

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam memahami judul di atas, maka perlu penulis jelaskan maksud beberapa istilah yang terdapat dalam judul tersebut. Penjelasan adalah sebagai berikut.

1. Terapi Iman

Terapi identik dengan perawatan atau penyembuhan penyakit. Kata terapi secara etimologi bersal deri bahasa Yunani “therapia” yang berarti perawatan¹⁾. Dalam Kamus Bahasa Indonesia Komtemporer, kata terapi ini diartikan sebagai perawatan atau penyembuhan penyakit. Dengan begitu, terapi secara etimologi berarti perawatan bersifat netral, artinya perawatan di sini tidak hanya dalam ilmu kedokteran saja yang mengobati secara fisik, tetapi juga perawatan secara psikis (kejiwaan), karena itu dalam psikologi dikenal istilah psikoterapi yang berarti penanganan penyakit dengan memakai metode-metode psikologis²⁾.

Definisi psikoterapi dikemukakan Zakiah Daradjat adalah perawatan jiwa³⁾.

Sedangkan iman berarti percaya/yakin kepada Allah⁴⁾. Iman itu baru dianggap benar atau sempurna jika benar-benar diyakini dalam hati,

¹⁾ *Ensiklopedia Indonesia*, Edisi Khusus, Jilid 6. (Jakarta, PT Ichtiarwq Baru Van Hoeve, tt), hlm 3508.

²⁾ James Drever, *Kamus Psikologi*. (Jakarta, Bina Aksara, 1998), hlm 383

³⁾ Zakiah Darojad, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta, Gunung Agung, 1993), hlm. 12

diikrarkan dengan lisan, dan dibuktikan dengan amal perbuatan dalam kehidupan sehari-hari, yang demikian ini yang dapat menjadi sumber kebahagiaan dunia akherat.

Jadi terapi iman penulis maksudkan di sini adalah proses tindakan pengobatan penyakit kejiwaan pada seseorang dengan metode pendekatan iman (kepercayaan).

2. Gangguan Kejiwaan

Gangguan adalah sesuatu yang menyusahkan⁵⁾. Gangguan yang dimaksudkan di sini adalah sesuatu yang menyusahkan yang berkaitan dengan kesehatan mental/jiwa. Adapun kejiwaan adalah keadaan jiwa seseorang terhindar dari gejala-gejala gangguan jiwa (neurose) dan gejala-gejala penyakit jiwa (psikose).⁶⁾

Jadi yang penulis maksudkan dengan gangguan kejiwaan dalam judul di atas adalah suatu yang menyusahkan jiwa manusia yang berakibat tidak berfungsinya fungsi-fungsi jiwa, sehingga dalam jiwanya timbul perasaan yang tidak menyenangkan.

Dari uraian penjelasan judul di atas, maka yang dimaksudkan dengan terapi iman untuk mengatasi gangguan kejiwaan menurut penulis adalah suatu penelitian yang menjelaskan tentang proses tindakan Zakiah Daradjat dalam upaya membantu pengobatan penyakit-penyakit gangguan kejiwaan dengan

⁴⁾ H.A. Mudzkir dkk, *Pendidikan Agama Islam untuk SLTP*, (Yogyakarta, Kota Kembang, 1987), hal 11

⁵⁾ WJS Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta, Balai Pustaka, 1976), 295

⁶⁾ Zakiah Darojad, *Kesehatan Mental*, (Jakarta, Gunung Agung, 1978) hlm. 11.

berdasarkan pendekatan iman yaitu berdasarkan pada ajaran-ajaran agama Islam.

B. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan sehari-hari, kita mendengar komentar orang-orang terhadap orang yang gelisah, goncang, emosi, dan tidak stabil dalam hidupnya dengan ungkapan “tidak beriman”. Ungkapan seperti itu sering terdengar terutama di kalangan orang awam. Sedang di kalangan orang-orang terpelajar yang tidak mengindahkan agama atau orang-orang sekuler, masalah iman tidak menjadi perhatian mereka, karena lebih mempercayai ilmu pengetahuan dan hasil pemikiran manusia yang dengan bangga hati mereka menamakan diri sebagai orang-orang yang rasional. Akan tetapi keadaan orang-orang yang mendasarkan hidup kepada hasil pemikiran (ilmu pengetahuan) saja, dan menyangka bahwa segala sesuatu dapat diselesaikan dengan akal pikiran tanpa memerlukan kekuatan lain di luar itu, tidak jarang mengalami kesulitan, terutama kesulitan kejiwaan. Mereka tidak mampu memahami berbagai kontradiksi yang terdapat dalam masyarakat, misal orang-orang miskin, kekurangan, kebodohan dan menderita dari segi lahiriah, akan tetapi hidup mereka tenang, gembira dan bahagia. Sebaliknya ada orang kaya yang berkecukupan, pintar dan senang dari segi lahiriah, namun hidupnya resah, tidak bahagia dan tidak puas, kadang-kadang dihinggapi oleh kecemasan dan ketakutan yang tidak jelas.

Disamping itu banyak pula peristiwa atau keadaan yang terjadi di luar perhitungan ilmiah. Maka kaum ilmuwan mencari, mengkaji, dan melakukan uji coba tidak henti-hentinya. Karena apa yang ditemukan oleh seorang ilmuwan dan dianggap sebagai kebenaran, kemudian dibatalkan atau dibuktikan tidak benar oleh ilmuwan lain dengan pengkajian dan uji coba pula. Maka ilmuwan yang beriman tidak akan tenang jiwanya sebab ia terus mencari, mengolah, melakukan uji coba terus menerus, terutama apabila terbentur kepada kegagalan-kegagalan dalam usahanya.

Jika kita melihat pula pada orang-orang dari kelompok lain, misalnya orang kaya atau berpangkat, tidak selamanya merasa bahagia. Tidak jarang orang kaya hidup resah dan mengganggu ketenangan orang lain, karena mereka ingin menjadi lebih kaya lagi. Begitu pula pangkat dan kedudukan, belum tentu membawa kepada kebahagiaan jika mereka tidak beriman. Hal ini banyak terbukti dari orang-orang yang digeser jabatannya atau menghadapi masa pensiun.

Dengan ringkas dapat kita katakan bahwa iman itu sangat diperlukan dalam hidup manusia jika ia ingin hidup tenang dan bahagia. Tidak selamanya orang mampu menghadapi kesukaran dalam hidupnya, dan tidak pula selamanya orang berhasil mencapai tujuannya dengan usaha yang terencana, teratur, dan telah diperhitungkan sebelumnya. Bagaimana cara menghadapi kegagalan-kegagalan itu? Apakah ia akan menghadapi dengan tenang, marah, sedih, atau gelisah dan menyalahkan orang lain atau keadaan dan sebagainya.

Disini kepribadian sangat menentukan. Jika kepribadian utuh dan jiwanya sehat, maka ia akan menghadapi semua dengan tenang. Kepribadian yang didalamnya terkandung unsur-unsur agama dan keimanan yang cukup teguh, maka masalah tersebut akan dihadapinya dengan tenang. Tetapi orang yang jiwanya goncang dan jauh dari agama, boleh jadi ia akan mencari pelampiasan kemarahan dan kekecawannya tanpa memandang apa dan siapa sasarannya.

Unsur penting yang membantu pertumbuhan dan perkembangan kejiwaan manusia adalah iman yang direalisasikan dalam bentuk ajaran agama. Maka didalam ajaran agama Islam, prinsip pokok yang menjadi sumbu kehidupan manusia adalah iman, karena iman yang menjadi kendali sikap, ucapan, tindakan, dan perilaku.⁷⁾

Maka hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan antara agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan yang maha tinggi. Sikap pasrah yang serupa itu diduga dapat memberikan sikap optimisme pada diri seseorang sehingga muncul perasaan positif dan perasaan bahagia, senang, puas, sukses, merasa dicintai, dan merasa aman. Keyakinan agama semacam inilah yang menarik untuk diteliti pengaruhnya terhadap mental manusia dan keyakinan agama tersebut dapat dijadikan sebagai terapi dalam mengobati gangguan kesehatan mental manusia.

⁷⁾ Zakiah Daradjat, *Islam dan kesehatan Mental*, (Jakarta, Gunung Agung, 1993), hlm.10-11.

C. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : Bagaimana peranan iman di dalam membantu mengatasi gangguan kejiwaan pada manusia menurut Prof. Dr. Zakiah Daradjat.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui pemikiran Zakiah Daradjat tentang gangguan kejiwaan/neurosa.
2. Untuk mengetahui pemikiran Zakiah Daradjat tentang peran agama/iman dalam proses pembinaan/penyembuhan gangguan terhadap kejiwaan/neurosa.

E. Kegunaan Penelitian

Kegunaan Penelitian adalah sebagai berikut.

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas cakrawala berpikir penulis khususnya dan para pembaca umumnya, terutama yang menyangkut masalah-masalah kesehatan mental yang semakin meningkat pada masa sekarang ini dan demi mencapai mental yang sehat dan bebas dari segala bentuk gangguan kejiwaan.
2. Dengan membaca hasil penelitian ini pembaca tidak hanya terfokus pada studi kasus, tetapi juga memikirkan tokoh dalam proses interaksi sosial di

masyarakat, memberikan sumbangan pikiran bagi semua pihak yang berkepentingan (bimbingan dan konseling Islam), bahwa semakin dituntut tanggung jawabnya dan bahkan dapat juga dijadikan sebagai bahan pemikiran bagi konsultan, konselor Islam, Sarjana Psikologi Islam yang mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai masalah ini.

F. Kerangka Teoretik

1. Tinjauan tentang Manusia dalam Psikologi Islam

Konsep manusia yang dibangun oleh psikologi islami bukan semata-mata merupakan konsep yang spekulatif, tetapi melihat konsep manusia dari Dzat yang mencipta dan mengerti manusia, yaitu Allah SWT. Melalui Al Qur'an Allah SWT memberitakan rahasia-rahasia tentang manusia. Kajian tentang manusia bukanlah kajian yang berdiri sendiri, tetapi digunakan untuk menuju Allah.

Salah satu konsep psikologi Islami tentang manusia adalah mengenai fitrah manusia. Menurut konsep psikologi islami, manusia lahir ke dunia lain adalah suci, tidak mewarisi dosa-dosa orang sebelumnya.⁸⁾ Fitrah manusia adalah mempercayai dan mengakui Allah SWT sebagai Tuhannya. Dorongan ini alami sifatnya, ia ada sebelum manusia diturunkan ke bumi, dengan kata lain, manusia itu dari asal mempunyai kecenderungan beragama, sebab agama itu sebagian dari fitrahnya untuk mengenal Tuhan.

⁸⁾ Djamiludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islami : Solusi atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 1995), hlm.155.

Konsep fitrah dalam Al Qur'an juga bertentangan dengan teori lain yang menganggap bahwa dilahirkan manusia dalam keadaan netral suci tidak mewarisi dosa-dosa dari orang-orang pendahulunya. Mazhab Behaviorisme dalam psikologi beranggapan bahwa manusia bukan baik dan ataupun jahat, tetapi ia adalah seperti kertas. Lingkunganlah yang memegang peranan penting membentuk pribadinya.⁹⁾ Anggapan seperti ini akhirnya berakibat munculnya pandangan bahwa kebaikan atau keburukan seseorang semata-mata di tentukan dan dikendalikan oleh lingkungannya, tak ada kuasa bagi manusia untuk sesuatu yang tidak dikehendaknya, walaupun Islam mengalami pengaruh lingkungan atas perkembangan fitrah seperti disebutkan di dalam hadits :

كُلِّ اِنْسَانٍ تَلَدُهُ اُمُّهُ عَلٰى الْفِطْرَةِ فَاَبَوَاهُ يَهُودِيَّةٌ اَوْ يَنْصَرَانِيَّةٌ اَوْ
يُمَجْسَانِيَّةٌ اِنْ كَانَ مُسْلِمًا فَسَلِمًا (رواه مسلم)

“Setiap manusia dilahirkan ibunya dalam keadaan fitrah, maka kemudian ayah ibunya yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi. Dan jika ayah ibunya muslim, maka muslimlah ia” (H.R. Muslim).¹⁰⁾

⁹⁾ Langgulung Hasan, *Teori-teori Kesehatan Mental* (Jakarta, Pustaka Antara Lain Husna, 1986), hlm.423

Lingkungan memang memegang peranan penting dalam pembentukan tingkah laku seseorang, tetapi Al Qur'an tidak menanggapinya sebagai satu-satunya faktor.

Disamping itu, agar fitrah manusia teruji, maka dalam diri manusia juga dilengkapi dengan kesalahan-kesalahan dan godaan-godaan yang berlawanan arus dengan fitrah manusia. Manusia juga dilengkapi dengan potensi untuk memperoleh kesenangan, kekuasaan, kemenangan dan sebagainya, yang semua itu dapat membuat fitrah manusia dalam kegelapan berupa pertarungan dengan sesama manusia.

Diantara berbagai faktor yang membantu membangkitkan dorongan beragama dalam diri manusia adalah berbagai bahaya yang dalam sebagian keadaan mengancam kehidupannya, menutup semua pintu keselamatannya dan tiada tempat berlindung kecuali kepada Allah SWT. Sesuatu pandangan yang meyakini adanya fitrah manusia untuk selalu kembali kepada kebaikan dan kebenaran sejati (Allah) adalah pandangan yang optimis bahwa manusia selalu dapat dientaskan dari kesesatan menuju kebaikan.¹¹⁾

2. Tinjauan tentang Gangguan Mental

a. Pengertian penyakit mental/gangguan kejiwaan/jiwa

Banyak pengertian dan definisi yang diberikan oleh para ahli mengenai penyakit mental/gangguan kejiwaan/jiwa, antara lain :

¹¹⁾ Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islami : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 1995), hlm. 161.

Menurut Prof. Dr. Mustafa Fahmi, pengertian umum tentang gangguan kejiwaan seperti terdapat dalam laporan tahunan organisasi psikiatri yang terbit pada tahun 1952 dinyatakan bahwa gangguan kejiwaan merupakan sejumlah kelainan yang terjadi bukan karena kelainan jasmani anggota tubuh atau kerusakan pada sistem otak (walaupun tanda-tandanya bersifat jasmani). Kelainan-kelainan tersebut dapat berbagai macam bentuk yang diantaranya adalah : ketegangan jiwa, depresi, was-was, cemas, kompulsi yang tidak sengaja *conversion histeria*, merasa tidak bersemangat dan tidak mampu mencapai tujuan, takut-takut, pikiran gelap meliputi individu dalam kesadarannya, sehingga pikirannya bercabang-cabang dan dalam tidur ia tidak lelap dan sulit tidur.¹²⁾

Menurut Prof. Dr. Zakiah Daradjat, gangguan jiwa adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik maupun dengan mental. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik. Keabnormalan itu dapat dibagi atas dua golongan, yaitu : gangguan jiwa (*neurose*) dan sakit jiwa (*psikose*).¹³⁾

Definisi lain dikemukakan oleh Frederick H. Kanfer dan Arnold P. Goldslein. Menurut kedua ahli tersebut, gangguan jiwa adalah kesulitan yang dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan

¹²⁾ Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan masyarakat*, Jilid II, Zakiah Darojad, Alih Bahasa (Jakarta, Bulan Bintang, 1977), hlm. 58

orang lain, kesulitan karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya sendiri. ¹⁴⁾

Sedangkan menurut Kartini Kartono dan Jenny Andari, penyakit mental atau disorder mental adalah bentuk penyakit gangguan dan kekacauan fungsi mental atau kesehatan mental disebabkan oleh kegagalan mereaksinya mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan atau mental terhadap stimuli ekstern dan ketegangan-ketegangan sehingga muncul gangguan fungsional atau gangguan struktural dari suatu bagian, satu orang atau sistem kejiwaan/mental. ¹⁵⁾

b. Macam-macam gangguan kejiwaan/penyakit mental.

Terdapat bermacam-macam bentuk gangguan kejiwaan atau penyakit mental, dan yang dapat dikemukakan disini antara lain :

1.) Neurostenia (penyakit syaraf)

Penyebab penyakit ini ialah karena terlalu lama menekan perasaan, pertentangan batin, kecemasan, terhalangnya keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan.

2.) Hysteria

Hysteria disebabkan oleh ketidakmampuan seseorang menghadapi kesukaran-kesukaran, tekanan, perasaan, kegelisahan, kecemasan dan pertentangan batin.

¹³⁾ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta, CV Haji Masagung, 1968), hlm. 33.

¹⁴⁾ Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori, *Psikologi Islam : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 1995), hlm. 91.

¹⁵⁾ Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hyieni Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* (bandung, Mandar Maju, 1989), hlm. 80 – 81.

Macam-macam histeria antara lain :

- a.) Lumpuh histeria
 - b.) Cramp histeria
 - c.) Kejang histeria
 - d.) Mutism/hilang kesanggupan bicara
 - e.) Hilang ingatan (amnesia)
 - f.) Kepribadian kembar
 - g.) Fugue (mengelana secara tidak sadar)
- 3.) Psychastenia

Adalah semacam gangguan jiwa yang bersifat paksaan yang berarti kurangnya kemampuan jiwa tetap dalam keadaan integrasi yang normal. Gejala-gejalanya antara lain : phobia, obsesi, dan kompulsi.¹⁶⁾

c. Pengaruh gangguan kesehatan mental terhadap jiwa

Gangguan kesehatan mental dapat mempengaruhi :

- 1.) Perasaan; misalnya cemas, takut, iri, dengki, sedih, bimbang, merasa rendah diri, frustrasi, pesimis, putus asa dsb.
- 2.) Pikiran; kemampuan berfikir kurang, sukar memusatkan perhatian, mudah lupa, tidak dapat melanjutkan rencana yang telah dibuat.
- 3.) Kelakuan; nakal, pendusta, menganiaya diri sendiri dan orang lain, menyakiti badan atau hatinya dan berbagai kelakuan menyimpang lainnya.

¹⁶⁾ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta, CV Haji Masagung, 1968), hlm. 33 – 45.

4.) Kesehatan tubuh; penyakit jasmani yang tidak disebabkan oleh gangguan jasmani atau anggota tubuh.¹⁷⁾

5.) Tinjauan tentang Iman dalam Hubungannya dengan Kesehatan Mental

Dalam psikoterapi (perawatan jiwa) ternyata yang menjadi pengendali utama dalam sikap, tindakan, dan perbuatan seseorang bukanlah akal (pikiran) semata, akan tetapi yang lebih penting dan kadang-kadang sangat menentukan adalah perasaan. Akan tetapi keharmonisan antara pikiran, perasaan, dan perbuatanlah yang membuat tindakan seseorang tampak matang dan wajar serta dapat membawa kepada kebahagiaan.

Ilmu pengetahuan hanya dapat mengisi dan mengembangkan pikiran. Untuk mengisi perasaan diperlukan pengalaman dan pendidikan yang diterimanya sejak kecil, yang dapat menjadikan perasaan sejalan dengan pikiran. Apabila pengalaman dan pendidikan yang dilalui di masa kecil kurang membawa ketenteraman, maka perasaan orang itu akan goncang dan kemampuan berfikir pun akan terganggu, sehingga tindakannya dengan sendirinya akan menjadi goncang dan labil, sehingga jiwanya pun akan terganggu.

Fungsi iman yang terpenting adalah bisa menciptakan rasa aman dan tenang yang itu ditanamkan sejak kecil. Jika keimanan telah dikuasainya, maka seseorang tidak akan mudah terganggu dan terpengaruh

¹⁷⁾ Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta, Gunung Agung, 1983), hlm. 9.

kepada gejala-gejala yang dapat mengganggu jiwanya. Jika keimanan sudah mengakar dalam jiwanya, orang akan yakin bahwa iman akan membawanya kepada ketentraman dan kelegaan batin. Maka sesuatu yang diimaninya itu hendaknya selalu dalam jiwanya dan selalu dipelihara dengan baik.¹⁸⁾ Memang agama sering sekali dapat menenteramkan jiwa dan menghilangkan tekanan mental serta berguna dalam usaha menyembuhkan penyakit/gangguan kejiwaan atau mental.

Tetapi keagamaan diharapkan akan dapat membantu menerangkan jiwa-jiwa penderita penyakit mental, karena dalam agama Islam terdapat ajaran bahwa yang memberikan bantuan kejiwaan kepada manusia dalam menghadapi suatu cobaan dan kesulitan seperti cara sadar, do'a, dzikir, shalat, dan lain-lain. Dengan bantuan ini niscaya seseorang dapat menghadapi kesulitan.¹⁹⁾

Di sinilah pentingnya keimanan yang merupakan unsur pokok dalam agama, karena itu salah satu rangkaian iman dan tawakal dan mempercayakan dari kepada Allah SWT. Dengan demikian bagi seseorang yang beriman akan menerima segala kekurangan atau kekecewaan dan menghadapi dengan tenang serta pasrah kepada Allah SWT. Dan sudah barang tentu orang yang beriman adalah orang yang kuat lahir dan batin/jiwanya sehingga tidak akan takut menghadapi cobaan-cobaan hidup di masa mendatang.²⁰⁾

¹⁸⁾ Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental* (Jakarta, Gunung Agung, 1983), hlm.

¹⁹⁾ Yahya Jaya, *Spiritual Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental* (Jakarta, Ruhama, 1994), hlm. 86

²⁰⁾ Curcholis Majid, *Pintu-pintu Menuju Tuhan*, (Jakarta, Paramidana, 1995), hlm. 13 – 14.

Keyakinan/keimanan terhadap agama ini tidak hanya berfungsi sebagai pencegahan gangguan kejiwaan (preventif), akan tetapi juga sebagai obat (kuratif).

Aspek lain yang sangat penting adalah dengan jalan ibadah. Metode dan mendekati Tuhan seperti sholat, dzikir dan do'a merupakan ibadah yang penting dalam penanggulangan dan penyembuhan problem gangguan kejiwaan. Do'a amat penting bagi manusia guna memperkuat kesehatan mental, baik sebagai penyembuhan, pencegahan maupun untuk pembinaan (preventif, kuratif, konstruktif/pembinaan).²¹⁾

Menurut Zakiah Daradjat, dalam Al Qur'an telah terdapat pandangan-pandangan yang meliputi tiga tahap penting dalam psikoterapi, yaitu : pencegahan, pengobatan dan pengembangan kepribadian.

Semakin dekat seseorang dengan Tuhan maka akan semakin banyak ibadahnya dan akan semakin tenteram pula jiwanya serta semakin mampu ia menghadapi cobaan-cobaan hidup. Sebaliknya, semakin jauh seseorang dari Tuhan, maka semakin susah baginya untuk mendapatkan ketenteraman batin/jiwa.

3. Tinjauan Psikologis Terhadap Rukun Iman Hubungannya dengan Terapi Iman

a. Iman Kepada Allah SWT

Sendi utama dalam agama Islam adalah iman kepada Allah SWT. Sejumlah ayat dalam Al Qur'an yang berbicara/memuat tentang

²¹⁾ Zakiah Daradjat, *Doa Penunjang Semangat Hidup*, (Jakarta, Ruhmana, 1995), hlm. 19

iman. Dan dari jumlah yang banyak itu, dapat kita katakan bahwa orang-orang yang beriman akan merasa bahagia dunia dan di akherat. Orang mu'min pada dasarnya memiliki hati yang bersih dan mulia, serta tingkah laku yang selalu akan mencari ridho dari Allah SWT yang dipercayainya.

Keimanan adalah suatu proses kejiwaan yang tercakup di dalamnya semua fungsi jiwa, perasaan, pikiran, sama-sama meyakinkannya.²²⁾

Untuk dapat mencari keimanan yang sungguh dan menjamin kebahagiaan hidup, maka bagi seorang muslim, percaya kepada Allah SWT itu harus mencakup pula kepercayaan akan segala sifat-sifat-Nya dan kepercayaan itu harus diwujudkan/direalisasikannya dalam segala sikap dan tindakannya dan sifat-sifat itu antara lain adalah :

1) Wujud

Tuhan itu betul-betul ada walaupun pembuktian tentang ada-Nya itu tidak mungkin. Zat Yang Maha Esa, tidak dapat dilihat dengan akal/mata manusia tidak bisa dirasakan dengan lidah dan tak dapat dicium dengan hidung dan tak bisa didengar dengan telinga. Semua indera manusia tidak dapat/tidak mampu untuk membuktikannya.

Orang yang beriman tidak akan merasa kesepian, karena ia merasa bahwa Allah SWT selalu ada, terjaga dan mengetahui apa

²²⁾ Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta, Gunung Agung, 1983), hlm. 16.

saja. Oleh karena ia akan terhindar dari salah satu penyebab keresahan dan kecemasan yaitu merasa kesepian dan tiada tempat untuk mengungkapkan perasaan. Tidak jarang orang terganggu jiwanya karena ditinggalkan orang yang dikasihinya dan karena tidak mendapatkan orang tempat mengeluh yang mau memahami dan mau mendengarkannya.

Jadi dapat kita simpulkan bahwa percaya kepada Allah itu dapat menenteramkan batin karena ada tempat untuk mengeluh dan mengungkapkan isi hati.

2) Maha Pengasih dan Penyayang

Salah satu keperluan kejiwaan yang terpokok dalam hidup manusia adalah “kasih sayang”. Kehilangan kasih sayang akan menyebabkan kesengsaraan. Banyak anak-anak remaja yang menjadi nakal karena kehilangan kasih sayang dari orang-tua, teman dan lingkungannya.

Iman akan kasih sayang Allah, akan membantu dan mengisi jiwa orang yang kehilangan kasih sayang, dan memperkuat jiwa orang yang mendapat kasih sayang. Karena itu, maka orang-orang beriman tidak akan mengalami kegersangan jiwa dari kasih sayang, selanjutnya ia akan mempertahankan kesehatan jiwanya karena ia tahu bahwa Allah SWT Maha Pengasih dan Maha Penyayang dan ia termasuk seorang yang disayangi oleh Allah SWT.²³⁾

²³⁾ Ibid, hlm. 29.

Dan dengan ringkas dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan akan sifat Pengasih dan Penyayang Allah saat itu, akan membawa ketenteraman batin dan selanjutnya ikut menjamin kesehatan mental orang yang beriman itu.

b. Iman Kepada Malaikat Allah

Dalam ajaran Islam, kita disuruh mempercayai adanya malaikat, bahkan termasuk dalam salah satu pokok. (Rukun) iman. Bagi seorang yang kurang mendapat pengetahuan agama, kurang bisa menerima hal-hal yang gaib. Walaupun pembuktian tidak bisa dilaksanakan secara ilmiah, namun hikmah dan manfaat iman kepada adanya malaikat itu, membawa pengaruh terhadap kesehatan mental dan ketenteraman batin.²⁴⁾

Untuk meninjau manfaat apa yang bisa diambil dari percaya kepada adanya Malaikat bagi kesehatan mental dan ketenteraman batin. Maka perlu dipahami siapa malaikat apa pekerjaan dan tugas malaikat.

c. Iman Kepada Rasul-rasul Allah

Untuk menyampaikan kalam-kalam Allah yang selanjutnya menjadi kitab-kitab suci Allah yang sudah dijamin kebenarannya Allah SWT mengutus/mengangkat Rasul/Nabi yang bertugas menyampaikan dan mengajarkannya kepada umatnya. Sedangkan jumlahnya utusan Allah itu banyak sekali tetapi yang dikenal ada 25 orang rasul saja.

²⁴⁾ Ibid, hlm. 47.

Dan dari semua nabi itu semua mempunyai keistimewaan dan akan ditemukan bahwa ajaran-ajaran yang dibawanya yang terpenting dan menonjol, juga terdapat di dalam ajaran Islam.

Dari segi kesehatan mental dapat dengan tegas kita katakan bahwa kepercayaan terhadap Rasul Allah itu akan menenteramkan batin dan memungkinkan persatuan dengan semua penganut agama yang mereka bawa.

d. Iman Kepada Kitab

Setiap agama mempunyai kitab suci, yang merupakan pedoman/petunjuk pokok untuk menjalani ajaran-ajaran agamanya. Islam mempunyai kitab suci Al Qur'an. Al Qur'an merupakan kalamullah yang datang dari Allah SWT dan kita sebagai orang Islam wajib untuk mempercayainya.

Kepercayaan, bahwa Al Qur'an adalah wahyu Allah SWT bukan hasil karya manusia. Karena dengan kepercayaan itu akan terhindar dari prasangka-prasangka dan keragu-raguan yang mungkin menggelisahkan dan selanjutnya mungkin akan membawa kepada kegoncangan jiwa.

Selain kita percaya kepada kitabullah kita juga percaya bahwa semua isinya. (Al Qur'an) itu adalah benar. Apabila seorang muslim tidak percaya dan ragu-ragu dengan isi Al Qur'an ia akan mengalami kegelisahan satu hal yang pasti adalah bahwa semua ayat itu ada hikmahnya. Dimana isi Al Qur'an antara lain yang terpenting adalah :

- Masalah kepercayaan (keimanan).

- Masalah ibadah (hubungan manusia dengan Tuhan).
- Masalah sosial (hubungan manusia dengan manusia).
- Masalah ilmu pengetahuan.
- Sejarah/kisah-kisah umat terdahulu.
- Janji dan ancaman dan lain-lain.

Kitab Al Qur'an diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW yang waktu Nabi belum bisa membaca dan menulis seperti pada umumnya masyarakat Mekah waktu itu. Dan melalui berbagai macam cara Malaikat Jibril mewahyukannya kepada Nabi Muhammad SAW. Cara inilah yang dirasa sangat berat bagi Rasulullah dimana kadang-kadang sampai berkeringat sangat deras, kadang panas demam dan kadang Malaikat Jibril itu menampakkan diri seperti manusia dengan mengajarkannya kepada Rasulullah sampai hafal dan faham dan kadang wahyu itu langsung dimasukkan ke hati beliau, sehingga beliau merasa telah tahu dan menghafal wahyu-wahyu Allah tersebut.

Menurut catatan sejarah Islam Al Qur'an itu diturunkan berangsur-angsur dalam masa 22 tahun, 2 bulan dan 22 hari.²⁵⁾

Selain itu perintah untuk percaya kepada Al Qur'an di dalam Islam seorang muslim juga harus percaya kepada kitab-kitab sebelumnya yang diturunkan kepada rasul-rasul sebelum Nabi Muhammad SAW diantaranya disebutkan dalamnya adalah Zabur kepada Nabi Daud AS, Taurat kepada Nabi Musa AS. Injil kepada Nabi Isa AS dan kitab ini intinya adalah

²⁵⁾ Ibid, hlm. 68.

diseluruh mengesakan Allah dan dijadikan petunjuk bagi umat di zamannya dan Al Qur'an di sini adalah merupakan kitab penyempurnaan dari kitab-kitab sebelumnya.

Dan dari sini dapat kita simpulkan bahwa kepercayaan akan kitab suci yang diturunkan Allah kepada rasulnya mengandung pedoman dan tuntunan bagi manusia yang datang dari Allah dan isinya benar dan kepercayaan ini akan menimbulkan ketenteraman batin dan menghindarkan diri dari kecemasan dan kegalauan jiwa manusia dan akan menambah kesehatan mental.

e. Iman Kepada Hari Akhir

Di dalam agama samawi dikenal adanya kehidupan sesudah mati dan mereka yakin bahwa yang hidup sampai akhirnya akan mati semua, dan nantinya akan diperhitungkan semua perbuatan atau amalan mereka di dunia baik itu amalan baik maupun amalan buruk yang dilakukannya selama di dunia.

Bagi orang yang beriman, ia menyakini bahwa akan adanya kehidupan sesudah mati dan hari pembalasan, dan bagi orang yang tidak beriman akan timbul pertanyaan-pertanyaan yang mengganggu ketenteraman hatinya. Apabila ada orang yang mati nantinya akan bertanya sudah selesaikah cerita sampai di sini. Kita melihat orang yang hidup berkasih-kasih kemudian yang dikasihinya mati. Banyak yang tidak percaya akan adanya hidup di alam akherat, ia merasa sangat menyesal atas orang yang dicintainya dan ini akan menyebabkan bermacam-macam

gangguan kejiwaan, ada yang menjadi sakit, penakut, kehilangan kebahagiaan dan lain-lain. Tapi bagi orang yang beriman kepada hari akhir, yang dapat mempertemukannya kembali dengan yang dicintainya itu, ia akan berusaha mencari jalan hidup baik dan diridhai Allah SWT, supaya dapat karunia-Nya di alam akherat dan dipertemukannya dengan yang mendahuluinya itu.²⁶⁾

Dan yang harus dipercayai di dalam iman kepada hari akherat bahwa semua orang yang hidup di dunia dan akhirnya mati akan dihidupkan kembali pada hari pembalasan dan mereka akan melihat segala perbuatan yang mereka lakukan selama mereka masih hidup. Dan apabila amal perbuatan baiknya lebih banyak maka ia akan dimasukkan ke dalam surga dan sebaliknya ia akan dimasukkan ke dalam neraka dan mereka meyakini akan adanya surga neraka.

Jadi kepercayaan akan adanya hari kiamat mencakup segala sesuatu yang berhubungan dengan akherat itu, mulai hari kiamat, hari kebangkitan, perhitungan dan pembalasan (surga dan neraka) dan akan menenteramkan batin, selanjutnya menjamin kesehatan mental yang dibutuhkan oleh setiap jiwa.

f. Iman Kepada Qodha' dan Qodar Allah

Diantara pokok ajaran Islam adalah percaya kepada Qodho dan Qodar Allah SWT atau ketentuan Allah. Iman atau percaya kepada takdir itu penting artinya bagi kesehatan jiwa. Dengan iman pada takdir ini orang

²⁶⁾ Ibid, hlm. 33.

tidak akan mengalami frustrasi dan stress, manusia boleh berusaha, tetapi Allah SWT yang menentukan. ada yang mempunyai syarat misalnya hasil usaha manusia itu sendiri.

Kepercayaan kepada takdir Allah tidak menghalangi kita untuk berusaha karena ketentuan Allah ada yang mempunyai syarat dan ada pula yang mutlak. Di antara yang mempunyai syarat misalnya hasil usaha manusia itu sendiri, kalau ia berbuat baik, ia akan diberi hasil yang baik, jika ia berbuat aniaya, dusta maka Allah tidak akan menyelamatkannya. Apabila kita ingin mendapatkan kebaikan maka berusahalah berbuat baik dan mematuhi perintah Allah. Ketentuan Allah dalam hal ini sesuai dengan keinginan dan kehendak hati nurani setiap orang.

Disamping hal-hal di atas ada pula ketentuan Allah yang tidak ada kaitannya dengan usaha manusia misal mengenai umur atau tempat mati seseorang, orang tidak tahu seberapa umur kita kan hidup di dunia dan dimana tempat kita nanti akan meninggal, kapan kita akan meninggal. Dan apabila orang tidak percaya kepada ketentuan Allah maka ia akan mengalami kegelisahan hati dan jiwanya tidak akan tenang.

Kepercayaan kepada takdir Allah dapat mengurangi rasa tertekan jiwa karena kegagalan, dalam usaha atau dalam hidup pada umumnya. Dengan kepercayaan kepada Qodar Allah ini dapat dihindari rasa kecewa dan frustrasi yang mendalam. Hal ini akan menolong dalam menjamin kesehatan mental orang yang beriman.

G. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut.

1. Subjek Penelitian dan Obyek Penelitian

Yang dimaksud subjek penelitian ini adalah Zakiah Daradjat, seorang psikolog dan tokoh yang sudah lama berkecimpung dalam psikologi. Adapun yang menjadi objek penelitian adalah pemikiran beliau tentang gangguan kejiwaan dan pemikirannya tentang peranan agama atau iman dalam proses penyembuhan/pembinaan bagi penderita gangguan kejiwaan.

2. Sumber Data

Sesuai dengan persoalan yang penulis bahas, maka penelitian ini bersifat studi kepustakaan (*library research*). Menurut sumbernya data, penelitian ini diambil dari data primer, yaitu data yang diperoleh lewat penelitian dari subjek penelitian. Data sekunder biasanya berwujud data dokumen atau data laporan yang tersedia.²⁷⁾

Sumber data primer merupakan buku-buku atau tulisannya berupa buku, artikel/jurnal atau lainnya yang sesuai dan relevan dengan permasalahan di atas, diantaranya :

- a. Kesehatan Mental.
- b. Peranan Agama dalam Kesehatan Mental.
- c. Islam dan Kesehatan Mental.

3. Metode Pengumpulan Data

²⁷⁾ Saifuddin Aswar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 1998), hlm. 91.

Dalam penelitaian ini, metode yang dipakai dalam mengumpulkan data adalah metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan/tulisan buku, surat kabar, majalah, artikel atau jurnal dan sebagainya.²⁸⁾

Penelitian ini juga merupakan jenis penelitian kualitatif dengan kajian kepustakaan. Dengan demikian digunakan cara yakni : menuliskan, mengedit, mengklasifikasi, mereduksi serta menyajikan data yang diperoleh dari sumber yang tertulis.²⁹⁾

4. Metode Analisis Data

Setelah data terhimpun, kemudian dianalisis dengan menggunakan metode deskriptif analitis yaitu penyelidikan terhadap status kelas peristiwa untuk membuat paparan, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual, akurat tentang fakta, sifat serta hubungan antara fenomena yang diselidiki.³⁰⁾

Sedangkan analisis yang dimaksudkan untuk menguji hipotesis dan mengadakan interpretasi yang lebih tentang hubungan-hubungan, yaitu dengan menentukan, menafsirkan, membuat tafsiran-tafsiran yang tidak bersifat subjektif tetapi bertumpu pada evidensi objek untuk mencapai kebenaran yang autentik.³¹⁾

²⁸⁾ Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian, suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta, Rineka Cipta, 1996), hlm. 234.

²⁹⁾ Noeng Muhadjar, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta, Rake Sati, 1989), hlm. 43.

³⁰⁾ Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Jakarta, Ghalia Indonesia Indonesia, 1985), hlm. 55.

³¹⁾ Anton Baker dan Ahmad Kharis Zubair, *Metode Peneitian Filsafat*, (Yogyakarta, Kanisius, 1990), hlm. 40 – 41.

Dalam pembahasan ini fenomena yang dianalisis bersumber dari pemikiran Zakiah Daradjat tentang terapi iman dalam membantu penyembuhan terhadap gangguan kesehatan mental pada manusia menggunakan metode berfikir induksi dan deduksi.

Dengan adanya pendekatan ini diharapkan dapat diketahui konsep pemikiran Zakiah Daradjat tentang terapi iman atau peranan agama dalam membantu mengobati gangguan kejiwaan pada manusia.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan pembahasan dalam skripsi ini, maka perlu disusun sistematika sebagai berikut.

Bab Pertama, berisi pendahuluan, yaitu mendeskripsikan pokok-pokok persoalan yang dituangkan dalam penelitian tersebut meliputi Penegasan Judul, Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan dan Kegunaan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Kerangka Teoritik, Metode Penelitian, dan Sistematika Pembahasan.

Bab Kedua, mendeskripsikan tentang dinamika kehidupan atau biografi singkat Zakiah Daradjat, yang meliputi tempat lahir dan kehidupan keluarga, Pendidikan, Pengalaman Kerja, Kegiatan Akademik dan karya-karyanya.

Bab Ketiga, berisi uraian tentang Pengertian Gangguan Kejiwaan, Tujuan Terapi Iman, Proses Terapi Iman, dan Faktor-Faktor Penghambat Proses Terapi.

Bab Keempat, berisi uraian tentang pemikiran-pemikiran Zakiah Daradjat yang lebih ditekankan pada terapi iman untuk mengatasi gangguan jiwa. Secara garis besar uraian tersebut meliputi Iman Kepada Allah dalam Membantu Pembinaan terhadap Gangguan Kejiwaan, Iman Kepada Malaikat dalam Membantu Pembinaan terhadap Gangguan Kejiwaan, Iman Kepada Rasul dalam Membantu Pembinaan terhadap Gangguan Kejiwaan, Iman Kepada Kitab dalam Membantu Pembinaan terhadap Gangguan Kejiwaan, dan Iman Kepada Hari Kiamat dalam Membantu Pembinaan terhadap Gangguan Kejiwaan, serta Iman Kepada Qodha' dan Qodar dalam Membantu Pembinaan terhadap Gangguan Kejiwaan.

Bab Kelima, berisi Penutup, yang kesimpulan dan saran.





STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

B. Kesimpulan

Dari uraian dan latar belakan kehidupan Zakiah Daradjat, aktivitas, dan pandangan-pandangannya tentang Agama dan Kesehatan Mental yang telah dikemukakan dalam pembahasan ini, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Pemikiran atau pandangan Zakiah Daradjat tentang gangguan kejiwaan atau kesehatan mental bersumber pada kurang atau tidak berimannya seseorang pada rukun Iman. Gangguan kejiwaan ini merupakan gangguan yang bersifat psikologis, sehingga penyakit ini tidak disebabkan oleh rusaknya organ-organ tubuh secara fisik meski kadang-kadang sering terlihat gejalanya secara fisik seperti pusing-pusing, mual, kembung, dan sebagainya
2. Pemikiran Zakiah Daradjat tentang rukun Iman dalam membantu pembinaan gangguan kejiwaan ini menempatkan agama khususnya rukun Iman sebagai sarana rehabilitasi bagi umat manusia yang mengalami gangguan kejiwaan. Dengan menempatkan rukun Iman sebagai terapi pada gangguan kejiwaan berarti menempatkan agama sebagai jalan hidup yang akan membebaskan diri dari berbagai penyakit/gangguan kejiwaan.

C. Saran-saran

Hasil penelitian ini bukanlah merupakan hasil final, tetapi terbuka peluang untuk dikaji kembali. Karena itu penulis menyarankan kepada semua pembaca untuk untuk lebih mendalami tulisan ini. Sebab penulis hanya membahas apa yang dikatakan Zakiah Daradjat dalam bukunya yang berjudul *Agama dan Kesehatan Mental*.

Seiring dengan tuntutan zaman yang semakin maju dan semakin banyaknya problem kehidupan yang kita hadapi, kita dituntut untuk memperluas ilmu pengetahuan dengan bersandar pada ketentuan-ketentuan Allah. Ini dimaksudkan agar dalam menuntut ilmu tidak menimbulkan gangguan-gangguan kejiwaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, Ary Ginanjar, *Emotional Spiritual Quotient (berdasar 6 rukun dan 5 rukun islam)*, Jakarta: Penerbit Arga, 2002.
- Ahyadi, Abdul Aziz, *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*, Bandung : Sinar Baru Algesindo, 1995.
- Arikunto, Suharsimi, *Penelitian suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta : Rineka Cipta, 1996
- Anwar, Syaifuddin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1998.
- Baker, Anton dan Ahmad Kharis Zubair, *Metode Penelitian Filsafat*, Yogyakarta : Kanisius, 1990.
- Dahlan, MD., *Latihan Konseling Seni Memberikan Bantuan*, Bandung: Diponegoro. 1987.
- Darodjat, Zakiah, *Kesehatan Mental*, Jakarta : Gunung Agung, 1987.
- _____, *Islam dan Kesehatan Mental*, Jakarta : Gunung Agung, 1993.
- _____, *Doa Penunjang Semangat Hidup*, Jakarta : Gunung Agung, 1993.
- _____, *Peranan Agama bagi Kesehatan Mental*, Jakarta : Gunung Agung, 1996.
- _____, *Perawatan Jiwa Untuk Anak-anak*, Jakarta: Bulan Bintang. 1982.
- Djamaludin Ancok dan Fuad Ansori Suroso, *Psikologi Islam : Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar : Bulan Bintang, 1977.
- Draver, James, *Kamus Psikologi*. Jakarta : Bina Aksara, 1998
- Ensiklopedia Indonesia, Edisi Khusus, Jilid 6. Jakarta : PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, tt.
- Fahmi, Mustofa, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, Jilid II, (Zakiah Darodjad : Alih Bahasa), Jakarta : Bulan Bintang, 1997.

- Jaya, Yahya, *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, Jakarta : Ruhana, 1994.
- Kartono, Akrtini, Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, Bandung, Mandar Maju, 1989.
- Langgulung, Hasan, *Teori-teori Kesehatan Mental*, Jakarta : Pustaka Al Husna, 1986.
- Majid, Mafud, *Pintu-pintu Menuju Tuhan*, Jakarta : Paramadina, 1995.
- Mudzakir, H.A. dkk, *Pendidikan Agama Islam SLP* : Yogyakarta, Kota Kembang, 1987.
- Muhadjir, Noeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta : Rakesasih, 1989.
- Nazir, Muh, *Metode Penelitian*, Jakarta : Ghalia Indonesia, 1985.
- Poerwadarminta, W. J. S, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka, 1976.
- Salim, Peter dan Salim, Yenny, *Kamus Bahasa kontemporer*, Jakarta : Modern English Press. 1991.
- Subhan, Arif, *Agama sebagai Terapi Lebih Dekat dengan Prof. Dr. Zakiah Daradjat*, *Ulumul Qur'an, Jurnal Islam dan Kebudayaan*, Vol. V, 1994.
- Taufiq, Nurjannah, *Pengantar Psikologi*, Jakarta : Erlangga. 1996