

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari adanya kesan pengulangan atau tindakan plagiasi dalam penelitian, maka penulis akan memaparkan penelitian yang pernah ada dengan skripsi yang penulis buat antara lain:

1. Anie Suryanti, (2016) dalam skripsinya yang berjudul *Bimbingan Rohani Dalam Menghadapi Pasien Di Ruangan ICU*. Hasil penelitiannya menyimpulkan tentang bagaimana proses dan bentuk bentuk tahapan yang dilakukan bimbingan rohani kepada pasien yang ada di ruang ICU. Penelitian ini menunjukkan terdapat dua metode dalam pelaksanaan bimbingan rohani di ruang ICU, pertama metode langsung yaitu cara berkomunikasi petugas bimbingan rohani dengan pasien secara individu ataupun petugas bimbingan rohani berkomunikasi dengan pasien secara massal (metode ini berlaku dalam kondisi tertentu saja). Kedua, metode secara tidak langsung yaitu cara berkomunikasi petugas bimbingan rohani dengan pasien menggunakan audio atau tulisan.¹
2. Khusnul Fatiah, (2009) dalam skripsinya yang berjudul “Model- model Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Kesadaran Pasien Rawat Inap Akan Hikmah Sakit Di Rsi Kendal”. Khusnul Fatiah

¹ Anie Suryanti, *Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di Ruang Icu Rsud Dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga*, (Purwokerto: 2016), hal. 6

mengkaji tentang bimbingan rohani dalam menumbuhkan kesadaran pasien akan hikmah sakit. Hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa hal yang paling penting dalam menumbuhkan kesadaran pada pasien adalah melakukan penanaman pemahaman aqidah yang kemudian berkembang menjadi perilaku yang positif sehingga menimbulkan ketenangan jiwa. Ketenangan jiwa yang di dapatkan akan membuat pasien bisa memahami bagaimana hikmah dari sakit tersebut. Hasil penelitian ini juga menjelaskan tentang proses pemberian bimbingan rohani memiliki dua tujuan yaitu lingkungan rohani dan perilaku fisik.²

3. Nurul Aeni, (2008) dalam skripsinya yang berjudul “Studi Komparatif Model Bimbingan Rohani Dalam Memotivasi Kesembuhan Pasien Di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus Dan Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus”. mengkaji tentang Model Bimbingan Rohani Dalam Memotivasi Kesembuhan Pasien Di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus Dan Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. Hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa pelaksanaan model bimbingan rohani dalam memotivasi kesembuhan pasien di kedua rumah sakit tersebut menggunakan model yang sama, yaitu dengan memperhatikan berbagai macam aspek- aspek spiritual yang bisa membuat para pasien bisa memiliki tingkat kemampuan yang tinggi untuk kesembuhannya, sehingga bisa mempercepat proses kesembuhan. Dalam pelaksanaan memotivasi seorang pasien akan di

² Khusnul Fatiah, *Model- model Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Kesadaran Pasien Rawat Inap Akan Hikmah Sakit Di Rsi Kendal*, (Yogyakarta: 2009), hal. 6

berikan sebuah materi dengan menggunakan metode dan media yang tersedia kepada pasien tersebut yang biasanya akan dilakukan oleh petugas kerohanian. Penyampaian materi tersebut akan membantu pasien merasa tenang, tidak putus asa dan optimis atas kesembuhannya.³

Perbedaan penulis dari ketiga tinjauan penelitian tersebut adalah penelitian ini lebih berfokus terhadap model- model apa saja yang digunakan petugas bimbingan rohani Islam dalam menanamkan kesabaran pasien rawat inap di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Dimulai dari bagaimana bentuk dan cara proses menanamkan kesabaran tersebut.

B. Kerangka Teori

1. Pasien

a. Pengertian Pasien

Pasien menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) adalah orang sakit (yang dirawat dokter) atau penderita (sakit).⁴ Sedangkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 29 Tahun 2004 tentang ketentuan umum pasal 1 menyebutkan bahwa pasien adalah setiap orang yang melakukan konsultasi masalah kesehatannya untuk memperoleh pelayanan kesehatan yang

³ Nurul Aeni, *Studi Komparatif Model Bimbingan Rohani Dalam Memotivasi Kesembuhan Pasien Di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus Dan Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus*, (Semarang: 2008), hal. 7

⁴ Tim Penyusun Kamus, Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, cet. II, tt.), hal.652

diperlukan, baik secara langsung maupun tidak langsung di Rumah Sakit.⁵

Dari pengertian tersebut peneliti menarik kesimpulan bahwa pasien adalah seseorang yang menderita suatu penyakit sehingga perlu melakukan konsultasi kepada dokter dan mendapatkan pelayanan kesehatan dari rumah sakit.

b. Ciri- Ciri Pasien Dalam Menghadapi Sakit

Setiap pasien yang pernah mengalami sakit tentunya memiliki ciri- ciri tertentu tentang bagaimana kondisi pasien yang sedang menghadapi sakit yang dialaminya. Terdapat dua pembagian tentang bagaimana kondisi kondisi pasien yang sedang menghadapi sakit yang dialaminya, yaitu:

1) Ciri- ciri pasien yang menghadapi sakit dengan negatif, yaitu:

a) Berkeluh kesah

Orang sering mengeluh karena sakitnya dan menyesali keadaan dirinya. Ia mengeluh terhadap ketidaknyamanan yang sedang dialaminya, misalnya tentang biaya- biaya yang harus dikeluarkan dan pelayanan- pelayanan yang diterimanya.⁶

5

<http://www.depkes.go.id/resources/download/peraturan/UU%20No.%2044%20Th%202009%20ttg%20Rumah%20Sakit.PDF>

⁶ Panduan Dakwah Rumah Sakit Muhammadiyah/ 'Aisyiyah, *Buku Pendamping Panduan Dakwah Rumah Sakit Muhammadiyah/ 'Aisyiyah*, Majelis Tabligh dan Majelis Pelayanan Kesehatan Umum Pimpinan Pusat Muhammadiyah, (Yogyakarta: 2013), hal. 4

b) Berprasangka buruk kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*

Orang yang berprasangka buruk akan selalu mempertanyakan kenapa Allah *Subhanahu wa ta'ala* memberinya penyakit? Padahal, ia merasa tidak pernah mengabaikan perintah- perintah Allah *Subhanahu wa ta'ala* dan menjauhi larangan- larangan Allah *Subhanahu wa ta'ala*.

c) Berfikir negatif

Orang yang berfikir negatif selalu memikirkan akibat buruk dari sakitnya. Sebagai contoh misalnya: ia selalu merasakan penderitaan atas sakit dan ketidaknyamanan, pekerjaan yang terbengkalai, peluang- peluang yang seharusnya diperoleh menjadi hilang dan penghasilannya berkurang.

d) Berputus asa

Semakin berat sakit yang dirasa dapat menimbulkan keputusan bagi orang yang imannya tipis bahkan orang yang tidak memiliki iman. Padahal Allah *Subhanahu wa ta'ala* melarang hambanya untuk berputus asa dalam keadaan apapun.

Orang yang menghadapi skit dengan cara negatif tidak ada untungnya. Bahkan, sikap yang demikian itu dapat merugikan dirinya sendiri. Allah *Subhanahu wa ta'ala* tidak

akan memberikan ampunan dan kasih sayang-Nya dan ia hanya akan mendapatkan murka dari Allah *Subhanahu wa ta'ala*.⁷

2) Ciri- ciri pasien yang menghadapi sakit dengan positif, yaitu:

a) Bersabar

Bersabar dalam menghadapi sakit adalah menerima dengan ikhlas atas sakit yang dideritanya, sembari melakukan upaya- upaya kesembuhan, melalui pihak- pihak yang berkompeten seperti dokter, klinik dan rumah sakit. Hal ini sebagaimana firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

قُلْ يَا عِبَادِ الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا رَبَّكُمْ ۚ لِلَّذِينَ
أَخْسَدُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَدَةٌ ۗ وَأَرْضُ اللَّهِ
وَاسِعَةٌ ۗ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ
حِسَابٍ

Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang beriman. bertakwalah kepada Tuhanmu". Orang-orang yang berbuat baik di dunia ini memperoleh kebaikan. Dan bumi Allah itu adalah luas. Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah Yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.⁸

Penjelasan tentang ayat diatas bahwa apabila seseorang yang mengerjakan amal shaleh dan mampu bersabar dijalannya maka Allah *Subhanahu wa ta'ala* akan memberikan pahala kebaikan di dunia maupun di akhirat.

⁷ Ibid, hal. 4- 5

⁸ Q.S Az – Zumar’/ 39 : 10

b) Berbaik sangka kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*

Berbaik sangka kepada Allah Subhanahu wa ta'ala dilakukan dengan selalu berfikir positif. Orang yang berbaik sangka kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* sangat yakin bahwa sakitnya adalah salah satu bentuk kasih sayang-Nya. Dia yakin jika sakitnya adalah media Allah *Subhanahu wa ta'ala* untuk mendidiknya agar menjadi lebih pandai dalam bersabar dan bersyukur. Selain itu, ia juga yakin jika sakit yang dialaminya merupakan ujian untuk meninggikan derajat dan sarana pengampun dosaduanya. Oleh sebab itu orang-orang yang berprasangka baik kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* selalu berfikir bahwa di balik sakit yang sedang dialaminya pasti ada hikmahnya tersendiri. Hal ini sebagaimana firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ طَوَّافٍ وَإِنْ تَكُ حَسَدَةً
يُضَاعِفْهَا وَيُؤْتِ مِنْ لَدُنْهُ أَجْرًا عَظِيمًا

Sesungguhnya Allah tidak menganiaya seseorang walaupun sebesar zarah, dan jika ada kebajikan sebesar zarah, niscaya Allah akan melipat gandakannya dan memberikan dari sisi-Nya pahala yang besar.⁹

⁹ Q.S An-Nisa/ 4 : 40

c) Memikirkan hal- hal positif dari sakitnya

Aktivitas keseharian seseorang yang terlalu sibuk seringkali membuatnya mengabaikan hak- hak akan tubuh untuk beristirahat. Dengan begitu capek, maka kondisi tubuhnya tidak mampu lagi bertahan, sehingga ia jatuh sakit. Dalam keadaan sakit, ia dapat memikirkan hal- hal positif atas sakitnya, misalnya:

- (1) Bisa beristirahat dan memberikan hak- hak badan.
- (2) Bisa melakukan introspeksi diri yang selama ini tidak bisa dilakukan karena terlalu sibuk.
- (3) Bisa lebih menghargai kesehatan. Orang yang tidak pernah sakit banyak menganggap keadaan sehat sebagai hal biasa. Karena itu, orang yang sakit akan merasakan betapa nikmatnya sehat. Semakin berat sakitnya, semakin akan semakin terasa betapa nikmatnya sehat.
- (4) Bisa lebih lama bersama dengan orang- orang yang dicintai
- (5) Bisa lebih memikirkan hal- hal positif lainnya yang masih banyak.¹⁰

¹⁰ Panduan Dakwah Rumah Sakit Muhammadiyah/ 'Aisyiyah, *Buku Pendamping Panduan Dakwah Rumah Sakit Muhammadiyah/ 'Aisyiyah*, Majelis Tabligh dan Majelis Pelayanan Kesehatan Umum Pimpinan Pusat Muhammadiyah, (Yogyakarta: 2013), hal. 5- 6

d) Tawakkal atau berserah diri

Tawakkal atau berserah diri kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* adalah suatu upaya mencari kesembuhan dengan sebaik- baiknya dan menyerahkan hasilnya kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*. apapun ketetapan yang Allah *Subhanahu wa ta'ala* berikan, maka itulah yang menjadi keputusan yang paling baik bagi hambanya. Hal ini sebagaimana firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۗ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى
 اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ۗ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ
 لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

Dan memberinya rezeki dari arah yang tiada disangka-sangkanya. Dan barangsiapa yang bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan yang (dikehendaki)Nya. Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu.¹¹

Penjelasan tentang ayat diatas bahwa apabila seseorang telah bertawakkal kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* maka Allah *Subhanahu wa ta'ala* akan memberika ganjaran berupa berkecukupan untuk keperluan hambanya.¹²

¹¹ Q.S At- Talaq' / 65 : 3

¹² Ibid, hal. 6- 7

2. Kesabaran

a. Pengertian Sabar

Kata sabar berasal dari Bahasa Arab yang berupa isim masdar dari kata *صَبَح-يَصْبِر* yang berarti al – Habs, yang artinya menahan. Apabila seseorang mampu menahan dari sesuatu itulah yang dinamakan sabar.¹³

Dalam kamus bahasa Indonesia (KBBI) sabar diartikan sebagai tahan menghadapi cobaan (tidak lekas marah, tidak lekas putus asa, tidak lekas patah hati). Dalam hal ini sabar sama artinya dengan tabah.¹⁴

Adapun secara terminologi para ahli mengartikan kata sabar dengan bermacam pengertian sebagaimana di ungkapkan oleh al-Maraghi, sabar adalah ketabahan hati dalam menanggung berbagai macam kesulitan sebagai upaya mencegah perbuatan- perbuatan yang tidak di sukai dan dalam rangka melaksanakan ibadah, serta ketabahan dalam menjauhi perbuatan- perbuatan maksiat.¹⁵

Selain itu, secara terminologi sabar juga dapat diartikan sebagai kemampuan dalam menahan diri untuk tidak berkeluh

¹³ Imam Abi al- Fadl Jammaludin Muhammad bin MukarramIbn Manzur al- Ifriqi al- Misri, *Lisan al- Arab*, (Beirut, Dar, Juz IV, cet I, 1995), hal. 348.

¹⁴ Tim Penyusun Kamus, Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, cet. II, tt.), hal.763

¹⁵ Ahmad Musthofa al- Maraghi, *Tafsir- Maraghi*, Tejm. Bahrun Abu Bakar, dkk., (Semarang: Toha Putra, cet. II, 1992), Juz. XXII, hal. 10

kesah, mencegah lisan untuk tidak merintih dan menghalangi untuk tidak melukai anggota tubuh.¹⁶

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian sabar secara umum adalah sikap mampu menahan diri dari keluh kesah saat mendapatkan cobaan yang diberikan Allah *Subhanahu wa ta'ala*. Menahan diri bisa dilakukan dengan cara mendekatkan diri kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* dan selalu berusaha menjauhkan diri dari larangan yang di perintahkan Allah *Subhanahu wa ta'ala*, sehingga apabila seseorang mampu menahan diri dari keluh kesah saat mendapatkan cobaan, maka dia akan selalu merasakan ketenangan di dalam hatinya. Hal ini dikarenakan dia paham bahwa Allah *Subhanahu wa ta'alalah* yang memberikan cobaan dan yang memberikan penawar dari cobaan tersebut.

b. Unsur- Unsur Sabar

Menurut Imam Al- Ghazali ada tiga unsur kesabaran diantaranya:

1) Unsur ma'rifah (ilmu)

Unsur ma'rifah (ilmu) adalah suatu unsur pengetahuan bahwa sabar itu mengandung faedah dalam agama islam dan memberi manfaat bagi seseorang yang menghadapi sebuah masalah di dalam kehidupannya.

¹⁶ M. Bani Mulyanto, *Kisah Nabi Ayyub Dalam Al- Quran*, (Yogyakarta: 2008), hal. 74

2) Unsur hal ihwal (keadaan)

Unsur Hal Ihwal adalah Unsur yang akan membuahkan amal perbuatan atas dasar kepemilikan hati, kepemilikan hati ini tergantung dari bagaimana seseorang melihat suatu manfaat tentang sabar dan sebaliknya bagaimana mudhorotnya apabila kita tidak bisa bersabar.

3) Unsur amal perbuatan

Unsur amal perbuatan adalah unsur tingkah laku atau perilaku yang ditimbulkan oleh unsur- unsur kesabaran yang sebelumnya.¹⁷

c. Bentuk- Bentuk Sabar

Di dalam Al- Quran banyak sekali aspek bentuk- bentuk kesabaran yang dirangkum dalam dua hal yaitu menahan diri dari yang disukai dan menahan diri dari yang tidak disukai. Dalam Al- Quran sudah dirincikan bentuk- bentuk kesabaran diantaranya:¹⁸

1) Sabar Menerima Cobaan

Semua manusia tentu tidak terlepas dari cobaan dari Allah *Subhanahu wa ta'ala* , baik berupa fisik maupun non fisik. Cobaan disini bisa berupa kehilangan benda, kelaparan, kehausan, sakit, kehilangan orang yang dicintai, dan kerugian

¹⁷ Al-Ghazali, *Ihya'Ulumuddin*, (Beirut: Libanon, Darul Kitab, t.t), hal. 65

¹⁸ Yusuf Qardawi, *Al- Quran menyuruh Kita Bersabar*,(Jakarta: Gema Insani Press, 1989), hal. 39- 53

dalam hal harta benda. Cobaan yang kita rasakan ini bersifat alamiah, tidak ada seorangpun yang dapat menghindari cobaan yang di berikan Allah *Subhanahu wa ta'ala*. Manusia hanya bisa menghadapinya dengan tabah, ikhlas, dan juga ikhtiar. Sebagaimana dalam firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالنَّمَرَاتِ وَبَشِيرٍ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾
الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾
أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ
وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

Dan pasti kami akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah- buahan (155). Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang- orang yang sabar (156). (yaitu) orang- orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata “inna lillahi wa inna ilaihi raji’un (sesungguhnya kami milik Allah *Subhanahu wa ta'ala* dan kepada-Nyalah kami kembali) (157).

Maka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhannya, dan mereka itulah orang- orang yang mendapat petunjuk.¹⁹

Adapun contoh yang dapat kita ambil sebagai pelajaran tentang bagaimana sabar dalam menerima cobaan, yaitu dari sosok Nabi Ayyub. “Pada mulanya Ayyub alaihis salam adalah seorang lelaki yang memiliki banyak harta, berupa tanah yang

¹⁹ Q.S Al – Baqarah/ 2 : 155-157

luas, hewan ternak dan kambing. Nabi Ayyub tinggal di Tsaniyah, Huran, yang terletak di negeri Syam. Ibnu Asakir berkata, “Semua lahan yang luas itu adalah miliknya. Kemudian, Allah *Subhanahu wa ta’ala* menguji dirinya dengan kehilangan semua harta tersebut. Dia diuji dengan berbagai macam ujian yang menimpa tubuhnya. Hal ini mengakibatkan seluruh tubuhnya terkena penyakit kecuali hati dan lisannya. Dia selalu berzikir dengan kedua indra tersebut, bertasbih kepada Allah *Subhanahu wa ta’ala* siang dan malam, pagi dan sore.

Seluruh temannya merasa jijik terhadapnya dan sahabat karibnya menjadi tidak tenang dengannya. Setiap orang merasa jijik dengannya baik kerabat atau teman jauh. Akhirnya dia diasingkan pada sebuah tempat pembuangan sampah di luar kota tempat tinggalnya. Tidak ada yang menemaninya kecuali seorang istrinya, yang selalu menjaga hak-haknya dan membalas budi baik yang pernah dilakukan terhadap dirinya. Atas dasar dorongan rasa belas kasihan padanya, dia bekerja untuk mendapat upah dari orang lain. Lalu dia membelikannya makanan dengan upah tersebut, diikuti oleh rasa sabar untuk melepas semua harta dan anak. Istri Nabi Ayyub bersabar dengan penyakit yang diderita oleh suaminya dalam

kenikmatan dan kehormatan yang pernah disandangnya. *Inna Lillahi Wa Inna Ilaihi Roji'un.*

Sebelumnya telah dijelaskan bahwa sang istri bekerja kepada orang lain demi mendapat upah yang digunakan untuk membeli makanan bagi Ayyub alaihis salam. Lalu masyarakat tidak lagi membutuhkannya karena mereka mengetahui bahwa wanita itu adalah istri Ayyub. Mereka takut jika terkena penyakit Nabi Ayyub atau tertular dengan penyakit melalui interaksi secara langsung dengan sang istri. Akhirnya dia tidak menemukan seorangpun yang bisa memberinya pekerjaan yang mendatangkan upah. Lalu dia pergi menuju orang-orang yang kaya dan menggadaikan kepang rambutnya dengan dengan makanan yang banyak lalu makanan itu dibawanya kepada Ayyub dan Ayyub berkata, “Dari 5 manakah engkau mendapatkan makanan ini?. Dan dia marah kepadanya. Sang istri menjawab, “Aku telah bekerja pada banyak orang dan mendapatkan upah. Lalu pada keesokan hari dia tidak menemukan seorangpun yang meminta dia untuk bekerja, hingga pada akhirnya dia kembali menjual belahan kepangan rambut yang kedua lalu membeli makanan. Namun Ayyub tetap mengingkari, bahkan dia bersumpah bahwa dirinya tidak mau memakan makanan ini sehingga sang istri memberitahukan dari

manakah dia memperoleh makanan ini.²⁰ Akhirnya sang wanita membuka kerudung yang menutupi kepalanya, lalu pada saat dia melihat rambut istrinya telah tercukur rata dia berdo'a:

وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ (٨٣)

Dan (ingatlah kisah) Ayub, ketika dia berdoa kepada Tuhannya, "(YaTuhanku), sungguh, aku telah ditimpa penyakit, padahal Engkau Tuhan Yang Maha Penyayang dari semua yang penyayang.²¹

Dan Allah *Subhanahu wa ta'ala* mendatangkan pertolongan -Nya kepadanya:

ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ (٤٢)

Hantamkanlah kakimu; inilah air yang sejuk untuk mandi dan untuk minum.²²

Maksud ayat di atas adalah Pukullah bumi ini dengan kakimu. Maka diapun melaksanakan perintah Tuhan -Nya, lalu Allah *Subhanahu wa ta'ala* memancarkan mata air yang dingin, dan Dia memerintahkan kepadanya agar dia mandi dan minum dari air tersebut, kemudian Allah *Subhanahu wa ta'ala* menghilangkan semua penyakit dan penderitaan yang menimpa tubuhnya baik yang lahir atau batin, dan Allah *Subhanahu wa ta'ala* menggantikannya dengan kesehatan yang sempurna baik lahir dan batin serta harta yang banyak sehingga limpahan harta menghujani dirinya, belalang-belalang dari emas".

²⁰M. Bani Mulyanto, *Kisah Nabi Ayyub Dalam Al- Quran*, (Yogyakarta: 2008), hal. 43-47

²¹ Q. S. Al- Anbiya' / 21 : 83

²² Q. S. Shad' / 38 : 42

Dari cerita Nabi Ayyub diatas dapat disimpulkan bahwa Nabi Ayyub adalah seorang Nabi yang di uji oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala* melalui kesabarannya dalam menerima cobaan. Cobaan yang dilalui oleh Nabi Ayyub sangat tidak mudah, Allah *Subhanahu wa ta'ala* memberikan suatu penyakit kulit yang sangat berat. Selain itu Allah juga menguji Nabi Ayyub tidak hanya dengan penyakit kulit akan tetapi Nabi Ayyub diuji atas kehilangan harta kekayaanya dan terpisah dari anak- anaknya. Disaat Nabi Ayyub sakit tidak ada seorangpun yang mau mendampingiya untuk merawat Nabi Ayyub kecuali istrinya, istrinya yang setia mendampingi Nabi Ayyub disaat Nabi Ayyub sakit. Selama Nabi Ayyub sakit istrinya adalah yang selalu selalu bersabar dalam melayani semua keperluan Nabi Ayyub dan istri Nabi Ayyubpun hanya berharap pahala dari Allah *Subhanahu wa ta'ala* atas apa yang dikakukannya sehingga Allah *Subhanahu wa ta'ala* menghapuskan segala cobaan yang menimpa suaminya.

Nabi Ayyub pun memiliki kekuatan kesabaran yang sangat luar biasa. Hal ini dibuktikan dari sikap Nabi Ayyub atas sakit yang dideritanya beliau tidak pernah mengeluh atas sakit yang menimpanya baik secara hati, lisan, maupun sikap. Akan tetapi, malah sebaliknya yaitu sabar dan mengembalikan rasa sakit tersebut kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* karena Allah

Subhanahu wa ta'ala yang memberikan cobaan dan Allah pula yang memberikan pertolongan. Nabi Ayyub meyakini dengan hati, lisan, dan sikapnya bahwa apabila seseorang yang mau bersabar atas suatu sakit yang dideritanya maka Allah *Subhanahu wa ta'ala* akan mengabulkan doa- doa yang dipanjatkannya orang tersebut.

2) Sabar dari Keinginan Hawa Nafsu

Segala kemegahan di dunia, kebahagiaan didalam hidup, dan kenikmatan di dalam hidup adalah bagian dari hawa nafsu yang di miliki manusia. Dalam mengendalikan hawa nafsu yang kita miliki manusia haruslah senantiasa bersikap sabar dalam mengendalikan segala hawa nafsu yang dimilikinya. Di dalam Al- Quran juga sudah dijelaskan bawa jangan sampai harta bendamu dan anak- anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah *Subhanahu wa ta'ala*. Sebagaimana dalam firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿٩﴾

Artinya : Wahai orang- orang yang beriman! Janganlah harta bendamu dan anak- anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah *Subhanahu wa ta'ala*. Dan barang siapa yang berbuat demikian, maka mereka itulah orang- orang yang rugi.²³

²³ Q.S. Al- Munafiqun/ 63 : 9

Adapun pelajaran yang dapat kita ambil tentang bagaimana sabar dari keinginan hawa nafsu, yaitu dari sosok Nabi Yusuf. Nabi Yusuf adalah putra Ya'qub Ibn Ishaq Ibn Ibrahim as. Ibunya adalah Rahil, salah seorang dari tiga istri Nabi Ya'qub as. Ibunya meninggal ketika adiknya, Benyamin, dilahirkan sehingga ayahnya mencurahkan kasih sayang yang besar kepada keduanya melebihi kasih sayang pada kakak-kakaknya. Nabi Yusuf adalah seorang hamba yang saleh dan memiliki kelebihan dalam mengetahui takwil dari sebuah mimpi, beliau melewati segala macam cobaan dalam kehidupannya. Cobaan dimulai dari saudaranya yang iri terhadap Nabi Yusuf lalu membuang Nabi Yusuf dengan cara memasukkan Nabi Yusuf kedalam dasar sumur, sampai dengan Nabi Yusuf digoda oleh Zulaikha istri dari tuan Al- Aziz.

Zulaikha adalah seorang istri raja yang memiliki ketertarikan kepada Nabi Yusuf karena Nabi Yusuf memiliki kepribadian yang baik, memiliki kepandaian serta paras yang sangat rupawan. Ketertarikan Zulaikha terhadap Nabi Yusuf membuat zulaikha ingin membuat Nabi Yusuf tunduk terhadap dirinya. Zulaikha ingin menyerahkan dirinya terhadap Nabi Yusuf agar Zulaikha juga menguasai diri Nabi Yusuf, sehingga mendorong Zulaikha untuk berdandan demi Nabi Yusuf yang sangat dikaguminya. Zulaikha mengunci pintu-pintu dan menyerahkan

dirinya kepada Nabi Yusuf. Lalu berkata, “Kemarilah!” Yusuf menolaknya sekuat tenaga dan berkata, “Aku berlindung kepada Allah *Subhanahu wa ta’ala*. Sesungguhnya tuanku telah memperlakukan aku dengan baik.” Sesungguhnya suamimu adalah tuanku yang telah memperlakukan aku dengan baik dan memberikanku tempat tinggal. Maka aku tidak akan membalasnya dengan berbuat *fahiyah* kepada istrinya.²⁴

Dari cerita Nabi Yusuf diatas dapat disimpulkan bahwa Nabi Yusuf adalah seorang Nabi yang di uji oleh Allah *Subhanahu wa ta’ala* melalui kesabarannya dari keinginan hawa nafsu, melalui wanita yang bernama zulaikha yang selalu saja menggoda Nabi Yusuf dengan berbagai cara. Akan tetapi Nabi Yusuf tetap sabar dalam ujian tersebut dengan tetap mengingat Allah dan berdoa disetiap godaan yang datang kepadanya, meski pada akhirnya Nabi Yusuf dimasukkan kedalam penjara dengan tuduhan menggoda istri majikannya akibat diputar balikkan fakta yang ada.

3) Sabar Dalam Taat Kepada Allah *Subhanahu wa ta’ala*

Beribadah kepada Allah *Subhanahu wa ta’ala* memelurkan juga kesabaran dlam melaksanakan apa yang diperintahkan- Nya

²⁴ Amalia Khasanah, *Studi Analisis Tentang Nilai- Nilai Pendidikan Akhlak Dalam Kisah Nabi Yusuf*, (Jepara: 2015), hal. 66-67

dan menaati apa yang diperintahkan- Nya. Sebagaimana dalam firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا فَاعْبُدْهُ وَاصْطَبِرْ لِعِبَادَتِهِ هَلْ تَعْلَمُ لَهُ
سَمِيًّا ﴿٦٥﴾

Artinya: (Dialah) Tuhan (yang menguasai) langit dan bumi dan segala yang ada diantara keduanya, maka sembahlah dia dan berteguh hatilah dalam beribadah kepada- Nya. Apakah engkau mengetahui ada sesuatu yang sama dengan.²⁵

Adapun contoh yang dapat kita ambil sebagai pelajaran tentang bagaimana sabar dalam taat kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*. Yaitu dari sosok Nabi Ismail dan Nabi Ibrahim. Nabi Ismail adalah putra dari Nabi Ibrahim AS dari Hajar dan merupakan seorang Rasul dari para Rasul Allah yang diberi keistimewaan oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala*, keistimewaan yang dimiliki oleh Nabi Ismail yaitu berupa sifat sabar yang sangat luar biasa dan patuh terhadap kedua orang tua. Saat Nabi Ismail kecil. Nabi Ibrahim di perintahkan oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala* untuk mengorbankan putranya, sebagai ujian bagi Nabi Ibrahim. Nabi Ibrahim adalah Nabi yang memiliki kesabaran yang sangat luar biasa dalam mematuhi apa yang diperintahkan Allah *Subhanahu wa ta'ala*.

Sewaktu Nabi Ismail masih kecil ternyata Nabi Ismail juga memiliki sifat yang sama seperti ayahnya yaitu memiliki sifat sabar yang sangat luar biasa, hal ini di buktikan dari bersedianya

²⁵ Q.S. Maryam/ 19 : 65

Nabi Ismail disembelih oleh ayahnya sendiri yaitu Nabi Ibrahim sebagai tanda ketaatannya kepada ayahnya. Saat Nabi Ibrahim ingin menyembelih anaknya yaitu Nabi Ismail Allah *Subhanahu wa ta'ala* mengganti Nabi Ismail dengan seekor domba, hal ini karena Allah *Subhanahu wa ta'ala* memuji atas kesabarannya dalam mematuhi apa yang diperintahkan Allah *Subhanahu wa ta'ala*.²⁶

Dari cerita Nabi Ismail dan Nabi Ibrahim diatas dapat disimpulkan bahwa Nabi Ismail dan Nabi Ibrahim adalah seorang Nabi yang di uji oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala* melalui kesabarannya dalam menaati apa yang diperintahkan-Nya. Bukti dari kesabaran Nabi Ismail juga telah tertulis jelas sebagaimana dalam firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

وَإِسْمَاعِيلَ وَإِدْرِيسَ وَذَا الْكِفْلِ كُلٌّ مِنَ الصَّابِرِينَ ﴿٨٥﴾

Artinya: Dan (ingatlah kisah) Ismail, Idris dan Dzulkifli. Semua mereka termasuk orang-orang yang sabar.²⁷

4) Sabar Dalam Berdakwah

Berdakwah merupakan jalan yang sangat berat dilaluinya karena dalam berdakwah kita harus bisa melalui medan yang berliku- liku dalam menghadapinya. Dan apabila seseorang yang berdakwah melalui medan yang berliku- liku tersebut

²⁶ Yuvi Nur Rohmad, *Menggali Pendidikan Karakter Dari Kisah- Kisah di Dalam Al- Quran Dan Hadists*, (Malang: 2016), hal. 94-98

²⁷ Q. S. Al- Anbiya' / 21: 85

maka dia harus memiliki kesabaran atas cobaan dalam berdakwah. Sebagaimana dalam firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأَصْبِرْ عَلَىٰ مَا
 أَصَابَكَ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ ﴿١٧﴾

Artinya : Wahai anakku! Laksanakanlah shalat dan suruhlah manusia berbuat yang ma'ruf dan cegahlah mereka dari yang mungkar dan bersabarlah terhadap apa yang menimpamu, sesungguhnya yang demikian itu termasuk perkara yang penting.²⁸

Adapun contoh yang dapat kita ambil sebagai pelajaran tentang bagaimana sabar dalam berdakwah, yaitu dari sosok Nabi Nuh. Nabi Nuh adalah anak dari Lamak bin Metusylah bin Akhnukh, yaitu Idris. Nuh as, mempunyai empat orang putra, mereka adalah Sam, Harn, Yafith dan Kan'an. Kan'an adalah putra Nabi Nuh yang tenggelam dalam taufan (badai) karena dia tidak mau mengikuti seruan ayahnya. Dia adalah anak yang ingkar dan kafir sehingga dia tidak berhasil menyelamatkan diri dari banjir yang menenggelamkan seluruh umat Nabi Nuh as yang kafir. Kehidupan Nabi Nuh, memiliki kehidupan yang penuh dengan penderitaan. Nabi Nuh adalah Rasul yang paling panjang usianya dan paling gigih perjuangannya. Nabi Nuh hidup dalam masa yang sangat panjang dan hidup beratus-ratus tahun lamanya. Hidup di tengah kaumnya 950 tahun, memberi peringatan dan nasihat kepada kaumnya yang menyembah

²⁸ Q.S Luqman' / 31 : 17

patung-patung berhala yang dibuat oleh tangan-tangan mereka sendiri disembahnya sebagai Tuhan-Tuhan yang dapat membawa kebaikan dan manfaat serta menolak segala kesengsaraan dan kemalangan, serta menyeru mereka ke jalan Allah *Subhanahu wa ta'ala*.

Nabi Nuh , menarik perhatian kaumnya agar melihat alam semesta yang diciptakan oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala*, berupa langit dengan matahari, bulan dan bintang-bintang yang menghiasinya, bumi dengan kekayaan yang ada di atas dan di bawahnya, berupa tumbuh-tumbuhan dan air yang mengalir yang memberi kenikmatan hidup kepada manusia, pergantian malam menjadi siang dan sebaliknya yang kesemua itu menjadi bukti dan tanda nyata akan adanya keesaan Tuhan yang harus disembah dan bukan berhala-berhala yang mereka buat dengan tangan mereka sendiri. Di samping itu Nabi Nuh as, juga memberitakan kepada mereka bahwa akan ada ganjaran yang akan diterima oleh manusia atas segala amalannya di dunia yaitu surga bagi amalan kebajikan dan neraka bagi segala pelanggaran terhadap perintah agama yang berupa kemungkaran dan kemaksiatan. Siang malam Nabi Nuh tetap melakukan dakwahnya, Sebagaimana dalam firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

قَالَ رَبِّ إِنِّي دَعَوْتُ قَوْمِي لَيْلًا وَنَهَارًا ﴿٥﴾ فَلَمْ يَزِدْهُمْ دُعَائِي إِلَّا فِرَارًا ﴿٦﴾

وَإِنِّي كُلَّمَا دَعَوْتُهُمْ لِتَغْفِرَ لَهُمْ

جَعَلُوا أَصَابِعَهُمْ فِي آذَانِهِمْ وَاسْتَعْصَمُوا بِئَابِهِمْ وَأَصْرُوا وَاسْتَكْبَرُوا
اسْتِكْبَارًا ﴿٧﴾

ثُمَّ إِنِّي دَعَوْتُهُمْ جَهَارًا ﴿٨﴾

ثُمَّ إِنِّي أَعْلَنْتُ لَهُمْ وَأَسْرَرْتُ لَهُمْ إِسْرَارًا ﴿٩﴾

فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا ﴿١٠﴾

Artinya : Nuh berkata, " Ya Tuhanku, Sesungguhnya aku telah menyeru kaumku malam dan siang, maka seruanmu itu hanyalah menambah mereka lari (dari kebenaran). Dan Sesungguhnya setiap kali aku menyeru mereka (kepada iman) agar Engkau mengampuni mereka. mereka memasukkan anak jari mereka ke dalam telinganya dan menutupkan bajunya (ke mukanya) dan mereka tetap (mengingkari) dan menyombongkan diri dengan sangat. Kemudian Sesungguhnya aku telah menyeru mereka (kepada iman) dengan cara terang-terangan, kemudian Sesungguhnya aku (menyeru) mereka (lagi) secara terbuka dan dengan diam-diam, maka aku berkata (kepada mereka), 'Mohonlah ampunan kepada Tuhanmu,' sesungguhnya Dia adalah Maha Pengampun.²⁹

Akan tetapi semua itu tidak pernah didengarkan oleh para kaumnya sampai pada akhirnya Allah *Subhanahu wa ta'ala* memerintahkan agar Nabi Nuh membuat kapal karena Allah *Subhanahu wa ta'ala* akan menurunkan azab berupa badai yang akan menenggelamkan seluruh orang-orang yang ada disana kecuali orang-orang yang beriman. Dan pada saat Nabi Nuh membuat kapal banyak sekali cacian maki dari orang-orang

²⁹ Q. S. Nuh' / 71 : 5-10

yang menyembah berhala tersebut termasuk juga didalamnya istri Nabi Nuh yang menganggap Nabi Nuh gila.³⁰

Dari cerita Nabi Nuh diatas dapat disimpulkan bahwa Nabi Nuh adalah seorang Nabi yang di uji oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala* melalui kesabarannya dalam berdakwah. Kesabaran dalam berdakwah Nabi Nuh dimulai dari kaumnya sendiri yang menyembah berhala berupa patung- patung tersebut, mereka menyembah patung- patung tersebut berharap akan mendapatkan kebaikan dan perlindungan dari orang- orang yang jahat. Kaum Nabi Nuh selalu saja membantah dan mendebat apa yang diajarkan oleh Nabi Nuh. Ketika Nabi Nuh selalu saja mendapat tantangan dari kamumnya tersebut, Nabi Nuh pernah merasakan hilangnya harapan untuk menyeru ajaran Islam yang dibawanya. Sebagaimana dalam firman Allah *Subhanahu wa ta'ala* sebagai berikut:

وَأُوحِيَ إِلَىٰ نُوحٍ أَنَّهُ لَنْ يُؤْمِنَ مِنْ قَوْمِكَ إِلَّا مَن قَدْ آمَنَ فَلَا تَبْتَئِسْ
بِمَا كَانُوا يَفْعَلُونَ ﴿٣٦﴾

Artinya: Dan diwahyukan kepada Nuh, “Ketahuilah, tidak akan beriman di antara kaummu, kecuali orang yang benar-benar beriman (saja), karena itu janganlah engkau bersedih hati tentang apa yang mereka perbuat.³¹

³⁰ Yovi Nur Rohman, *Nilai- Nilai Pendidikan Islam Berbasis Kisah Nabi Nuh AS Di Dalam AL-Quran Menurut Para Musafir*, (Malang: 2016), hal. 49-50

³¹ Q.S Hud'/ 11 : 36

Pada saat ayat diatas turun maka Nabi Nuh paham bahwa memang benar wahyu yang diturunkan kepadanya telah ditetapkan kalau tidak ada seorangpun yang akan beriman lagi, dimana hati mereka telah di tutup dan dikunci sehingga mereka tidak dapat lagi patuh kepada keimanan. Sampai pada akhirnya Allah memerintahkan Nabi Nuh untuk membuat kapal, agar orang- orang yang mau mengikuti ajaran Nabi Nuh bisa selamat dari badai dengan menaiki kapal tersebut.

Akan tetapi tidak ada satupun kaum Nabi Nuh yang mau mengikuti ajaran yang dibawa Nabi Nuh, termasuk anak-anaknya dan istrinya yang menyebutkan bahwa Nabi Nuh gila juga tidak mau mengikuti apa yang diperintahkan Nabi Nuh sehingga anak- anak Nabi Nuh masuk kedalam golongan orang-orang yang kafir.

5) Sabar Dalam Pergaulan

Kesabaran dalam pergaulan kehidupan kita sehari- hari bisa kita lihat dari seberapa cepat kita bisa meredam amarah kita ketika kita tidak menyukai seseorang yang menurut kita dia adalah orang yang menjengkelkan. Misalnya antar tetangga, suami dan istri, anak dan orang tua, kakek dan nenek. Pada zaman sekarangpun banyak sekali pergaulan anak muda yang tidak mencerminkan etika baik dalam pergaulan misalnya

dengan berboncengan dan berpelukan dengan lawan jenis diatas motor yang bukan muhrimnya.

3. Bimbingan Rohani Islam

a. Pengertian Bimbingan Rohani Islam

Arti bimbingan dari segi Bahasa Inggris yaitu berasal dari kata “ *guidance*” atau kata dasarnya “ *to guide*” yang artinya menunjukkan, membimbing atau menuntun orang lain kejalan yang benar. Jadi yang dimaksud *guidance* tersebut adalah pemberian petunjuk, pemberian bimbingan atau tuntunan kepada orang lain yang membutuhkannya.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia bimbingan adalah hasil membimbing atau penjelasan tentang tata cara mengerjakan sesuatu.³²

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang, baik anak-anak, remaja maupun dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.³³

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian bimbingan secara umum adalah suatu proses pemberian

³² Meity Taqdir Qodratilan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2011), hal. 53

³³ Baidi Bukhori, *Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 5. No. 1, 2014, hal. 9

bantuan dari seseorang kepada orang lain agar mampu mengembangkan potensi atau kemampuan yang dimilikinya kepada orang lain.

Sedangkan arti rohani dari Bahasa Arab dari kata روحانى yang artinya adalah mental.³⁴ Menurut Thohari Musnamar mendefinisikan bimbingan rohani islam sebagai “ proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah *Subhanahu wa ta'ala* sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat.³⁵

Bimbingan kerohanian Islam adalah proses pemberian bantuan pada pasien dan keluarganya yang mengalami kelemahan iman/spiritual karena dihadapkan pada ujian kehidupan yang berupa sakit dan berbagai problematika yang mengiringinya agar mereka mampu menjalankan ujian tersebut sesuai dengan tuntunan ajaran Islam.³⁶

Sedangkan pengertian bimbingan rohani menurut rumah sakit adalah suatu bentuk layanan yang diberikan rumah sakit kepada pasien agar para pasien bisa mendapatkan rasa kesabaran,

³⁴ Jumiati, *Studi Komperatif Pelaksanaan Bimbingan Rohani Terhadap Pasien Di RSU PKU Muhammadiyah Dan Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta*, (Yogyakarta: 2002), hal. 9

³⁵ Thohari Musnamar, *Dasar- Dasar Konseptual Bimbingan Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1995), hal. 5

³⁶ Zalussy Debby Styana, Yuli Nurkhasanah, Ema Hidayanti, *Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih*, Vol. 36, No.1, 2016, hal. 49

ketenangan, keikhlasan dalam menghadapi suatu penyakit yang sedang di deritanya.

Sehingga dari pengertian diatas bisa di pahami bahwa bimbingan rohani Islam secara umum adalah sebuah proses pemberian bimbingan atau tuntutan kepada pasien yang sedang mengalami suatu penyakit, dengan cara mengembalikan manusia kepada fitrahnya agar bisa hidup dalam kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

b. Dasar Bimbingan Rohani Islam

Sumber pokok dalam ajaran agama Islam yaitu adalah Al-Quran karena Al- Quran merupakan sebuah arahan atau petunjuk dalam menjalankan kehidupan di muka bumi ini. Dalam mendapatkan sebuah petunjuk tentunya manusia memiliki dasar dalam melakukan suatu perbuatan tertentu. Hal tersebut sama dengan halnya bimbingan rohani islam, bimbingan rohani Islam pun juga memiliki beberapa dasar di dalamnya, karena dasar merupakan titik berat dalam melakukan suatu tujuan yang ingin di capai. Al-Quran dan hadis menjadi dasar landasan di dalam sebuah tujuan, konsep maupun gagasan di dalam bimbingan rohani.. Adapun dasar bimbingan rohani Islam terdapat dalam Al-Qur'an dan hadis diantara yaitu:

1) Q. S Ali- Imran ayat 104

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ
وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Artinya: Dan hendaklah diantara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'rif dan mencegah dari yang mungkar, merekalah orang-orang yang beruntung.³⁷

2) Q. S Yunus ayat 57

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى
وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

Artinya : Hai manusia sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari tuhanmu dan penyembuh dari penyakitpenyakit (yang berasal) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.³⁸

3) Q. S Al- Isra ayat 82

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا
خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya : Dan kami turunkan dari Al- Qur'an (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang dzalim (Al- Qur'an itu) hanya akan menambah kerugian.³⁹

Maksud dari ayat diatas tersebut adalah bahwa segala apapun penyakit yang ada akan di sembuhkan oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala*, maka selain dengan berusaha menggunakan obat- obatan medis manusia juga di anjurkan untuk berikhtiar dan berdoa atas segala usaha yang telah di capai. Dan juga menjadikan Al- Quran sebagai penawar sakit atas penyakit yang dideritanya.

Dengan demikian metode bimbingan rohani Islam tersebut sangatlah sesuai di gunakan pada situasi dan kondisi psikologi pada pasien yang sedang menderita suatu penyakit. Dengan berlandaskan Al –Quran dan hadis, maka kita akan berjalan ke arah yang benar

³⁷ Q. S. Ali- Imran'/ 3 : 104

³⁸ Q. S. Yunus'/ 10 : 57

³⁹ Q. S. Al- Isra'/ 17 : 82

sehingga kita bisa mendapatkan kebahagiaan di dunia maupun diakhirat.

c. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Rohani Islam

1) Tujuan Bimbingan Rohani Islam

Tujuan bimbingan rohani adalah untuk memberikan bantuan kepada orang lain berupa nasihat, pendapat, atau petunjuk agar dirinya mampu menyembuhkan penyakit yang bersarang di dalam jiwanya. Menurut Ahmad Watik Praktiknya dan Abdul Salam M. Sofro bimbingan rohani tersebut terdapat beberapa tujuan tertentu diantaranya :

- a) Memberikan pemahaman kepada pasien agar bisa mengerti dan menerima cobaan yang sedang di hadapi dengan ikhlas.
- b) Membantu memberikan solusi dari masalah pasien yang sedang menderita gangguan mental diakibatkan dari sakit yang di deritanya.
- c) Memberikan pengertian dan bimbingan penderita dalam melaksanakan kewajiban harian yang dikerjakan dalam batasan kemampuannya.
- d) Segala perawatan dan obat- obatan yang di dapatkan di lakukan dengan berpedoman dengan tuntunan agama.

- e) Berperilaku secara baik sesuai dengan kode etik kedokteran dan tuntunan agama.⁴⁰

Menurut Aunur Rahim Faqih tujuan bimbingan rohani

Islam itu sendiri adalah :

- a) Membantu klien untuk mengembangkan pemahaman diri sendiri sesuai dengan kecakapan, minat, pribadi, dan kesempatan yang ada.
- b) Membuat proses sosialisasi dan sensitivitas kepada kebutuhan orang lain.
- c) Memberi dorongan didalam mengarahkan diri, pemecahan masalah, pengembalian keputusan dalam keterlibatan diri dalam masalah yang ada.
- d) Mengembang nilai dan sikap menyeluruh serta perasaan sesuai dengan penerimaan diri.
- e) Membantu didalam memahami tingkah laku manusia.
- f) Membantu klien untuk hidup didalam kehidupan yang seimbang dalam berbagai aspek, fisik, mental dan sosial.⁴¹

Betapa pentingnya tujuan bimbingan rohani Islam terhadap pasien yang membutuhkan motivasi diri dalam bidang aspek spiritual keagamaan agar bisa menumbuhkan sikap ikhlas,

⁴⁰,Ahmad Watik Praktiknya dan Abdul Salam M. Sofro, *Islam, Etika, dan Kesehatan*, (Jakarta: CV Rajawali, 1985), hal. 261

⁴¹ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: VII Press, 2001), Cet. ke-2, hal. 54

tawakkal dan sabar pada diri seorang pasien dalam menghadapi segala penyakit yang dideritanya. Aspek spiritual keagamaan yang bisa kita lakukan sebagai pembimbingan rohani Islam terhadap pasien misalnya dengan mengajak pasien berdzikir, sholat, dan berdoa.⁴²

2) Fungsi Bimbingan Rohani Islam

Setiap manusia yang hidup di muka bumi ini pernah merasakan yang namanya suatu permasalahan baik itu permasalahan yang besar maupun yang kecil. Tidak semua permasalahan yang kita alami bisa kita selesaikan dengan sendirinya, terkadang kita juga membutuhkan orang lain dalam membantu permasalahan yang kita alami, apalagi berkaitan dengan yang namanya sakit. Apabila ada seseorang yang sakit maka terkadang mereka mengalami gangguan mental atas sakit yang di deritanya, disinilah kita memerlukan sosok seorang pembimbing rohani Islam agar kita bisa mengobati gangguan mental tersebut. Adapun bimbingan rohani Islam berfungsi untuk membantu individu menemukan jalan keluar dalam menyelesaikan suatu permasalahan yang ada. Jalan yang di gunakan dalam menyelesaikan permasalahan tersebut guna untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

⁴² Nurul Hidayati, *Metode Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit*, Vol. 5, No. 2, 2014, hal. 211-212

Fungsi bimbingan rohani Islam itu sendiri menurut Menurut Aunur Rahim Faqih yang di tinjau dari segi sifat layanan bimbingan adalah:

- a) Fungsi preventif artinya bahwa layanan bimbingan ini berfungsi sebagai pencegahan. Maksudnya seorang individu mampu atau bisa mencegah timbulnya suatu masalah bagi dirinya sendiri.
- b) Fungsi korektif artinya bahwa layanan bimbingan ini berfungsi sebagai pemahaman. Maksudnya seorang individu mampu atau bisa menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang di alaminya.
- c) Fungsi presertatif artinya bahwa layanan bimbingan ini berfungsi sebagai perbaikan. Maksudnya seorang individu mampu menjaga situasi dan kondisinya tidak dalam keadaan baik lalu menjadi baik.
- d) Fungsi developmental artinya bahwa layanan bimbingan ini berfungsi membantu seorang individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik sehingga tidak ada kemungkinan munculnya sebab akibat dari suatu permasalahan.⁴³

⁴³ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: VII Press, 2001), Cet. ke-2, hal. 37

d. Metode dan Teknik Bimbingan Rohani Islam

Menurut Thohari Musnamar dalam penelitian Andrey Nur Saputra terdapat metode- metode dan teknik yang di gunakan para pembimbing rohani Islam di rumah sakit umumnya terbagi menjadi 2 (dua) yaitu secara langsung dan secara tidak langsung yaitu:

1) Metode langsung atau *face to face*

Metode langsung adalah metode yang di gunakan antara pasien yang di bimbing dengan pembimbing rohani, tanpa adanya perantara. Metode secara langsung ini pun di bagi lagi menjadi 2 (dua) bagian yaitu menjadi metode secara langsung untuk individu dan metode secara langsung untuk kelompok. Adapun penjelasannya yakni sebagai berikut:

a) Metode Individu

Metode individu ini dilakukan secara *face to face* secara langsung antara pembimbing rohani dan pasien yang di bimbing. Adapun beberapa cara yang dilakukan dalam berkomunikasi secara face to face dengan metode individu diantaranya:

Melakukan percakapan pribadi disini maksudnya adalah para pembimbing rohani melakukan percakapan langsung dengan bertatap muka antara kedua belah pihak.

(1) Melakukan Kunjungan ke rumah, disini maksudnya adalah para pembimbing rohani melakukan percakapan

dengan pasien yang di bimbing akan tetapi dilaksanakan di rumah pasien yang akan di bimbing sekaligus mengamati keadaan rumah dan lingkungannya.

- (2) Melakukan kunjungan dan observasi kerja, disini maksudnya adalah para pembimbing rohani melakukan percakapan individu sekaligus mengamati kerja pasien dan lingkungannya.

b) Metode kelompok

Metode kelompok ini dilakukan secara *face to face* secara langsung antara pembimbing rohani dan pasien yang di bimbing secara berkelompok. Adapun beberapa cara yang dilakukan dalam berkomunikasi secara *face to face* dengan metode kelompok diantaranya:⁴⁴

- (1) Diskusi kelompok, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama.
- (2) Karyawisata, yakni bimbingan kelompok yang dilaksanakan secara langsung dengan mempergunakan ajang karyawisata sebagai forumnya.

⁴⁴ Andrey Nur Saputra, *Model- model Bimbingan Rohani Islam Dalam Menangani Kecemasan Pasien Cacat Fisik Korban Kecelakaan*, (Yogyakarta: 2015), hal. 92- 100

- (3) Sosiodrama, yakni dilakukan dengan cara bermain model- model untuk memecah/mencegah timbulnya masalah sosial.
- (4) Psikodrama , yakni bimbingan/konseling yang dilakukan dengan cara bermain model- model untuk memecahkan/mencegah timbulnya masalah (psikologis).
- (5) Group teaching, yakni pemberian bimbingan dengan memberikan materi bimbingan tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.

2) Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung adalah metode yang di gunakan antara pasien yang di bimbing dengan pembimbing rohani dengan cara berkomunikasi melalui model- modeltara, model- modeltara tersebut melalui media massa. Metode secara tidak langsung ini pun di bagi lagi menjadi 2 (dua) bagian yaitu menjadi metode secara tidak langsung untuk individu dan metode secara tidak langsung untuk kelompok. Adapun penjelasannya yakni sebagai berikut:

- a) Metode individual
 - (1) Melalui surat menyurat
 - (2) Melalui telepon

- b) Metode kelompok
 - (1) Melalui papan bimbingan
 - (2) Melalui surat kabar / majalah
 - (3) Melalui brosur
 - (4) Melalui radio
 - (5) Melalui televisi

Dari metode dan teknik bimbingan rohani diatas, kita bisa memilih metode apa yang kan kita berikan kepada pasien secara tepat untuk di gunakan oleh petugas rohani dalam melakukan aktifitas bimbingan rohani di rumah sakit.⁴⁵

4. Model Terapi di dalam Al- Qur'an

a. Terapi di dalam Al- Qur'an

Al- Qur'an menjadi salah acuan atau pedoman yang digunakan bagi manusia dalam menghadapi segala permasalahan yang ada, selain itu Al- Qur'an juga berfungsi sebagai penyeru kepada ketauhidan kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* dan menjadi obat penawar dari berbagai macam penyakit. Sebagaimana terdapat dalam firman-Nya sebagai berikut:

وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ، وَلَا يَرْيُدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran

⁴⁵ Andrey Nur Saputra, *Model- model Bimbingan Rohani Islam Dalam Menangani Kecemasan Pasien Cacat Fisik Korban Kecelakaan*, (Yogyakarta: 2015), hal. 92- 100

itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.⁴⁶

Dari ayat diatas dapat disimpulkan bahwa Al –Quran menjadi penawar dari berbagai macam penyakit di dalam hati, misalnya penyakit kedengkian, kemusyrikan, dan keraguan. Apabila seseorang telah beriman kepada Al- Qur’an maka ia akan mendapatkan rahmat dari Allah *Subhanahu wa ta’ala*. Menurut Musafir bin Said Az- Zahri Ada berbagai model terapi di dalam Al- Qur’an yang bisa digunakan dalam menanamkan kesabaran kepada manusia diantaranya yaitu:⁴⁷

1) Shalat

Shalat menunjukkan bahwa adanya ikatan yang kuat antara hamba dan Allah *Subhanahu wa ta’ala*. Ketika seseorang sedang melaksanakan shalat dengan penuh kekhusyuan maka seseorang tersebut bisa merasakan sedang berinteraksi secara langsung dengan Allah *Subhanahu wa ta’ala*. Rasa dari ke khusyuan yang dilakukan di dalam shalat akan membuat seseorang tersebut merasakan ketenangan hati karena hati yang menghadap Allah *Subhanahu wa ta’ala* adalah hati yang jernih, shalat juga akan memberikan kejernihan spiritualitas dan keamanan diri disaat mengerahkan semua emosi yang dirasakan.

⁴⁶ Q. S. Al-Isra’ ‘17: 82

⁴⁷ Musfir bin Said Az- Zahri, *Konseling Terapi*, (Jakarta : Penerbit Gema Insani, 2005), hal.

Shalat memiliki peran yang besar dalam menekan segala bentuk depresi, galau, gundah, dan cemas yang ditimbulkan dari permasalahan kehidupan sehari-hari dan menekan kekhawatiran dan guncangan kejiwaan yang sering dialami banyak manusia. Umumnya, setelah menyelesaikan shalat, seorang hamba akan berdzikir mengingat tuhanNya serta bertasbeih diiringi munajatnya kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* yang dilanjutkan dengan membaca sebagian ayat Al-Qur'an, diantaranya ayat kursi, surat al-Ikhlâs, serta surat Mu'awwazatain yaitu surah al-Falaq dan surah an-Naas. Setelahnya ia beristigfar dan berdoa kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* dengan mengadukan segala permasalahan yang ada dalam kehidupannya, agar bisa mendapatkan solusi dari segala permasalahannya tersebut. Ia yakin bahwa dengan segala kekuasaan dan kehendak-Nya akan menjawab doanya dan melepaskannya dari segala permasalahan, keresahan dari semua hal yang meragukan hatinya. Sebagaimana terdapat dalam firman-Nya sebagai berikut:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ
فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang mendoa apabila ia berdoa kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi

(segala perintah)-Aku dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.⁴⁸

Rasulullah *Shallallahu'alaihi Wasallam* menganjurkan kaum muslim untuk melaksanakan shalat sunnah pada waktu-waktu tertentu, di antaranya shalat sunnah sebelum shalat Fajr (Subuh), shalat dhuha, shalat sunnah sebelum shalat ashr, shalat diakhir malam, shalat lailatul Qadar dan shalat tarawih. Rasulullah *Shallallahu'alaihi Wasallam* pun mengajarkan para sahabatnya akan shalat istikharah dan do'a- do'anya, shalat istisqa (minta hujan) ketika hujan tidak turun, shalat khusuf dan khusuf (Gerhana bulan dan matahari) dan shalat Ied. Semua shalat sunnah ini memiliki urgensinya masing- masing dalam rangka beribadah kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*.

Ibnul Juziah ketika memaparkan faedah shalat mengatakan “Sedangkan shalat akan membuka hati, melapangkannya, memberikannya kegembiraan dan juga manisan iman. Shalat mempunyai peran yang besar dan posisi yang penting diantaranya menyambungkan hari dan ruh kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* dengan mendekatkan diri kepada- Nya dan berdzikir untuk-Nya, juga kegembiraan ketika bermunajat kepadanya-Nya dan berdiri di hadapan-Nya dengan menggunkan semua anggota tubuh untuk beribadah hanya kepada- Nya. Shalat pun memberikan

⁴⁸ Q. S. Al-Baqarah '2 : 186

kesempatan bagi setiap anggota tubuh untuk menghadap penciptanya dengan membebaskan fungsi umumnya demi kepentingan makhluk dan segala prakarsa yang dibuatnya. Shalatpun akan menumbuhkan kekuatan hati kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* dan memberikan kesempatan hati untuk rehat dari segala urusan musuhnya, urusan makanan dan banyak hal lainnya.⁴⁹

2) Doa

Doa merupakan salah satu sarana ibadah dan mengingat Allah *Subhanahu wa ta'ala*, di dalam doa ada kelapangan hati dan penawar bagi segala keraguan, keresahan dan bencana karena sesungguhnya seseorang yang berdoa berharap agar Allah *Subhanahu wa ta'ala* mengabulkan doanya dengan berpegang teguh dengan keyakinannya. Tujuan dari mendoakan adalah agar Allah SAW berkenan memberikan hidayah, kesembuhan dan keselamatan kepadanya, sehingga pada akhirnya ia menjadi individu yang mandiri, berkepribadian yang agung dan bermental yang tangguh dalam menjalani kehidupan didunia hingga akhirat, dan sesungguhnya harapan seorang muslim kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* adalah agar Allah *Subhanahu wa ta'ala* mengabulkan doa- doanya dan mampu memberikan keringanan

⁴⁹ Musfir bin Said Az- Zahri, *Konseling Terapi*, (Jakarta : Penerbit Gema Insani, 2005), hal. 483-486

atas penderitaan yang dialaminya dan mampu menumbuhkan kekuatan dalam hatinya agar dapat terus, menghadapi permasalahan tersebut dengan sabar dan selalu mengingat Allah *Subhanahu wa ta'ala* bahwa agar Allah *Subhanahu wa ta'ala* itu dekat.⁵⁰ Sebagaimana terdapat dalam firman-Nya sebagai berikut:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانُ
فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia berdoa kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah)-Aku dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.⁵¹

3) Dzikir

Sesungguhnya dengan konsisten untuk beribadah kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*, mengingat-Nya, bersyukur kepada-Nya di setiap waktunya, memohon ampunan-Nya dan berdoa kepada-Nya, akan makin mendekatkan manusia kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*. pada saat itulah manusia akan merasakan penjagaan dan pengawasannya hingga makin kuat tertanam dalam hatinya keridhaan dan kelapangan hati. Melalui dzikir, akan memperoleh efek ketenangan bagi pelakunya dan

⁵⁰ Musfir bin Said Az- Zahri, *Konseling Terapi*, (Jakarta : Penerbit Gema Insani, 2005), hal. 504- 509

⁵¹ Q. S. Al-Baqarah '2 : 186

kepasrahan yang mendalam terhadap Allah tentang kekuasaan dan kasih sayang-Nya yang tersirat dari kalimat thayyibah yang diucapkan berkali-kali dalam kegiatan zikir sehingga pasien tidak merasa takut, khawatir dan cemas dalam menjalani kehidupan mereka.⁵²

Dzikir juga membantu individu membentuk persepsi selain ketakutan, yaitu keyakinan bahwa semua konflik akan dapat dihadapi dengan baik dengan bantuan Allah *Subhanahu wa ta'ala*.⁵³ Hal ini sesuai dengan firmanNya:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.⁵⁴

فَاذْكُرُونِي أَذْكَرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.⁵⁵

Zikir atau mengingat Allah *Subhanahu wa ta'ala* adalah

sebaik- baiknya ibadah. Hal ini sesuai dengan firman-Nya:

أَنْتَ مَا أَوْجِي إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar

⁵² Fatma Laili Khoirun Nida, Zikir sebagai Psikoterapi dalam Gangguan Kecemasan bagi Lansia, Vol. 5, No. 1, 2014, hal 145

⁵³ Citra Y. Perwitaningrum, Yaiy Suryo Prabandari, Rr. Indahria Sulistyarini, *Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Dispepsia*, Jurnal Intervensi Psikologi Vol. 8 No. 2, 2016, hal. 160

⁵⁴ Q. S. Ar- Rad' /13 : 28

⁵⁵ Q. S. Al-Baqarah ' /2 : 152

(keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.⁵⁶

Melalui dzikir, akan diperoleh efek ketenangan bagi pelakunya, kepasrahan yang mendalam terhadap Allah tentang kekuasaan dan kasih sayang-Nya yang tersirat dari kalimat thayyibah yang diucapkan berkali-kali dalam kegiatan zikir sehingga pasien tidak merasa takut, khawatir dan cemas dalam menjalani kehidupan mereka.

Semua ibadah pada hakikatnya adalah satu usaha untuk mengingat Allah *Subhanahu wa ta'ala* dengan takbir, tahlil, tahmid, syukur, pembacaan surat al- Fatihah, pembacaan ayat yang mudah dalam Al- Qur'an dalam setiap shalat, ruku, sujud, duduk diantara dua sujud, shalawat kepada Rasulullah *Shallallahu'alaihi Wasallam* dan juga salam. Setelahnya di sambung lagi dengan istigfar, tasbih, tahmid, takbir, dan juga doa kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*.⁵⁷ Hal ini sejalan dengan dirman-Nya:

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ
الْعَالَمِينَ

Katakanlah: sesungguhnya sembahyangku, ibadatku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam.⁵⁸

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي

⁵⁶ Q. S. Al- Ankabut '29 : 45

⁵⁷ Musfir bin Said Az- Zahri, *Konseling Terapi*, (Jakarta : Penerbit Gema Insani, 2005), hal. 500- 504

⁵⁸ Q. S. Al-an'am '6 : 162

Sungguh, Aku ini Allah, tidak ada tuhan yang berhak disembah selain Aku, maka sembahlah Aku dan laksanakanlah shalat untuk mengingat Aku.⁵⁹

4) Membaca Al- Qur'an

Al- Qur'an adalah wahyu Allah *Subhanahu wa ta'ala* yang telah diturunkan oleh Allah *Subhanahu wa ta'ala* kepada Rasul-Nya Muhammad *Shallallahu'alaihi Wasallam* melalui malaikat jibril *'alaihissalam*. Membaca Al-Qur'an sebagai salah satu cara untuk membuat manusia lebih mensyukuri karunia dan rahmat dari Allah SWT, sehingga manusia lebih merasakan ketenangan dan kebahagiaan.⁶⁰ Konsep penyembuhan, pengobatan atau perawatan dari suatu penyakit yang terdapat dalam Al- Qur'an asalnya mengandung makna untuk:

- a) Menkuatkan keimanan dengan Al- Qur'an
- b) Membenarkan suatu keyakinan bahwa barang siapa ditimpa suatu penyakit, maka sesungguhnya ia mampi mengobati penyakit itu kapan saja ia kehendaki dengan mencari meode atau penyembuhnya
- c) Keyakinan orang yang mempercayai (beriman) kepada Rasulullah *Shallallahu'alaihi Wasallam* bahwa Allah *Subhanahu wa ta'ala* telah memberi petunjuk kepadanya mengenai pelajaran- pelajaran tentang rahasia- rahasia Al-

⁵⁹ Q. S. Thaha' /20 : 14

⁶⁰ Rumiani, *Terapi Tadabbur Al-Qur'an Untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama*. Jurnal Intervensi Psikologi, Vol. 7 No. 2. 2015, hal 139.

Qur'an dan daripadanya terdapat rahasia pengobatan atau penyembuhan yang bermakna.⁶¹

Adapun arti penyembuh/ obat yang terdapat dalam Al- Qur'an menunjukkan bahwa Al- Qur'an itulah akal dan penyembuh bagi siapa saja yang meyakinkannya. Dalam hal itu Al- Qur'an sebagai penyembuh dibagi dua bagian yaitu: Pertama, bersifat umum; seluruh isi Al- Qur'an secara maknawi, surat- surat, ayat- ayat, maupun huruf- hurufnya adalah memiliki potensi penyembuh atau obat. . Sebagaimana terdapat dalam firman-Nya sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.⁶²

Dalam beberapa riwayat seperti diriwayatkan oleh Mardawiyah dari Abu Said al Khudri ra., ia mengatakan bahwa ada seorang lelaki yang pernah menemui Rasulullah *Shallallahu'alaihi Wasallam* dan ia mengeluh sambil mengatakan “sesungguhnya hamba mengalami keraguan yang ada dalam dada hamba” kemudian Rasulullah

⁶¹ Hamdani Bkran Adz- Dzaky, *Konseling & Psikoterapi*, (Yogyakarta : Penerbit Al- Manar, 2008), hal. 217-218

⁶² Q. S. Yunus/10 : 57

Shallallahu'alaihi Wasallam bersabda kepadanya: bacalah Al-Qur'an! Karena sesungguhnya Allah *Subhanahu wa ta'ala* berfirman: “ Al- Qur'an itu obat bagi penyakit yang ada dalam dada” ; Riwayat Ibnu Majah dari Ali ra, mengatakan bahwasanya Rasulullah *Shallallahu'alaihi Wasallam* bersabda: “ sebaik- baik obat adalah Al – Qur'an.

Kedua, bersifat khusus, yakni bukan seluruh Al- Quran, melainkan hanya sebagian, bahwa ada dari ayat- ayat atau surat-surat dapat menjadi obat atau penyembuh terhadap suatu penyakit secara spesifik bagi orang- orang yang beriman dan meyakini akan kekuasaan Allah *Subhanahu wa ta'ala*.⁶³ sebagaimana firman-Nya:

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۗ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Dan kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.⁶⁴

5) Motivasi

Motivasi (dorongan diri) adalah kekuatan yang mampu memunculkan aktivitas dalam diri manusia. Hal ini dimulai dari adanya perilaku yang diarahkan pada tujuan tertentu yang

⁶³ Hamdani Bkran Adz- Dzaky, *Konseling & Psikoterapi*, (Yogyakarta : Penerbit Al- Manar, 2008), hal. 218

⁶⁴ Q. S. Al- Isra' /17 : 82

menjadikan aktivitas tersebut adalah suatu tugas yang harus dilaksanakan. Motivasi inilah yang mampu mendorong manusia dalam memenuhi segala kebutuhan hidupnya, sebagaimana ia pula yang mendorong manusia dalam melaksanakan banyak kegiatan penting yang bermanfaat sesuai dengan keinginannya.

Menurut dr Musfir motivasi spiritual adalah motivasi yang berkaitan erat dengan dalam aspek spiritualitas pada diri manusia, adapun pembagian dari motivasi spiritual diantaranya:

a) Motivasi untuk tetap konsisten dalam menjalankan agama Allah

Motivasi untuk tetap konsisten dalam menjalankan agama Allah adalah motivasi yang mewajibkan manusia untuk memeluk agama yang diyakini dan konsisten dalam melaksanakan ajaran yang ada didalamnya.

b) Motivasi perasaan (kesadaran dalam diri)

Al- Qur'an banyak menggambarkan konsep perasaan dengan tergelincirnya lidah atas apa yang ingin diucapkan atau apa yang tampak dari apa yang tertanam dari hati. Motivasi memiliki beberapa hubungan yang saling berkaitan dengan yang lainnya misalnya: pertama, keterkaitan yang sangat kuat antara motivasi dan emosi serta penyatuan antara keduanya. Apabila motivasi disertai dengan kekhawatiran dan kestabilan suatu perasaan, ataupun disertai

dengan perasaan tertekan, maka itu semua akan berdampak buruk. Kedua, keterkaitan motivasi dengan pengendalian rasa ingin memiliki.⁶⁵

⁶⁵ Hamdani Bkran Adz- Dzaky, *Konseling & Psikoterapi*, (Yogyakarta : Penerbit Al- Manar, 2008), hal. 96- 121