merupakan sarana yang amat ampuh untuk mengadakan suatu transformasi (perubahan yang mendalam dalam jiwa kita). Misalnya rasa kecemasan atau ketakutan akan berubah menjadi kekuatan, rasa keputusasaan akan berubah menjadi harapan.²⁹

Pengertian dua kata diatas, maka terapi do'a penulis artikan sebagai upaya penyembuhan pasien dengan cara membimbing mereka dengan melantunkan do'a-do'a baik yang bersumber dari Al-Qur'an maupun Hadist. Keberadan terapi ini tidak bisa dianggap sepele, karena terapi secara medis untuk mengobati fisik sedangkan terapi do'a untuk menguatkan mental pasien yang akan membantu proses penyembuhan.

b. Macam-Macam Terapi

Terapi dimaksudkan sebagai upaya membantu penyembuhan pasien. Sesuai dengan kaidah-kaidah psikologis, terapi dibagi menjadi tiga macam sesuai dengan tujuannya, yaitu:

1. Terapi Supportif

Terapi ini bertujuan memperkuat benteng pertahanan (harga diri atau kepribadian) dan memperluas mekanisme pengarahan dan

²⁹ Tjiptadinata Effendi, *Meditasi: Jalan Meningkatkan Kehidupan Anda*, (Jakarta: Pt. Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia, 2003), hlm 38.

pengendalian emosi serta pengembalian pada penyesuaian diri yang seimbang.³⁰ Dengan terapi ini berarti seorang pasien diberi semangat hidup dan keyakinan pada dirinya yang selanjutnya diarahkan pada pengendalian dan penyesuaian diri. Dengan demikian diharapkan ia bisa menghadapi permasalahannya secara tenang dan terhindar dari perasaan cemas.

2. Terapi Reedukatif

Terapi ini bertujuan untuk mengusahakan penyesuaian diri kembali, perubahan tujuan hidup dan menghidupkan potensi kreatif.³¹ Adakalanya seseorang mengalami konflik batin karena kurang bisa menyesuaikan diri. Dengan terapi ini seseorang diupayakan untuk menyesuaikan kembali serta memodifikasi tujuan hidup sehingga ia dapat melihat alternatif-alternatif lain dalam menempuh jalan hidupnya sehingga potensi kreatifnya dapat hidup.

3. Terapi Rekonstruktif

Terapi ini bertujuan untuk menimbulkan pemahaman terhadap konflik-konflik yang tidak disadari agar terjadi perubahan struktur karakter dan memperluas pertumbuhan kepribadian dengan mengembangkan potensi penyesuaian yang baru.³² Dengan memahami dan mengetahui konflik-konflik yang dialami, maka seseorang dapat mencari pemecahan atau merubah cara pandangnya

³⁰ Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama: Kepribadian Muslim Pancasila*, (Bandung: Sinar Baru, 1991), hlm. 161.

³¹ Ibid, hlm. 162.

³² Ibid, hlm. 162.

sehingga dapat menyesuaikan diri dengan keadaan baru yang dialaminya.

c. Unsur-Unsur Terapi Do'a

Unsur-unsur terapi do'a yang dimaksud disini adalah bagian yang memungkinkan terjadinya kegiatan terapi. Adapun unsur-unsur dalam terapi do'a adalah:

1. Terapis, yaitu seseorang yang bertugas memberikan perawatan atau bimbingan dan bantuan kepada pasien untuk mengatasi problem dan gangguan yang dihadapi sebagai upaya membantu proses penyembuhan.

Adapun syarat-syarat yang harus dipenuhi seorang terapis adalah:

- a. kemampuan Profesional (keahlian)
- b. sifat kepribadian yang baik (akhlakul karimah)
- c. kemampuan kemasyarakatan (ukhuwah Islamiyah)
- d. ketaqwaan kepada Allah SWT³³

Dari syarat-syarat diatas dapat diketahui bahwa selain syarat-syarat keahlian, terapis dituntut pula untuk mempunyai basic moral yang kuat, karena seorang terapis dalam tugasnya juga berfungsi sebagai figur yang hendak dituju.³⁴ Keberhasilan seorang terapis tidak hanya ditentukan oleh metode yang

³³ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UUI Press, 1992). hlm. 56.

³⁴ Subandi, *Membangun Psikologi Berwawasan Islam*, (Surakarta: Muhammadiyah University Press, 1996), hlm. 88.

digunakan tetapi figur pribadi terapis juga memegang peranan penting.

2. Pasien
3. Materi yaitu isi bimbingan (ajaran) yang hendak diberikan kepada pasien
4. Metode yaitu cara yang digunakan oleh terapis untuk memberikan bimbingan kepada pasien.

d. Prinsip-Prinsip Dalam Pelaksanaan Terapi Do'a

Untuk mencapai proses bimbingan yang efektif, maka seorang terapis harus memperhatikan prinsip atau asas dalam melaksanakan suatu bimbingan. Karena seorang terapis memegang peranan penting dalam keberhasilan proses bimbingan yang diberikan kepada kliennya. Hal ini selaras dengan yang diungkapkan Hanna Djumhana Bastaman mengenai 7 (tujuh) prinsip atau asas yang harus dilaksanakan oleh seorang terapis Islam dalam melaksanakan suatu bimbingan.³⁵ Ke tujuh asas tersebut disingkat dengan SAPTA ASAS ISLAMKU (Ibadah, Silaturrohmi, Lugas, Musyawarah, Keteladanan, dan Upaya Mengubah Nasib), ketujuh prinsip tersebut adalah:

1. Asas Ibadah

Pembimbing dan penyuluh masyarakat harus memantapkan niat dan menyadari bahwa tugas memberikan bimbingan dan penyuluhan kepada masyarakat adalah tindak ibadah, dan amal bakti mereka

³⁵ Hanna Djumhana Bastaman, *op cit*, hlm. 213.

memiliki nilai ibadah pula. Selain niat dan itikad beribadah, asas ini menganjurkan kepada para pembimbing dan penyuluh masyarakat agar selalu meningkatkan kualitas ibadah dan selalu berdo'a memohon petunjuk-Nya serta mendo'akan segala kebaikan kepada kliennya.

2. Asas Silaturahmi

Islam selalu menganjurkan umatnya untuk menjalin silaturahmi sebagai landasan kokoh hubungan sosial. Tahap ini merupakan tahap awal yang menentukan dalam proses bimbingan dan penyuluhan, karena mempunyai pengaruh terhadap kelancaran keberhasilan bimbingan.

3. Asas Lugas

Pengertian lugas mengandung makna sederhana, langsung, jujur, apa adanya, dan terarah pada sasarannya dalam mengungkapkan sesuatu. Salah satu prinsip komunikasi modern yang diakui daya guna dan hasil gunanya adalah prinsip kesederhanaan (*Principle of simplification*)

4. Asas Adaptasi

Yaitu menyesuaikan tema, isi, dan cara menyampaikan informasi dengan daya tangkap, kepentingan, suasana, dan kondisi psikososial penerima informasi. Prinsip ini relevan digunakan oleh para pembimbing dan penyuluh masyarakat yang menghadapi berbagai corak kehidupan masyarakat. Bahwa seorang terapis dianjurkan untuk

berbicara sesuai dengan alam pikiran, keadaan, dan bahasa dari pribadi-pribadi dan kelompok masyarakat.

5. Asas Musyawarah

Musyawarah adalah ungkapan sikap demokrasi dan lawan dari otoriter yang selalu merasa benar sendiri. Musyawarah perlu dibiasakan untuk menyelesaikan urusan kemasyarakatan. Lebih-lebih dalam kegiatan bimbingan dan penyuluhan masyarakat, ketrampilan musyawarah perlu dikuasai oleh petugas pembimbing dan penyuluh. Misalnya saja dalam bentuk diskusi kelompok untuk tujuan sumbangsaran (*brainstorming*) dan pemecahan masalah (*problem solving*). Dalam musyawarah para pembimbing dan penyuluh diharapkan bersedia untuk menerima umpan balik (*feedback*), dan membiasakan diri menghindari sikap menggurui. Sekalipun hakikatnya mereka adalah guru dan pendidik masyarakat. Sikap menggurui biasanya kurang menunjang pengembangan inisiatif dan potensi kreatif masyarakat.

6. Asas Keteladanan

Para petugas bimbingan dan penyuluhan mempunyai peluang untuk menjadi panutan dan anutan masyarakat, sehingga salah satu tuntutan tugas mereka harus mampu menjadi suri tauladan masyarakat. Hal ini merupakan isyarat bahwa para pembimbing dan penyuluh masyarakat harus menjadi suri tauladan, seperti halnya Rasulullah SAW menjadi suri tauladan seluruh umat.

7. Asas Upaya Mengubah Nasib

Tujuan utama dari kegiatan bimbingan dan penyuluhan masyarakat untuk menumbuhkan kesadaran dan motivasi dalam meningkatkan kualitas dan taraf hidup.

Demikianlah Sapta Asas ISLAMKU sebagai pemikiran dan saran untuk melandasi metode dan teknik-tehnik bimbingan dan penyuluhan masyarakat.

e. Urgensi Terapi Do'a

Faktor kejiwaan (psikis) melalui jaringan “*psiko-neuro-endokrin*” secara umum dapat mengakibatkan kekebalan (imunitas) menurun yang pada gilirannya tubuh mudah terserang berbagai penyakit atau bisa juga sel-sel organ tubuh berkembang radikal (misalnya pada kanker). Demikian pula penyakit infeksi lainnya mudah menyerang tubuh disebabkan karena imunitas atau kekebalan tubuh seseorang sedang menurun. Dilain pihak faktor kejiwaan (psikis) melalui jaringan “*psiko-neuro-endokrin*” dapat meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh, sehingga seseorang tidak mudah jatuh sakit atau mempercepat proses penyembuhan. Dalam kaitannya dengan hal tersebut, disinilah peran terapi psikoreligius yaitu melalui do'a memegang peranan penting.³⁶

Do'a dari sudut ilmu kedokteran jiwa atau kesehatan jiwa merupakan terapi psikiatrik, setingkat lebih tinggi daripada psikoterapi

³⁶ Dadang Hawari, *op cit.*, hlm. ix.

biasa. Hal ini dikarenakan do'a mengandung unsur spiritual kerohanian atau keagamaan, yang dapat membangkitkan harapan (*hope*) dan rasa percaya diri (*self confident*) pada diri seseorang yang sedang sakit. Sehingga pada gilirannya kekebalan (*imunitas*) tubuh meningkat sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan. Dalam hal ini tidak berarti terapi dengan obat dan tindakan medis lainnya diabaikan.

Seseorang yang beriman kepada Allah menyadari bahwa sesungguhnya segala sesuatu berada dalam kekuasaan Allah. Maka jika ia bereaksi dengan tepat, pasti Allah akan memberi jalan kemudahan, meskipun jalan tersebut pada mulanya terlihat mustahil. Jalan yang terlihat mustahil inilah yang diperoleh melalui ketabahan dan do'a. Ketika seseorang memanjatkan do'a, ia akan merasakan ketenangan jiwa, ketentraman, dan kebahagiaan. Ia juga akan mengetahui bahwasanya ketika kenikmatan hidup di dunia terputus baginya, maka kenikmatan itu akan ia temukan pada Allah SWT. Sehingga akan menimbulkan kekuatan spiritualnya semakin bertambah, keimanannya semakin kuat, sehingga jiwanya terbebas dari segala penyakit jiwa yang hendak menyerangnya. Dalam terapi modern bahwa kekuatan ruh dan spiritual itu sangat dibutuhkan dan kekuatan ini bisa diperoleh melalui do'a.

Dengan demikian bahwa do'a seorang hamba Allah akan dijawabnya dengan berbagai bentuk, yaitu:

1. Dikabulkan sesuai yang diminta oleh hamba tersebut.
2. Ditangguhkan sampai beberapa waktu sambil menguji ketabahan hamba-Nya.
3. Dijawab dalam bentuk ampunan untuk dosa-dosa orang yang berdo'a.
4. Ditangguhkan dengan memberikan balasan nanti di akhirat.³⁷

H. METODE PENELITIAN

1. Subyek dan Obyek Penelitian

Subyek utama dalam penelitian ini adalah pasien RSI Hidayatullah Yogyakarta. Sedangkan rohaniawan sebagai informan yaitu sebagai sumber informasi mengenai metode terapi do'a yang dilakukan terhadap pasien serta pengaruh do'a yang dirasakan oleh pasien

Sedangkan obyek dalam penelitian ini adalah metode terapi do'a yang dilakukan oleh rohaniawan dalam menangani pasien yang mengalami kasus kecemasan serta berupaya untuk membantu penyembuhan terhadap penyakitnya yang berimplikasi pada ketenangan jiwa pasien.

2. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang penulis gunakan untuk memenuhi dan memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah :

³⁷ Sujudi, *op cit.*, hlm. 74.

a. Metode wawancara / interview

Wawancara merupakan teknis dalam upaya menghimpun data yang akurat berdasarkan permasalahan dalam penelitian tertentu.³⁸ Data yang diperoleh dari teknis ini adalah dengan tanya jawab secara lisan dan bertatap muka langsung antara pewawancara dengan rohaniawan, pasien, pengurus, tenaga medis dan para medis Rumah Sakit Islam Hidayatullah Yogyakarta. Agar wawancara dapat berjalan lancar dan tidak keluar dari pokok permasalahan dan tujuan dari penelitian ini maka diperlukan pedoman wawancara sebagai pedoman dan acuan dalam proses wawancara.

Pedoman wawancara dibuat berdasarkan masalah penelitian. Oleh karena itu masalah penelitian perlu dijabarkan dalam sub-sub masalah yang lebih rinci, sehingga memudahkan dalam menentukan data yang diperlukan. Dengan demikian pedoman wawancara berisi butir-butir permasalahan yang akan ditanyakan.

Metode interview ini untuk memperoleh data-data yang mendalam mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pelaksanaan terapi do'a yang diterapkan di Rumah Sakit Islam Hidayatullah Yogyakarta serta hal-hal lain mengenai penanganan kasus kecemasan melalui terapi do'a. Interview yang penulis gunakan adalah dengan model interview terpimpin yaitu tanya jawab yang terarah untuk mengumpulkan data-data berdasarkan *interview guide* yang sudah

³⁸ Wardi Bahtiar, *Metode Penelitian Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Logos, 1987), hlm. 72.

disusun sebelumnya. Namun tidak menutup kemungkinan adanya pengembangan sesuai dengan data yang diperlukan.

b. Metode Observasi

Metode observasi adalah usaha mencari data dengan melakukan pengamatan dalam arti menatap kejadian, gerak proses sesuatu.³⁹ Dengan arti lain bahwa observasi merupakan kegiatan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala atau fenomena yang sedang terjadi.

Data yang akan dikumpulkan dengan observasi dalam penelitian ini yaitu data mengenai proses terapi do'a yang dilakukan oleh rohaniawan di RSI Hidayatullah Yogyakarta.

Metode observasi dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mendapatkan data secara langsung dengan melihat, mendengar, dan memperhatikan secara seksama segala tindakan dan perkataan rohaniawan di RSI Hidayatullah Yogyakarta dalam memberikan terapi do'a kepada pasien yang mengalami kecemasan.

c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi ini dimaksudkan untuk mencari data tentang hal-hal atau variabel yang berupa catatan transkrip, buku, surat kabar, prasasti, notulen, rapat dan agenda.⁴⁰ Metode ini merupakan metode pelengkap untuk mendapatkan data tentang gambaran lokasi penelitian yang berkaitan dengan masalah-masalah penelitian.

³⁹ Suharsini Arikunta, *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hlm. 186.

⁴⁰ Husain Usman, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1996), hlm.56.

3. Teknik Analisa Data

Penelitian ini merupakan studi kasus dimana metode pengumpulan data bersifat integrative dan komprehensif. Integratif artinya menggunakan berbagai tehnik pendekatan dan bersifat komprehensif artinya data yang dikumpulkan meliputi seluruh aspek pribadi individu secara lengkap. Data yang diperoleh dengan studi kasus bermanfaat dalam menetapkan jenis kesulitan atau masalah yang dialami individu dan juga menetapkan jenis bantuan atau bimbingan yang dapat diberikan.⁴¹ Tujuan dari studi kasus ini untuk memberikan gambaran secara mendetail tentang latar belakang, sifat-sifat, serta karakter-karakter yang khas dari kasus ataupun status individu yang kemudian sifat-sifat yang khas dijadikan suatu hal yang bersifat umum.

Metode analisa data yang penulis gunakan adalah metode deskriptif kualitatif, yaitu digambarkan dengan kata-kata atau kalimat.⁴² Setelah data terkumpul kemudian disajikan dalam bentuk kalimat sesuai dengan kenyataan berdasarkan kerangka penelitian. Yaitu latar belakang masalah, tujuan terapi do'a, materi terapi do'a, dan metode terapi do'a yang dilakukan oleh seorang terapis, sehingga langkah-langkah tersebut bisa dilakukan oleh terapis secara sistematis.

Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.

⁴¹ Djumhur, Drs. Moh Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan Di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu, 1975), hlm. 25.

⁴² Suharsini Arikunta, *op cit.*, hlm. 245.

I. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Sistematika pembahasan ini terdiri dari 4 (empat) pembahasan dimana masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab.

Bab pertama berisi pendahuluan yang meliputi penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua berisi tentang gambaran umum tentang Rumah Sakit Islam Hidayatullah Yogyakarta, yang meliputi data rumah sakit, latar belakang berdirinya, visi dan misi RSI Hidayatullah Yogyakarta, fasilitas pelayanan, ketenagaan, struktur organisasi, data rohaniawan, program kerja rohaniawan, dan data kasus pasien yang mengalami kecemasan.

Bab ketiga berisi tentang proses penanganan kasus kecemasan melalui terapi do'a di RSI Hidayatullah Yogyakarta mengenai metode terapi do'a dalam menangani pasien kasus kecemasan, materi terapi do'a yang diberikan pada pasien kasus kecemasan, tahapan dalam proses terapi do'a, dan dampak dari terapi do'a.

Bab keempat merupakan bab terakhir skripsi ini berupa penutup, yang berisi kesimpulan, saran-saran, dan penutup.

BAB IV

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Dari uraian data yang terkumpul, sebagaimana yang telah diuraikan dalam bab-bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Terapi do'a di RSI Hidayatullah Yogyakarta merupakan upaya untuk membantu proses penyembuhan pasien yang menjalani rawat inap/opname. Upaya ini untuk menguatkan kesehatan mental pasien karena mengalami ketegangan-ketegangan akibat kecemasan terhadap penyakit yang sedang dideritanya.

Proses terapi doa yang dilakukan rohaniawan dalam mengatasi kecemasan melalui beberapa metode, agar mempermudah proses terapi. Dalam kondisi cemas pasien mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga bisa mempersulit proses penyembuhan. Dengan demikian pasien membutuhkan pengobatan secara rohaniyah, yaitu dengan dzikir dan doa, agar pasien bisa merasakan ketenangan dan ketentraman jiwa. Adapun metode terapi doa yang dilakukan oleh rohaniawan di RSI Hidayatullah Yogyakarta adalah sebagai berikut :

- a. Tegur sapa terhadap pasien atau anggota keluarga
- b. Memberikan penjelasan tentang pengertian mesibah
- c. Menanamkan sikap tawakal

- d. Menanamkan sikap rela terhadap qodho` dan qodhar Allah
 - e. Menjelaskan tentang hikmah yang terkandung dari setiap musibah
 - f. Menganjurkan untuk memperbanyak dzikir dan doa
2. Metode terapi doa di RSI Hidayatullah ini bisa dikatakan berhasil karena telah terbukti dengan pengakuan para pasien. Diantara pernyataan yang dilontarkan oleh beberapa pasien antara lain, doa dapat memperkuat mental, menghilangkan kecemasan, mempunyai harapan untuk sembuh dan menanamkan sikap tawakal kepada Allah SWT. Dari ketiga pasien yang mengalami kecemasan, dua diantaranya mengalami perbaikan baik dari segi medis maupun non medis. Seperti yang diungkapkan Ny. M. dan Tn. X. bahwa dirinya merasa tenang dan terbebas dari tekanan-tekanan batin akibat permasalahannya yang dialami. Kedua pasien tersebut menyadari bahwa dengan do'a yang sungguh-sungguh mampu memberikan kekuatan jiwanya. Sedangkan pasien yang bernama Ny. K. sebelum meninggal dunia jiwanya selalu merasa tenang, terhindar dari perasaan cemas apabila sewaktu-waktu di panggil oleh Allah SWT. Dengan demikian bahwa terapi do' a yang diberikan rohaniawan di RSI Hidayatullah Yogyakarta mampu mengatasi problem-problem kejiwaan misalnya pasien yang selalu merasa cemas, sedih dan takut terhadap kondisi penyakitnya. Dari terapi do'a tersebut berdampak pada kesehatan mentalnya, yaitu pasien merasa tenang dan sembuh dari penyakitnya.

B. SARAN-SARAN

Berdasarkan dari kesimpulan dalam penulisan skripsi ini sebagaimana yang telah diuraikan di atas, maka dapat diambil pelajaran bahwa kecemasan dapat diatasi dengan terapi doa. Dalam hal ini penulis memberikan saran-saran kepada :

1. Pasien RSI Hidayatullah Yogyakarta

- Mengingat bahwa perasaan cemas dan gelisah dapat mempengaruhi daya tahan tubuh pasien yang berdampak pada proses penyembuhan maka pasien diharapkan mampu bertawakal kepada Allah SWT. Pasien diharapkan bisa menerima hikmah dari setiap cobaan yang menimpanya. Pasien juga harus mampu menyikapi permasalahan hidup ini dengan bijaksana sehingga perasaan takut dan cemas dapat dihindari.

2. Rohaniawan RSI Hidayatullah Yogyakarta

- Hendaknya terapi do'a yang ada di RSI Hidayatullah tidak hanya dilakukan oleh para rohaniawan tetapi melibatkan semua unsur yang berhubungan langsung dengan pasien seperti dokter dan perawat agar kegiatan ini saling mendukung satu sama lain dalam upaya menyembuhkan pasien, sehingga kemungkinan untuk berhasil sangat besar.
- Hendaknya rohaniawan lebih meningkatkan frekuensi pemberian bimbingan khususnya dalam memberikan bimbingan kepada pasien untuk

selalu berdoa kepada Allah SWT. Karena dengan doa jiwa pasien merasa tenang sehingga mempercepat proses penyembuhan

3. RSI Hidayatullah Yogyakarta

- Menerbitkan buku-buku tuntunan rohani yang berisi doa-doa, tata cara sholat, wudzu / tayamum dan lain-lain khususnya bagi orang sakit . Sehingga dengan adanya buku tuntunan tersebut mempermudah pasien dalam membaca do'a-do'a tersebut. Di samping itu setelah pasien keluar dari RSI Hidayatullah Yogyakarta buku tersebut bisa digunakan sebagai bahan untuk belajar atau menghafalkan doa-doa khususnya do'a-do'a sehari-hari dan doa-doa mohon kesembuhan.

4. Akademik atau Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam

- Bahwa bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan kepada klien untuk mengenal, memahami, dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya. Sehubungan dengan hal tersebut maka teori-teori kesehatan mental perlu di integrasikan dengan ayat-ayat Al-Qur'an maupun Hadist Nabi yang berhubungan dengan kejiwaan sehingga akan menghasilkan teori-teori psikologi Islam dan dengan mudah dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

C. PENUTUP

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga terselesaikannya skripsi ini. Untuk menyelesaikan penulisan skripsi penulis sudah berusaha semaksimal mungkin, akhirnya tiada gading yang tak retak. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu saran, tegur sapa serta kritik yang bersifat konstruktif selalu penulis harapkan agar karya tulis ini menjadi lebih baik dan sempurna.

Akhirnya penulis berharap semoga karya tulis ini dapat bermanfaat dan menambah khasanah ilmu pengetahuan bagi penulis khususnya dan kepada para pembaca yang budiman pada umumnya, dalam rangka menciptakan masyarakat yang aman, tentram, damai, dan sejahtera.

Sebagai penutup tidak lupa penulis ucapkan banyak terima kasih kepada Bapak Pembimbing yang dengan sabar dan tekun dalam membimbing dan mengarahkan serta pihak-pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini. Semoga amal kebaikan diterima disisi Allah SWT. sebagai amal sholeh.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzokie, Hamdan Bakeran, Drs., *Konseling dan Psikoterapi Islam: Penerapan Metode Sufistik*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002
- Ahyadi, Abdul Aziz, *Psikologi Agama: Kepribadian Muslim Pancasila*, Bandung: Sinar Baru, 1991
- Arifin. M., *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama: di Sekolah dan di luar Sekolah*, Jakarta: Bulan Bintang, 1985
- Ash Shiddieqy, Hasbi, *Pedoman Dzikir dan Do'a*, Bandung : Mizan, 1999
- Bastaman, Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi Dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995
- Daradjat, Zakiah, Dr., *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1979
- Daradjat, Zakiah, Dr., *Do'a Menunjang Semangat Hidup*, Jakarta: Ruhama, 1996
- Daradjat, Zakiah, Dr. *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1978
- Djam'an, K.H.S.S., *Islam & Psikosomatik: Penyakit Jiwa*, Jakarta: Bulan Bintang, 1975
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1993
- Drever, James, *Kamus Psikologi*, Jakarta: Bina Aksara, 1998
- Effendi, Tjiptodinata, *Meditasi: Jalan Meningkatkan Kehidupan Anda*, Jakarta: PT. Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia, 2003
- Gunarso, Singgih. D., Prof. Dr., *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Gunung Mulia, 1996
- Haddad, Habib Abdullah, *Nasehat Agama dan Wasiat Iman*, Bandung: Gema Risalah Press, 1993
- Hawari, Dadang, Prof. Dr. dr., *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: PT. Dana Bakti Primayasa, 1997
- Hawari, Dadang, Prof. DR. Dr., *Do'a dan Dzikir: Sebagai Pelengkap Medis*, Jakarta: PT. Dana Bhakti Primayasa, 1999

- Kartono, Kartini, *Hygiene Mental*, Bandung: Mandar Maju, 1997
- Koto, Sutadi Rusda, *Terapi Kognitif untuk Depresi dan Kecemasan*, Semarang: IKIP Semarang Press, 1994
- K. Yin, Robert, Prof. DR., *Studi Kasus: Desain dan Metode*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003
- Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, Yogyakarta: UUI Press, 1992
- Nashori, Fuad, *Psikologi Islam: Agenda Menuju Aksi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997
- Sa'id Bin Ali Bin wahf Al-Qahthaniy, *Do'a dan Penyembuhan Cara Nabi*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2002
- Salim, Peter & Salim, Yenny, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, Jakarta: Modern English Press, 1991
- Sani, Rahman, *Hikmah Dzikir dan Do'a: Tinjauan Ilmu Kedokteran*, Jakarta: Mawardi Prima, 2002
- Singarimbun, Masri. Sofyan Effendi (Ed), *Metode Penelitian Survei*, Jakarta, LP3ES, 1989
- Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*, Jakarta: Bina Aksara, 1995.
- Subandi, *Membangun Psikologi Berwawasan Islam dalam Psikologi Islam*, Surakarta: Muhammadiyah University Press, 1996
- Supratiknya, A. Dr., *Mengenal Perilaku Abnormal*, Yogyakarta: Kanisius, 1995.
- Sujudi, *Bimbingan Ruhani Bagi Pasien*, Jakarta: Al-Bayan, 1995.
- Suryabrata, Sumadi, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta: CV. Rajawali, 1983
- Taufiq, Nurjannah, Dra., *Pengantar Psikologi I*, Jakarta: Erlangga, 1996