

## **BAB IV**

### **ANALISIS**

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui Terapi Dzikir pada Pasien Rehabilitasi Pecandu Minuman Keras Oplosan di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum Kabupaten Banjar maka didapatkan tiga tema besar dalam penelitian ini yang akan di analisa dengan beberapa teori yang ada.

Tema pertama adalah eksistensi terapi dzikir Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum. Tema kedua ini adalah kondisi pasien penderita pecandu minuman keras oplosan di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum dan tema ketiga tentang penerapan terapi dzikir terhadap penderita pecandu minuman keras oplosan di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum.

#### **A. Eksistensi Terapi Dzikir di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum**

Terapi dzikir di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum dipelopori oleh ustadz Mursidi, S. Ag. Ustadz mursidi belajar terapi dzikir di panti rehabilitasi di Pondok Inabah melalui seorang guru Anom, kemudian mengimplikasikan pada pasien NAPZA di Panti Rehabilitasi Pondok Inabah Banua Anyar yang di Kelola oleh Dr. Zulkani Yahya, M. Ag, di ajarkan beliau kepada ustadz Mursidi untuk menterapi pasien, kemudian pasien mulai membaik, keluhan berkurang dan tubuh terasa berkurang kaku. Dari sana muncul keinginan untuk menyiarkan terapi dzikir di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum. Dari ilmu yang di ajarkan di pelatihan seminar pondok suryalaya Tasikmalaya Jawa Barat Guru Anom, ustadz

mursidi mengembangkan terapi dzikir di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum, yang diminta pihak pengelola untuk membimbing pasien Rehabilitasi NAPZA pertama kali diterapkan pada tahun 2008 sampai sekarang. Kemudian terapi dzikir diterapkan kepada pasien-pasien rehabilitasi NAPZA untuk menyembuhkan pasien selain itu pula menambah aktivitas kosong agar supaya memperketat penagaan standar keamanan dan kenyamanan rumah sakit jiwa.

Pada awalnya, Terapi Dzikir di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum memiliki satu orang terapis yaitu ustadz Mursidi namun karena pembagian tugas dilapangan masih kucar-kacir, seorang satu terapis membimbing pasien, dan menterapi dzikir pasien. Sedangkan mendiagnosanya di serahkan kepada Psikolog atau Psikiater dan dengan semakin banyaknya pasien, maka direkrutlah beberapa terapis baru untuk menterapi dzikir, perekrutan terapis ini bertujuan untuk mengisi berbagai terapi psikoreligius (cemarrah agama, sholat dhuha, sholat tahajut, al-qur'an), dengan adanya pembagian tugas, memudahkan kerja para terapis.

#### **B. Kondisi Pasien Penderita Pecandu Minuman Keras Oplosan di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum**

Dalam hal ini Wirawan (dalam Haryanto) berpendapat bahwa saat berdzikir maka akan dua proses sekaligus, yaitu proses pemusatan perhatian (konsentrasi) dan peredaman emosi negatif. Proses konsentrasi karena hanya mengingat Allah. Demikian pula pada dzikir *khafi*, yaitu hati selalu ingat kepada Allah. Menurut D. B. Larson dalam kutipan Dadang Hawari menggaris bawahi bahwa “komitmen seseorang terhadap agamanya amat penting dalam pencegahan agar seseorang tidak jatuh sakit, meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengatsi penderita bila seseorang sedang sakit serta mempercepat penyembuhan

selain terapi medis yang diberikan”. Dari penjelasan tersebut menunjukkan bahwa dari sudut pandang kesehatan jiwa, do’a dan dzikir mengandung unsur psikoterapi psikiatri karena ia mengandung kekuatan spiritual, kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan optimis mendalam bagi kesembuhan diri. Kedua hal ini inilah yang merupakan esensi bagi penyembuhan suatu penderitaan batin baik stress, kecemasan, maupun depresi. Secara umum penerapan terapi dzikir konsisten dan peredaman emosi negatif pada pasien rehabilitasi pecandu minuman keras oplosan di ruangan Rehabilitasi NAPZA sesuai dengan teori Wiranto (dalam Haryanto) dan D. B. Larson dalam kutipan Dadang Hawari.

Berdasarkan hasil temuan dilapangan bahwasanya tiga subjek yang memiliki pecandu minuman keras oplosan tersebut memiliki sebuah waktu pelaksanaan, menjalani terapi, alasan masuk datang, apa dirasakan sesudah dan sebelum masuk, gangguan, dan perubahan setelah menjalani terapi, maka sebagaimana penjalasan awal tentu dikatakan kondisi pasien psikologi baik sebelum maupun sesudah di berikan terapi dzikir di Rehabilitasi Sambang Lihum. Fase remaja merupakan masa perkembangan individu yang sangat penting. Harold Albery, mengemukakan bahwa masa remaja merupakan suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seseorang yang terbentang sejak berakhirnya masa kanak-kanak sampai dengan awal masa dewasa. Conger berpendapat bahwa masa remaja merupakan masa yang amat kritis yang mungkin dapat merupakan *the best of time and the worst of time.*<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Contoh Karya Ilmiah Pengaruh Minuman Keras Bagi Remaja, <http://purnamiap.blogspot.com/2013/09/contoh-karya-ilmiah-pengaruh-minuman.html>, diakses jam 16.00, 18 Oktober 2015.

Menurut Robert West menyatakan bahwa kecanduan adalah sebuah kondisi kronis dalam sistem motivasi dalam perilaku mencari hadiah (*reward-seeking behaviour*) telah menjadi lepas kendali (*out of control*, Thyrer). Hal ini relevan jika dilihat dari subjek relatif sama antara MRA, MMF dan W, penyebab sering mangkal atau nongkrong dengan teman-teman di tempat hiburan, setelah masuk kuliah, MRA dii bergabung dengan perkumpulan anak remaja geng motor kemudian ia pun aktif mengikuti kegiatan perkumpulan tersebut. MMF pengalaman pasien sebelum kecanduan tubuhnya ia banyak mengonsumsi berlebih ketika jaga ronda malam dengan menonton film porno serta sering ronda malam untuk menjaga tubuh agar mata melek ketika jaga pos ronda. W waktu pertama nonton televisi, ia melihat banyak kasus TV yang memakai alkohol dengan mengoplos berbagai macam obat-obatan karena penasaran dan terpengaruh oleh teman-teman, lalu W meraciknya dengan berbagai macam barang berbahaya minuman keras di beli warung terdekat didesa saya ketika sesudah pulang sekolah ketika menghadapi masalah berat dan dimarahi oleh ayah tirinya.

Memahami proses terjadinya kecanduan tidak lepas dari penasaran, rasa ingin tahu, mencoba, kecanduan, dan banyak faktor hingga menjadikan MRA, MMF, dan W ke suatu permasalahan kecanduan. Adanya tahapan-tahapan yang berbeda dari masing-masing pecandu pada masing-masing mereka (MRA, MMF dan W) dan orang lainnya tentu dipengaruhi dan diperkuat oleh faktor eksternal ataupun internal.

*Pertama*, MRA penyebab kecanduan 3 tahunan, gangguan fisik dan psikologis antara lain: terasa sakit kepala di saat tidur, badan bergetar dan panas, suka melamun dan berkakhyal, berbicara sendiri, susah tidur malam, cemas, gelisah saat bangun, pergaulan bebas dan sering bohong.

*Kedua*, MMF penyebab gangguan fisik dan psikologis antara lain: mata merah, jalan kaku, suka marah, meninggalkan ibadah, badan bergetar dan panas, emosi berlebih, suka melamun dan berkhayal, dan susah konsentrasi.

*Ketiga*, W penyebab gangguan fisik dan psikologis antara lain: kaku, muntah, sedih, lesu beribadah dan sulit khusuk, sulit tidur, badan gemetar, emosi sulit dikontrol, bicara sendiri, ada bisikan dari telinga, mudah marah, cemas, gelisah pada saat didekati orang lain.

### **C. Penerapan Terapi Dzikir Terhadap Pecandu Minuman Keras Oplosan di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum**

Secara umum penerapan terapi dzikir di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum pada pasien pecandu minuman keras oplosan, pasien sebelum menjalani terapi dzikir pasien dibimbing untuk memakai baju koko, peci, dan sarung sebelum masuk shalat wajib lima waktu serta wangi-wangian menghadap kepada Tuhan. Sedangkan pasien dibimbing terapis pertama kali untuk berwudhu sebelum adzan berkumandang, pasien bersiap-siap untuk meratakan shaf sebelum melakukan sholat lima waktu, dan merapikan shaf-shaf yang kosong. Pasien melakukan adzan dan iqamat. Dan melaksanakan sholat lima waktu serta membaca wirid dan dzikir. Setelah itu pasien diajak untuk mengungkapkan hal-hal yang dialami saat penerapan berlangsung, yang kemudian dibaca bersama

berjamaah sehingga timbullah satu kesadaran tentang suatu menanamkan sadar ingin merubah perilaku tersebut.

Pelaksanaan terapi dzikir terdiri atas sholat lima waktu, wirid, mentadaburi al-qur'an, *tadziyatun nafs*, sholat malam, sholat dhuha, dan muhasabah. Penerapan dzikir bertujuan menciptakan kondisi awal yang mendukung jalanya pelatihan dzikir, pasien yang lain mencairkan suasana pasien dengan situasi agar mengikuti pelatihan dzikir sehingga tumbuh saling menghormati, menghargai satu sama lain dan ingin perasaan merubah dirinya kepada perbautan yang baik. Sehingga ma'rifatullah (mengenal Allah), termasuk nilai-nilai penghayatan serta keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan dan keagamaan serta cinta kasih menghayati dan meyakini suatu nilai dapat menjadikan pasien berarti hidupnya. Pasien diajak untuk mampu melatih diri dari pespektif Tuhannya, agar pasien termotivasi untuk mengikuti pelaksanaan dzikir sebagai salah satu cara untuk memperbaiki diri. Dalam *takdkiyatun nafs* bertujuan agar pasien untuk mengembangkan jiwa yang sehat secara progresif dengan melakukan kedekatan hati kepada Allah swt.

Adapun terapi dzikir di ruang tersendiri yaitu tempat aula musholla tempat sholat, ini dikarenakan agar pasien dapat sebebaskan mungkin bergerak dan membuat pasien merasa nyaman, enak melakukan penerapan terapi dzikir pada pasien pecandu minuman keras oplosan, indikator keberhasilan penerapan terapi dzikir pasien agar perkembangan dirinya lebih positif yaitu merasakan ketenangan, waktunya sekitar 40 menit dalam melakukan sholat, dzikir dan wiridan yang lain.

Terapi dzikir di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum tidak menggunakan tarekat. Dalam pengajaran terapi dzikir dengan menggunakan ilmu tasawuf dan psikoterapi sebagai obat untuk membersihkan hati yang kotor hal ini sesuai dengan dalam hal tersebut ini sesuai apa yang ditulis oleh Quraisy Shihab bahwa hakikat dari berobat dalam ajaran spiritual Islam lebih dikenal dengan istilah kesungguhan hati (*mujahadah*), mengolah diri (*riyadhah*), pengamatan diri (*muraqabah*), bersikap hati-hati (*wara*), sebagai mana dengan melakukan ibadah utama. Psikoterapi Islam melakukan upaya pembersihan-pembersihan diri dari bekas dosa dan kedurhakaan dengan pembersihan najis (*istinja*), pembersihan yang kotor (mandi), pembersihan yang bersih (*wudhu*), pembersihan yang suci/fitri (shalat taubat) dan pembersihan Yang Maha Suci (*dzikrullah* mentauhidkan Allah).<sup>2</sup> Yaitu pertama mengharapkan kesembuhan kepada *asy-syifa* (Allah yang maha mengobati dengan mendekatkan diri kepadanya melalui syariat-syariat yang diturunkan-Nya kepada Rasul-Nya Muhammad saw.<sup>3</sup>

Sedangkan al-Sayyyid Sabiq, dakwah Islam memberikan perhatian terhadap manusia sebagai individu dalam tiga hal, jasmani, akal, moral. Perhatian terhadap jasmani mencakup penjagaan terhadap kesehatan jasmani agar ia mempunyai raga yang kuat yang jauh dari penyakit, sehingga akan mampu menghadapi berbagai macam kesulitan. Sedangkan yang berkaitan dengan akal, Islam mengajak agar setiap individu dapat berpikir sehat dan jernih sehingga dapat mengambil keputusan berdasarkan kejujuran, keadilan, dan mampu untuk memahami lingkungan yang mengelilingi dan dapat belajar dari perjalanan umat-

---

<sup>2</sup>M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling Dan Psikoterapi Islam Penerapan Metode Sufistik*, (Yaogakarta: Fajar Pustaka Baru, Cet. 2, 2002), 276-277.

umat yang terdahulu. Sedangkan moral berkaitan dengan ajakan untuk melatih hati agar mempunyai kecenderungan akan kebaikan dan menjauhi keburukan.<sup>4</sup>

Berdasarkan data-data yang penulis yang dapatkan selama penelitian melalui wawancara dan observasi di Rumah Sakit Jiwa Daerah Sambang Lihum bahwa kegiatan-kegiatan yang terdapat di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum perpaduan antara pengobatan medis dan psikoreligius/dzikir yang di ajarkan pengajaran agama Islam ataupun ilmu kedokteran modern yang terus dikembangkan dengan alat-alat modern yang dapat menterapi pecandu minuman keras oplosan. Dzikir artinya mengingat Allah tidak terikat waktu. Hendaknya dilakukan kapan dan dimana saja. Lebih utama jika ketika duduk sehabis sholat wajib. Ataupun duduk ditengah–tengah sebuah majelis. Dzikir tidak hanya menyibukkan lisan saja. Namun dzikir yang benar ialah yang disertai dengan konsentrasi sebab yang dituju adalah kesenangan dengan Allah dan hal itu terwujud dengan selalu berdzikir dangan khusuk.<sup>5</sup>

Pelatihan dzikir secara teratur diharapkan para remaja kecanduan memakai minuman keras oplosan di Rumah Sakit Jiwa Daerah Sambang Lihum mampu menembus pikiran dan alam bawah sadar menuju gelombang alfa, akibatnya pikiran akan menjadi jernih perasaan akan menjadi tenang serta mampu meningkatkan kebermaknaan hidupnya.<sup>6</sup> Dzikir mengajarkan prinsip-prinsip hidup yang menekankan pada kestabilan jiwa seperti: tahan menghadapi problema

---

<sup>4</sup>Faizah, dan Lalu Muchsin Effendi, *Psikologi Dakwah*, (Jakarta: Kencana, Cet. I, 2006), h. 85.

<sup>5</sup>Imam Al-Ghazali, *Ringkasan Ihya Ulumuddin*, (Surabaya: Gitamedia Press, C. I, 2003), h. 107-108.

<sup>6</sup>Fuad Nashari, *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, (Yogyakarta: Program Pascasarjana Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, 2009), h. 234.



hidup (*sabar*), mengakui dan berterima kasih atas jasa pihak lain (*syukur*), menerima kenyataan hidup dengan penuh kesadaran (*qana'ah*), rela atas ketetapan Yang Maha Kuasa (*ridha*), menyerahkan segala hasil usaha kepada Yang Maha Kuasa (*tawakkal*), dan lain- lainnya. ). Jiwa yang tenang membuat seseorang lebih mudah mengendalikan emosinya. Proses penyadaran yang digunakan ini diistilahkan sebagai *tazkiyatun nafs* atau pembersihan jiwa dari berbagai penyakit atau kotoran hati, seperti: kikir,<sup>7</sup> ambisius,<sup>8</sup> iri hati, bodoh, hedonistik, dan berbagai akhlak tercela lainnya. Proses terjadinya penyadaran dan perubahan kondisi psikologis saat melaksanakan dzikir dengan penuh khusyu ini akan ditandai dengan kesempurnaan tujuh tingkat kesadaran atau dikenal dengan tujuh macam nafsu, yaitu :

1. Nafsu Amarah tujuan memecahkan kebekuan qalbu dan kendala nafsu ammarah, efeknya: menyadari kesalahan dan kelemahan diri (taubat), menumbuhkan komitmen tauhid, menimbulkan motivasi berdzikir (hidup islami), menumbuhkan kecintaan pada Rasulullah saw, berkah shalawat.
2. Nafsu Mulhimah yaitu nafsu yang memperoleh ilham dari Allah swt, dikaruniai ilmu pengetahuan. Ia telah dihiasi akhlak (mahmudah) (akhlak yang terpuji), dan ia merupakan sumber kesabaran, ketabahan, dan keuletan.
3. Nafsu Muthmainnah tujuannya memenangkan jiwa menapak nafsu muthmainnah, efeknya: taubat nasuha, muthmainnah dalam berdzikir,

---

<sup>7</sup>Terlalu hemat memakai harta bendanya: Pelit.

<sup>8</sup>Berkeinginan keras mencapai sesuatu harapan, cita-cita, penuh ambisi.

khusyu' dalam beribadah, istiqamah dalam iman, islam dan ihsan, dan berakhlakul karimah (*Hablun Minal Allah wa Hablum minas Nas*).

4. Nafsu Radhiyah yaitu nafsu yang ridha kepada Allah, yang mempunyai peranan yang penting dalam mewujudkan kesejahteraan.
5. Nafsu Mardliyah
6. Nafsu Lawwamah tujuan meningkatkan daya tahan lahir dan bathin menundukkan nafsu lawwamah efeknya: mempunyai daya tahan dalam berdzikir, gemar melaksanakan amaliyah wajib dan sunat, pantang melanggar perintah Allah swt, menghiasi diri dengan akhlaqul karimah.<sup>9</sup>

Menurut Al-Thabathabai mengemukakan dua makna yang terkandung dalam lafadz dzikir: pertama, kegiatan psikologis yang memungkinkan seseorang memelihara makna sesuatu yang diyakini berdasarkan pengatahuannya atau ia hadir padanya (*istikhdhar*); *Kedua*, hadirnya sesuatu pada hati dan ucapan seseorang. Dzikir dalam hati disebut dengan *dzikir qalb*, sedang dengan ucapan disebut dengan *dzikir lisan*.

Untuk berdzikir atau mengingat dan menyebut keberadaan-Nya di dalam diri. Di sini digunakan kata "*nafs*, yang mempunyai beberapa makna yang luas. Kata *nafs* yang bentuk jamaknya "*anfus*" atau "*nufus*" mengandung beberapa arti, yakni: jiwa, ruh, darah, jasad, diri, semangat, hasrat, kehendak.<sup>10</sup> Kemudian dalam mengingat atau menyebut keberadaan Allah swt, itu harus dengan keadaan

---

<sup>9</sup>Abdurrahman A. Basalamah, Abd. Rahim Amien, M. Zain Irwanto, *Dzikir, Doa, dan Wirid (Edisi Revisi)*, (Makasar: Darul Mukhlisin Universitas Muslim Indonesia padanglampe Kab. Pangkap, C. I, 2009), h. 136-143.

<sup>10</sup>Ahmad Warson Al-Munawwir, *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, (Yogyokarta: Unit Pengadaan Buku-Buku Ilmiah Keagamaan Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyokarta, Ttp), h. 482.

merendahkan diri dan penuh rasa takut. Kata “*tadharru’an*” mengandung arti kedekatan, tunduk, lemah, dan takut. Sedangkan “*khifatan*” mengandung arti ketakutan. Kedua keadaan ini tidak akan mungkin dapat hadir dalam setiap diri orang yang dzikir, jika ia belum mengenal dan memahami keberadaan Allah swt. Oleh karena itu, sebelum melakuakn *dzikrullah* wajib bagi seseorang untuk mempelajari “Ilmu Tauhid” atau “Ilmu ma’rifat”. Dengan melalui ilmu itulah ia akan dapat berdzikir dengan benar, penuh rasa takut, merasa tidak mempunyai daya dan kekuatan apa-apa di hadapan-Nya. Sehingga tujuan utama dzikrullah akan dapat tercapai dengan baik, benar, tepat, dan sempurna, yakni perjumpaan dan kecintaan yang hakiki.<sup>11</sup>

Cara berdzikir di bagi dua macam; Pertama, dzikir jahar, yaitu dzikir yang dikeraskan, baik melalui suara maupun gerak. Dzikir ini dilakukan dengan dalam waktu, jumlah, dan cara-cara tertentu. Bagi aliran psiko-sufistik tertentu ada yang memiliki cara-cara tersendiri, yang menurutnya, cara-cara yang dikeabangkan itu memiliki rahasia-rahasia (*asrar*) tersembunyi. Apabila cara-cara itu dilakukan maka dapat menyembuhkan penyakit tertentu pula. Mengucap kalimat *la illaha illah*. Ketika mengucapkan *la illaha* (tiada Tuhan) pandangan mata dipusatkan ke kalbu di dalam dada, lalu seakan-akan kalimat *la illaha* yang berada di dalam kalbu itu dibuang dengan menekok ke atas, kemudian diteruskan dengan mengucapkan *illallah* (kecuali Allah) dengan kepala menghadap ke atas, lalu seakan-akan kalimat *illallah* yang berada di luar dimasukkan ke dalam kalbu. Gerakan-gerakan semacam ini dilakukan dengan penuh semangat dan berulang-

---

<sup>11</sup>Hamdani Bakran Adz-Dzakiey, *Prophetic Intelligence Kecerdasan Kenabian Menumbuhkan Potensi Hakikat Insani Melalui Pengembangan Kesehatan Rohani*, (Yogyakarta: Islamika, Cet. 1, 2005), h. 428.

ulang, sehingga mampu mengaktifkan optimalisasi fungsi organ tubuh; Kedua, *dzikir sirr* yang diucapkan di dalam hati.<sup>12</sup>

Salah satu fungsi dari tasbih ini adalah menyingkirkan muatan negatif dari orang yang menggunakannya. Muatan negatif atau energi negatif tidak menetap dalam tasbih itu, muatan atau energi ini dihancurkan oleh kontak. Hal yang sama berlaku pada kristal. Tasbih atau kristal menerima, mengidentifikasi, dan menghancurkannya. Oleh karena itu, kita dapat menggunakannya jika kita secara emosional terganggu oleh kontak ini, mengulang-ulang pada saat yang sama, kepada diri sendiri, dzikir atau sirr itu.<sup>13</sup>

Metode penyadaran diri menggunakan pendekatan sufistik dengan cara mendekatkan diri kepada Allah, memperbanyak ibadah kepada-Nya, dan mengisi sebanyak mungkin alam kesadaran manusia dengan nama Allah, serta menjauhkan diri dari dorongan dan kecenderungan jiwa rendah. Kecenderungan jiwa- jiwa rendah (*nafsu amarah dan nafsu lawwamah*) yang bersifat materialistik, dan hedonistik, dibersihkan dalam upaya penyadaran diri sehingga pengaruhnya mampu diatasi. Penerapan metode dzikir berkaitan erat dengan metode relaksasi yang merupakan perpaduan antara meditasi dan yoga. Penggunaan metode ini adalah bahwa unsur- unsur pikiran, yang terdiri dari tangkapan panca indera semata- mata (materialistik) akan selalu disertai oleh daya- daya nafsu (jiwa) tercela kita, yaitu egocentros polemos dan eros, atau

---

<sup>12</sup> Abdul Mujib, dan Yusuf Mudzakir, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, Ed. I, Cet. 2, 2002), h. 238-239.

<sup>13</sup> Omar Ali Shah, *Tasawuf Sebagai Terapi*, (Bandung: Pustaka Hidayah, Cet.I, 2002), h. 326.

ghadlab dan syahwat, yang apabila dihambat dapat menjadi sumber penyakit-penyakit psikologis dan psikomatif.

Dzikir dengan penghayatan penuh, seperti halnya mekanisme emosi, memberikan sinyal pada syaraf simpatetis dan parasimpatetis yang merangsang organ tubuh memberi reaksi-reaksi faal tertentu, misalnya getaran pada jantung, kulit (*galvanic skin response*) dan cucuran air mata yang dinikmati. Emosi positif yang memancar dalam bentuk dzikir mampu memblokir emosi-emosi negatif dan mengalihkannya menjadi emosi positif. Dengan mengistiqomahkan dzikir jahar *Laa Ilaaha Illallah* dan dzikir khofi yang ditalqinkan oleh seorang terapis, maka dzikir ini menunjukkan komitmen seseorang untuk senantiasa menyebut dan mengingat asma Allah, menanamkan suatu kesadaran bahwa tiada Tuhan selain Allah. Selain itu akan menjadi autoterapi atas kecanduan minuman keras oplosan pada pasien. Seseorang yang melaksanakan dzikir dengan serius dan istiqomah akan merasakannya sebagai katarsis<sup>14</sup> (kanalisasi psikologis), bahkan *insight*.

Sikap mental sufistik tersebut merupakan prasyarat bagi seseorang untuk merasakan kebahagiaan yang sesungguhnya, baik kebahagiaan dunia maupun kebahagiaan akherat. Jiwa yang tenang membuat seseorang lebih mudah mengendalikan emosinya. Hal ini bila dikaitkan dengan masalah penyalahgunaan minuman keras oplosan berarti bahwa seorang remaja pecandu akan lebih mudah mengendalikan emosinya apabila dia melakukan dzikir karena dengan berdzikir jiwanya menjadi lebih tenang. Padahal kemungkinan timbulnya penghambatan impuls urat syaraf yang mengalir ke dalam otak adalah sangat besar, dikarenakan

---

<sup>14</sup>Kelelahan emosional setelah mengalami ketegangan dan pertikaian batin akibat suatu lakuan dramatis.

setiap tuntutan yang didorong nafsu tidak semuanya terpenuhi. Tidak terpenuhinya keinginan-keinginan tersebut akan menimbulkan ketegangan dan tekanan batin atau ketidakharmonisan psikologis.

Terapi rehabilitasi pasien di Rumah Sakit Jiwa Sambang lihum juga bagi orang tua ataupun keluarga dekat. Keluarga dekat tidak boleh ketemu dengan pasien selama 41 hari lamanya alasannya agar si pasien lebih berpikir dewasa bahwa orang tua tidak segalanya dan kesadaran diri terhadap penderita menatap selangkah lebih baik daripada sebelumnya. Selain itu juga bagi keluarga pasien yang membawa makanan dan minuman untuk pasien hanya dititipkan kepada perawat rumah sakit. Baru kemudian selama 41 hari tidak ketemu orang tua itu tahap penyembuhan terhadap pecandu minuman keras oplosan bisa meminimalisir sedikit demi sedikit kecanduannya. Bagi dilarang Dan tidak merokok bisa untuk sementara waktu tahap rehabilitasi karena proses penyembuhan terhadap pecandu minuman keras oplosan.<sup>15</sup> Tujuan tahap rehabilitasi ini untuk memudahkan yang telah sembuh, untuk memasuki masyarakat kembali dengan suatu penyesuaian sosial yang baik. Penyesuaian sosial ini terbentuk melalui latihan keterampilan/kejuruan dan bimbingan kelompok. Keterampilan ini tidak hanya berfungsi sebagai bekal untuk bekerja, melainkan juga sebagai latihan kedisiplinan (adanya jadwal kerja, pergaulan dengan pasien, adanya hierarki pengurus rumah sakit jiwa, adanya aturan, adanya instruksi, dan sebagainya).

Dengan berdiam dalam suatu panti rehabilitasi, pasien penyalahgunaan minuman keras oplosan dapat mengembalikan rasa percaya dirinya dan sekaligus

---

<sup>15</sup>Wawancara Pribadi, Dianur kepegawaian pada jam 16.00, hari Senin 5 Oktober 2015.

berada di bawah bimbingan para ahli dibidang masing-masing. Bimbingan juga meliputi kerohanian, penalaran, bakat, dan minat serta rekreasi.<sup>16</sup>

Penulis juga melihat dalam hal pelaksanaan metode terapi dzikir bahwa terapis telah berhasil melakukan sebuah pelaksanaan pengobatan yang sesuai dengan tuntunan ajaran agama Islam. Dan terapis juga dapat dikatakan sebagai seorang yang ahli dalam bidangnya dan serius dalam mengobati setiap pasiennya. Di mana para terapis juga seorang yang terlatih secara sengaja membina hubungan profesionalisme dengan seseorang pasien dengan tujuan menghilangkan, mengobati, mengubah kembali perilaku abnormal menjadi normal serta membimbing akhlak yang mulia dari pada itu sebelumnya masuk direhabilitasi dan sesudah direhabilitasi.

Berdzikir dengan menggunakan *La illaha illallah* ini akan membuat eksistensi diri terlepas dan terbebas dari unsur-unsur menjadi pintu dan wadah masuk dan bermukimnya hawa nafsu hewani yang dihembuskan oleh setan dan iblis. Apabila kekuatan i'tikad dan pemahaman yang tinggi dari kalimat ini tertanam dalam diri, maka ucapan kalimat tauhid ini akan menghantarkan diri kepada ketauhidan yang sesungguhnya secara praktis dan empiris. Apabila dzikir hakikat, yakni Allah mendzikirkan hamba, hamba aberdzikir bersama Allah dan Allah pun berdzikri dalam hamba, maka kalimat *La illaha* akan meleburkan kedirian hamba ke dalam Nur perbuatan-perbuatan, Nur nama-nama, Nur sifat-sifat dan Nur zat-Nya serta kalimat *Illa Allahu* akan mengekalkan kedirian hamba dengan kekelan Nur perbuatan-perbuatan, Nur nama-nama, Nur sifat-sifat dan Nur

---

<sup>16</sup> Danny I. Irwanto, *Kepribadian, Keluarga, dan Narkotika Tinjauan Sosial-Psikologi*, (Jakarta: Arcan, Cet. III, 1991), h. 118.

zat-Nya. Pada kondisi inilah setan, jin dan makhluk tidak dapat lagi menyentuh dan mempengaruhi keimanan, keislaman, keihsanan, dan ketauhidan diri dari seorang hamba, karena ia telah berada dalam habitat, ruang dan waktu ketuhanan.<sup>17</sup>

Menurut Carl Gustav Jung, psikoterapi telah melampaui asal-usul medisnya dan tidak lagi merupakan suatu metode perawatan orang sakit. Psikoterapi ini digunakan untuk orang sehat atau pada mereka mempunyai hak atas kesehatan psikis yang penderitanya menyiksa kita semua. Berdasarkan pendapat Jung ini, bangunan psikoterapi selain digunakan untuk fungsi kuratif (penyembuhan), juga berfungsi preventif (pencegahan), dan konstruktif (pemeliharaan dan pengembangan jiwa yang sehat). Ketiga fungsi tersebut mengisyaratkan bahwa usaha-usaha untuk berkonsultasi pada psikiater tidak hanya ketika psikis seseorang dalam kondisi sakit. Alangkah lebih baik jika dilakukan sebelum datangnya gejala atau penyakit mental, karena hal itu dapat membangun kepribadian yang sempurna. Pengatahuan tentang psikoterapi sangat berguna untuk (1) membantu penderita dalam memahami dirinya, mengetahui sumber-sumber psikopatologi dan kesulitan penyesuaian diri, serta memberikan perspektif masa depan yang lebih cerah dalam kehidupan jiwanya; (2) membantu penderita dalam mendiagnosis bentuk-bentuk psikopatologi; dan (3) membantu

---

<sup>17</sup>Hamdani Bakran Adz-Dzakiey, *Prophetic Intelligence Kecerdasan Kenabian Menumbuhkan Potensi Hakikat Insani Melalui Pengembangan Kesehatan Rohani*, (Yogyakarta: Islamika, Cet. 1, 2005), h. 443.



penderita dalam menentukan langkah-langkah praktis dan pelaksanaan terapinya.<sup>18</sup>

Dalam menentukan langkah-langkahnya pembagian dzikir dari Ibnu ‘Atha’ seorang Sufi dari Persia yang menulis kitab *al-Hikam*, memeberaikan gambaran bahwa cara berdzikir itu membagi dzikir pada tiga proses yakni: 1. *Dzikir jali* (dzikir jelas atau nyata), 2. *Dzikir khofi* (dzikir yang tersembunyi), 3. *Dzikir Haqiqi* (dzikir yang sebenar-benarnya).

Pertama, adalah dzikir dengan menggunakan lisan, yang bertujuan agar hati dapat bergetar dan membawa kesaderan dan keinginan akan adanya Allah swt. Pada tahap ini, pelatihan-pelatihan yang keras dan disiplin merupakan suatu persyaratan penting yang harus dilakukan oleh para pasien. keberhasilan tahap pertama ini akan menghantarkan seseorang kepada ketersingkapan hakikat, dan sekaligus memasuki dzikir yang bersifat *khafi*. Karena ketersingkapan itu akan menghadirkan perasaan rohaniah yang dalam akan kehadiran swt, dalam diri. Hati telah terpaut dan seolah-olah tidak dapat terlepas dari ingatannya terhadap wujud Allah swt, serta terasa ruang dan waktu ini telah penuh sesak dengan nuraf’al-Nya, asma’-Nya, sifat-Nya, dan zat-Nya. Pada puncaknya, lalu hamba pun berdzikir bersama dzikirnya Allah swt, dan Allah swt, pun berdzikir dalam dzikirnya hamba.<sup>19</sup>

Sedangkan menurut Muhammad Abd al-‘Aziz al-Khalidi membagi obat (*syifa*) dengan dua bagian bagian: *Pertama*, obat bissi, yaitu obat yang dapat menyembuhkan penyakit fisik, seperti berobat dengan air, madu, buah-buahan

---

<sup>18</sup> Abdul Mujib, dan Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, Ed. I, Cet. 2, 2002), h. 208.

<sup>19</sup> *Ensiklopedia Hukum Islam*, Jilid 6, (Jakarta: PT. Ichtiar Baru Van House, 1997), h. 106.

yang disebutkan dalam al-qur'an; *Kedua*, obat ma'nawi, yaitu obat yang dapat menyembuhkan penyakit ruh dan kalbu manusia, seperti doa-doa, dzikir, dan isi kandungan dalam al-qur'an.<sup>20</sup>

Jadi terapi dzikir dapat menjadi suatu solusi yang tepat dalam penanganan penderita gangguan pecandu pada penderita minuman keras oplosan, dimana terapi dzikir tidak hanya menjadi suatu sarana pendekatan diri kepada Allah swt, tetapi juga menjadikan psikis seseorang menjadi sehat, dan normal. Serta menanamkan moral kepada pasien agar tidak mengulangi kepada perbuatan yang dimurkai Tuhan dengan cara menghilangkan akal sehat. Selain itu menjalankan silaturahmi antara umat beragama. Selain itu juga metode dzikir dapat mempererat antara kekeluargaan.

Seseorang yang sedang menderita kecanduan disertai dengan berdzikir dan berdoa akan meningkatkan kekebalan terhadap penderita pecandu minuman keras oplosan, menimbulkan harapan (optimisme/percaya diri), pemulihan rasa percaya diri, dan meningkatkan kemampuan mengatasi penderitaan di saat sakaw, sehingga akan mempercepat proses penyembuhan. Terapi psikoreligius dalam bentuk berdzikir dan berdoa mempunyai nilai psikoterapeutik lebih tinggi daripada psikoterapi psikiatrik konvensional.<sup>21</sup> Pada umumnya yang telah mempelajari sikap dan keadaan tenang dapat melepaskan diri dari ketegangan syaraf yang timbul akibat terganggunya kesehatan emosi seseorang tersebut. Dalam psikoreligius Proses pembelajaran dan latihan untuk menjalankan ibadah

---

<sup>20</sup> Abdul Mujib, dan Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, Ed. I, Cet. 2, 2002), h. 209.

<sup>21</sup> Berdasarkan kesepakatan (seperti adat, kebiasaan, kelaziman).

secara rutin dapat disebut sebagai bagian dari terapi tingkah laku karena akan membentuk sebuah perilaku baru yaitu rutinitas beribadah.

Dzikir, shalat, do'a dan membaca al-qur'an adalah rangkaian kegiatan ibadah yang jika dilakukan secara rutin akan menjadi latihan terbaik untuk belajar bersikap tenang. mengungkapkan lebih lanjut bahwa keadaan tenang dan santai merupakan sarana yang sering digunakan oleh para ahli psikoterapi modern dalam menyembuhkan berbagai penyakit jiwa, termasuk pecandu minuman keras oplosan. Posisi duduk yang tenang dihadapan al-qur'an dan membaca setiap ayatnya, memberikan perasaan tenang, dan jiwa yang damai dan tentram bagi pasien. Keadaan yang tenang dan jiwa yang tentram memberikan pengaruh terapeutik<sup>22</sup> yang penting dalam meredakan saraf yang timbul akibat berbagai gangguan emosional yang menyebabkan terganggunya kesehatan emosi. Dzikir diyakini dapat mempercepat proses penyembuhan penyakit. Ketika seseorang khusyuk, objek pikir atau stimulasi tertuju pada Allah swt, (*dzikrullah*) disini ada unsur transenden yaitu mengingat akan Allah, merasakan adanya Allah serta persepsi kedekatan dengan Allah. Dzikir sebenarnya merupakan salah satu dari bentuk meditasi transendental.

Dalam psiko-sufistik, juga terdapat konsep *latha`if*, yang dikembangkan sebagai metode dzikir dalam hati. *Latha`if* adalah esensi yang lembut dan halus yang terdapat dalam kalbu manusia. Agar ia tetap dapat terus berada dalam fitrah asal (suci dan bersih), diperlukan pemeliharaan melalui dzikir dan perjuangan spiritual (*mujâhadah*). Pengembangan konsep *latha`if* dalam psiko-sufistik ini,

---

<sup>22</sup> Berkaitan dengan terapi.

sama halnya dengan Psikologi Fisiologis (*physiological psychology*), yaitu cabang psikologi yang meminati interelasi dari sistem syaraf, reseptor,<sup>23</sup> kelenjar endokrin, proses tingkah laku, dan proses mental. Dzikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas dzikir mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Dzikir juga mampu mengingatkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah swt, semata sehingga dzikir mampu memberi sugesti penyembuhannya.

Melakukan dzikir sama halnya nilainya dengan terapi rileksasi, yaitu satu bentuk terapi dengan menekankan upaya mengantarkan pasien bagaimana cara ia harus beristirahat dan bersantai-santai melalui pengurangan ketegangan atau tekanan psikologis. Kunci utama keadaan jiwa mereka itu adalah karena melakukan dzikir. Dzikir yang dikeraskan baik melalui suara maupun gerakan. Fungsinya adalah untuk menormalisasikan kembali fungsi system jaringan saraf, sel-sel, dan semua organ tubuh.

Dzikir dan do'a merupakan dua bentuk ibadah lisan yang utama sesudah tilawah al-qur'an. Sedangkan dalam dzikir berdzikir seseorang mengingat dan menyebut asma (nama-nama) Allah. Sifat dzikir dan do'a yang sedemikian akan dapat mendorong manusia untuk berlaku taat dalam beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah. Dzikir dan do'a yang dilakukan dengan khusuk disertai kehadiran hati mengingat Allah dapat mendatangkan faedah bagi jiwa. Dengan

---

<sup>23</sup> Ujung saraf yang peka terhadap rangsangan pancaindra; penerima.

dzikir, seseorang akan mendapatkan kecintaan dari Allah dan ketenangan jiwa (*al-nafs al-muthma'innat*).

Dzikir dan do'a berhubungan dengan proses mengingat dan proses pengungkapan perasaan. Dengan berdzikir seseorang dapat mengingat Allah dan mengingat dosa-dosanya atau pengalamannya yang telah lalu. Melalui dzikir dan do'a ketenangan jiwa akan diperoleh karena manusia sadar akan dirinya ingat kepada Allah, serta merasa Allah mengetahui, mendengar, dan memperhatikan dosanya. Apabila seseorang dapat berdzikir dan berdo'a dengan khusuk, serta dapat merasakan bahwa Allah mendengar, memperhatikan, dan mengabulkan do'a dan dzikirnya, ia dapat menjadikan dzikir dan do'a sebagai obat bagi ketenangan jiwa.

Dengan berdzikir manusia teringat akan Tuhannya dan merasakan kehadiran-Nya dalam hatinya. Dengan demikian, seseorang tidak merasakan kesendiriannya dan hal ini membantunya mengusir rasa sepi. Mengingat Allah juga dapat membersihkan pikiran dari bayangan-bayangan negatif yang akan mengetahui diri manusia. Hal itu berarti dapat mencegah seseorang dari gangguan jiwa.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup>A. F. Jaelani, *Penyucian Jiwa (Tazkiyat Al-Nafs) Dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Amzah, Cet. 2, 2001), 108-110.