

MESMERISM MENGATASI DEPRESI DI ZAMATHERA
PARIS PURWOKERTO



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial
(S.Sos)

Oleh:

Nela Amalia
NIM. 1817101033

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO

2023

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Nela Amalia

NIM : 1817101033

Jenjang : S1

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Fakultas : Dakwah

Menyatakan bahwa naskah skripsi berjudul Mesmerism Mengatasi Depresi Di Zamathera Paris Purwokerto secara keseluruhan adalah hasil penelitian dan karya saya kecuali pada bagian tertentu yang digunakan sebagai rujukan sumber penelitian.

Purwokerto, 9 Januari 2023
Yang menyatakan,



Nela Amalia
1817101033



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553 Website: www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

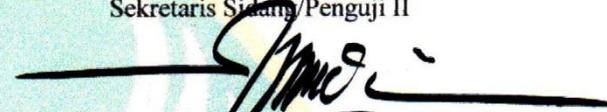
***MESMERISM* MENGATASI DEPRESI DI ZAMATHE RA
PARIS PURWOKERTO**

Yang disusun oleh Nela Amalia NIM. 1817101033 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari Kamis tanggal **19 Januari 2023** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** dalam **Bimbingan dan Konseling** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

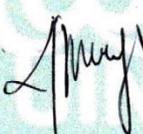
Ketua Sidang/Pembimbing


Muridan, M.Ag.
NIP. 19740718 200501 1 006

Sekretaris Sidang/Penguji II


Ageng Widodo, M.A.
NIP. 19930622 20190 3 101

Penguji Utama


Arsam, M.S.I.
NIP. 19780812 200901 1 011

Mengesahkan,
Purwokerto, **26-1-2023**
Dekan,




H. Abdul Basit, M.Ag.
NIP. 19691219 199803 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth :

Dekan Fakultas Dakwah

Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Di Purwokerto

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah melaksanakan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi maka melalui surat ini saya sampaikan skripsi dari :

Nama : Nela Amalia

NIM : 1817101033

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Fakultas : Dakwah

Judul : Terapi Mesmerism Untuk Mengatasi Depresi di Zamathera Paris Purwokerto

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk dimunaqosyahkan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.sos).

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Purwokerto, 9 Januari 2023

Dosen Pembimbing,



Alief Budiyo, M.Pd.

MOTTO

“Kesehatan yang baik bukanlah sesuatu yang dapat kita beli. Namun, sesuatu yang dapat menjadi tabungan yang sangat berharga.” – Anne Wilson Schaeff



MESMERISM MENGATASI DEPRESI DI ZAMATHERA PARIS PURWOKERTO

Nela Amalia

NIM. 1817101033

Email: nelaamalia06@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Dari riset kesehatan dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, menunjukkan bahwa 6,1 % dari 706.668 orang yang menderita depresi. Hingga 6,2 % atau sekitar 11 juta orang mengalami depresi antara usia 15-24 tahun ke atas. Salah satu metode pengobatan untuk mengatasi depresi menggunakan mesmerism di klinik Zamathera Paris Purwokerto. Mesmerism ini di modifikasi kembali dengan tambahan ayat-ayat Al-qur'an.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan teknik pemilihan informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan purposive sampling. Metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dokumentasi. Dalam penelitian ini terdapat empat subjek penelitian. Subjek pertama seorang terapis, dan 3 orang pasien.

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa pengobatan penyembuhan penyakit kesehatan mental seperti depresi bisa disembuhkan dengan pengobatan alternatif seperti pengobatan terapi mesmerism. Pengobatan terapi mesmerism lebih efektif untuk penyembuhan depresi, karena pengobatan tersebut berpedoman pada Al-Qur'an.

Kata Kunci : Depresi, Zamathera Paris Purwokerto, Terapi Mesmerism

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur atas kehadiran Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sebagai Imamater yang saya banggakan.
2. Fakultas Dakwah yang telah memberikan dukungan terbaik untuk mahasiswanya.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin penulis panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT sebagai pencipta alam semesta yang karena limpahan rahmat, hidayah, serta inayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Mesmerism Mengatasi Depresi di Zamathera Paris Purwokerto”. Sholawat serta salam peneliti curahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang selalu dinantikan syafaatnya dihari akhir nanti.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan, dukungan, arahan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karenanya, pada kesempatan ini dengan rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

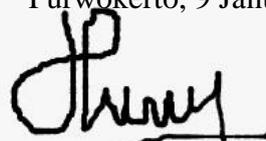
1. Prof. Dr. H. Moh. Roqib, M. Ag., Rektor Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Abdul Basith, M. Ag., Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Wakil Dekan I Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Hj. Khusnul Khotimah, M.Ag, Wakil Dekan II Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Musta'in, S.Pd., M.Si., Wakil Dekan III Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Nur Azizah., M.Si., Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat. Terimakasih ibu, telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi selama peneliti menempuh pendidikan di Prodi Bimbingan dan Konseling Islam.
7. Lutfi Faishol, M.Pd., Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Terimakasih bapak telah membantu peneliti menyelesaikan tugas akhir skripsi beserta ujian lainnya.
8. Alief Budiyo., M.Pd sebagai dosen pembimbing. Terimakasih atas kesabaran dalam membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Terimakasih atas

ilmu, dukungan, arahan dan kebaikannya yang telah diberikan kepada peneliti.

9. Segenap dosen dan tenaga kependidikan Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
10. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
11. Orang tua yang telah memberikan do'a dan mendukung saya dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Kakak dan Adik saya yang telah menjadi semangat saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Teman-teman kelas BKI A, teman-teman BKI angkatan 2018, dan sahabat yang telah membantu dan mendukung saya menyelesaikan skripsi ini.
14. Sahabatku Rizki Budi Utami, Ega Putri Hapsari dan Reviana Intan Sari yang selalu memberi dukungan, selalu sabar. Terimakasih sudah mau berjuang bersama sama untuk meraih gelar S1.
15. Terimakasih JEJE FC yang membantu Suprot dalam menyelesaikan Skripsi.
16. Semua pihak yang telah membantu penelitian ini. Semoga Allah SWT selalu membalas semua kebaikan, dukungan serta kerjasama yang telah diberikan dengan balasan yang lebih baik. Dengan segala kerendahan hati, peneliti menyadari akan kekurangan yang dimiliki, sehingga dalam penyusunan skripsi ini tentunya terdapat banyak kesalahan dan kekurangan baik dari segi keilmuan maupun kepenulisan.

Oleh karenanya, penulis tidak menutup diri untuk menerima kritik dan saran guna perbaikan dimasa mendatang. Dan peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembacanya.

Purwokerto, 9 Januari 2023



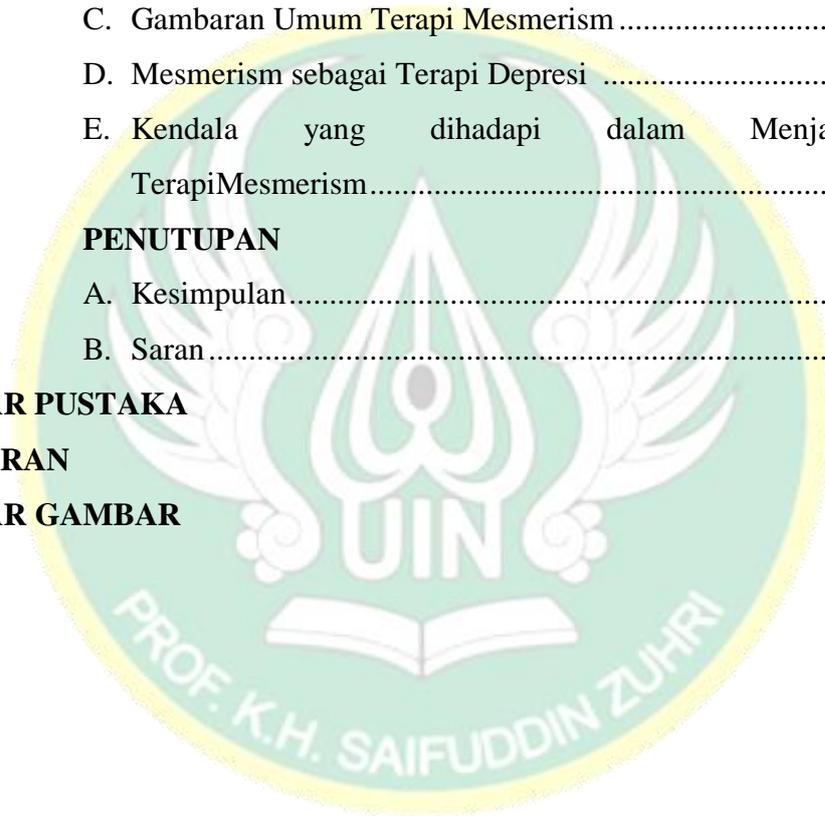
Nela Amalia

1817101033

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah	5
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	7
F. Kajian Pustaka	8
BAB II KERANGKA TEORI	
A. Terapi	16
B. Mesmerism	21
1. Pengertian Mesmerism	21
2. Unsur-unsur Mesmerism	27
C. Depresi	28
1. Depresi	28
2. Macam-macam Depresi	34
3. Faktor yang Menyebabkan Depresi	36
4. Cara Mengatasi Depresi	38
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	39

	B. Data dan Sumber Data	40
	C. Subjek dan Objek Penelitian	41
	D. Metode Pengumpulan Data	42
	E. Metode Teknik Analisis Data	44
	F. Validasi Data	45
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	
	A. Profil Terapis	47
	B. Profil Zamathera Paris Purwokerto	48
	C. Gambaran Umum Terapi Mesmerism	49
	D. Mesmerism sebagai Terapi Depresi	50
	E. Kendala yang dihadapi dalam Menjalani Terapi Mesmerism	57
BAB V	PENUTUPAN	
	A. Kesimpulan	61
	B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		
DAFTAR GAMBAR		



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peristiwa kehidupan yang penuh tekanan seperti kehilangan orang yang dicintai, kehancuran sosial, penyakit fisik, pengangguran, kesulitan ekonomi, masalah dalam pernikahan dan hubungan pacaran, gangguan mood, dan sebagainya merupakan indikator bahwa seseorang menderita gangguan mental, khususnya depresi. Depresi terjadi akibat adanya suatu kesedihan yang mendalam dengan suasana hati yang rendah dan perasaan putus asa serta disertai berbagai gejala lain yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berpikir jernih, bergerak bebas, dan berinteraksi dengan orang lain.¹

Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi.²

Istilah "depresi" mencakup berbagai macam emosi dan sikap; kebanyakan dari kita mengenalnya sejak kita merasa sedih atau jengkel akibat menghadapi tekanan, kekecewaan, dan frustrasi dalam kehidupan sehari-hari. Ada kalanya kita merasa putus asa tanpa alasan yang jelas atau karena emosi kita tidak selaras dengan lingkungan kita. Seseorang dapat menderita depresi jika mereka terus-menerus berada di bawah tekanan. Istilah depresi yaitu reaksi kejiwaan seseorang terhadap *stressor* yang dialaminya. Kemurungan, kesulitan menemukan kegembiraan atau kebahagiaan, pesimisme tentang masa depan, mengkritik diri sendiri, cenderung bersalah, pasif, keengganan untuk berbicara, air mata dan

1. Aditomo, A., & Retnowati, S, "Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir." *Jurnal Psikologi* 31, no 1 (2004): 1-14., <https://doi.org/10.22146/jpsi.7033>

2. Rokom, Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia, di accessed 22 Januari 2023, <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>

kesedihan dengan cepat, gerakan lambat, lesu, sering mengeluh sakit, agitasi, gelisah, lekas marah, perasaan tidak mampu dan tidak berharga, dan sebagainya adalah ciri-ciri kepribadian yang terkait dengan depresi.³

Gangguan mood yang disebut depresi ditandai dengan gejala utamanya, yang meliputi efek depresi, kehilangan minat atau anhedonia, dan kehilangan energi, yang ditandai dengan cepat lelah, serta gejala sekunder lainnya seperti gangguan konsentrasi, berkurangnya kepercayaan diri, perasaan tidak berdaya, tidur terganggu, nafsu makan berkurang, yang mengakibatkan penurunan berat badan, dan pandangan masa depan yang suram dan pesimistis, serta pikiran untuk menyakiti diri sendiri atau bunuh diri. Gangguan depresi mayor dan *dysthymia* adalah dua subtype gangguan depresi. Gangguan depresi mayor, juga dikenal sebagai episode depresi, memiliki gejala seperti suasana hati yang tertekan, kehilangan minat, dan energi rendah. Ini dapat diklasifikasikan sebagai depresi ringan, sedang, atau berat tergantung pada seberapa parah gejalanya. Sementara episode depresi memiliki gejala yang mirip dengan *dysthymia*, yang merupakan bentuk depresi ringan yang persisten atau kronis, episode depresi biasanya tidak terlalu parah dan berlangsung lebih lama.⁴

Pada masa milenial saat ini depresi merupakan salah satu jenis gangguan jiwa yang biasa dialami oleh masyarakat sebagai akibat dari tingkat stres yang sangat tinggi akibat tuntutan hidup yang semakin meningkat. Depresi merupakan penghalang bagi seseorang untuk menikmati hidupnya. Beberapa remaja dan dewasa saat ini lebih banyak yang mengalami masalah stress di masa lalu, misalnya tidak adanya dukungan orang tua, perceraian orang tua, putus cinta, masalah dengan temannya, dan lain sebagainya. Akibatnya, ini berkontribusi pada peningkatan depresi orang dewasa dan remaja. Tidak hanya terjadi di remaja dan dewasa saja yang mengalami depresi, masyarakat lanjut usia juga rentan akan gangguan

³Jamil. Sebab Dan Akibat Stres, Depresi Dan Kecemasan Serta Penanggulangannya. *Jurnal al-Amin*, Vol. 3, No.1, 2015

⁴Regina Pingkan, Khairun Nisa Berawi, Dkk. Efektivitas Olahraga Sebagai Terapi Depresi. *Majority*, Vol. 8, No. 2. Thn 2010, Hal 242

depresi ini. Kesulitan keuangan, isolasi dari anggota keluarga yang tidak dapat merawat mereka, dan kesehatan yang memburuk semuanya berkontribusi pada beban emosional yang dialami para lansia.

Depresi bisa disembuhkan dengan melakukan pengobatan kedokteran spesialis atau kepengobatan alternatif. Setiap orang berpotensi mengidap gangguan jiwa tanpa mengenal status sosial-ekonomi, agama, umur, dan ras. Orang yang mengalami gangguan jiwa baik gangguan jiwa berat atau ringan jika tidak segera diobati akan sangat berbahaya bagi kesehatannya. Kesehatan mental seseorang dapat ditingkatkan dengan bantuan orang yang mereka cintai, teman sebaya, dan komunitas. Kesehatan mental remaja mendapat banyak manfaat dari dukungan sosial yang mereka terima dari keluarga, sekolah, dan komunitas mereka selama masa perubahan ini. Remaja sangat bergantung pada keluarga mereka untuk cinta dan dukungan. Orangtua mempunyai peran untuk melindungi dan mengasuh anak dalam menjalani proses tumbuh kembangnya.⁵

Allah berfirman :

لَا تَحْزَنُ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا

“Janganlah kamu berduka cita, sesungguhnya Allah beserta kita.”
(QS At Taubah: 40)⁶

Jika kita dalam keadaan depresi, serba khawatir atau takut maka berusaha mensugesti diri bahwa Allah beserta kita dan semua yang ada di dunia ini ada dalam pengawasan dan pengaturan Allah SWT. Sehingga jika sudah terjadi merasa ma'iyah kebersamaan dengan Allah SWT penyakit atau musibah apapun akan dihadapi dengan tenang dan kepasrahan kepada Allah, sambil berikhtiar keduanya diperintah Allah SWT.

⁵Yeni Fitria dan Rahmawati Maulidia. Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Depresi Pada Remaja Di SMPN Kota Malang (Relationship Between Social Support With Adolescent Depression in Junior High School at Malang). Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat III Universitas PGRI Ronggolawe Tuban, Volume 3 (2018); Hal. 270-276

⁶ Al-Qur'an, Qs At-Taubah ayat 40

Di Indonesia, baik pengobatan Barat konvensional maupun bentuk pengobatan non-tradisional, yang dikenal sebagai "pengobatan alternatif", digunakan. Mesmerisme adalah bentuk pengobatan komplementer yang dapat digunakan dalam situasi ini. Bahkan sebelum masa Franz Anton Mesmer, teknik hipnotis non-verbal yang disebut mesmerisme telah digunakan. Mesmer ber teori bahwa keharmonisan dalam tubuh manusia dipertahankan oleh kekuatan universal. Aliran cairan tanpa hambatan sangat penting bagi kesehatan manusia, dan penyumbatan yang mencegah aliran ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental dan fisik. Magnet hewan menjelaskan proses dimana mesmer menggunakan magnet untuk menghilangkan penghalang dalam aliran fluida.⁷

Di Purwokerto ada salah satu klinik yang menggunakan metode mesmerism sebagai metode yang digunakan untuk penyembuhan depresi. Klinik tersebut bernama Klinik Zamathera Paris Purwokerto. Klinik Zamathera Purwokerto berdiri pada tahun 2017. Di Zamathera Purwokerto banyak metode terapi yang digunakan untuk penyembuhan penyakit fisik atau batin seperti depresi. Dari hasil observasi, pasien yang berobat ke Klinik Zamathera Purwokerto itu adalah karena adanya trauma pada masa lalunya yang mengakibatkan dirinya sulit untuk percaya dengan orang lain, di pikirannya selalu negatif, sulit membuka diri kepada orang lain, kurangnya perhatian dari keluarga. Selain itu pasien juga sering mengeluh susah tidur, pikirannya selalu bercabang tidak fokus. Setelah melakukan terapi di Zamathera Paris pasien mengalami perubahan yang dialaminya, sudah mulai belajar untuk mengubah pola pikirnya agar tidak selalu berfikir negatif, lebih membuka diri dan percaya pada orang sekitarnya.

Ada juga pasien yang dirinya sering sedih tanpa sebab, suka melamun, tidak percaya diri. Setelah ditelusuri bahwa dirinya belum bisa mengikhlaskan ayahnya yang sudah meninggal secara tiba-tiba, dimana pasien ini sedang berada dipondok dan dikabarkan ayahnya meninggal.

⁷Achmad Setya Roswendi dan Denok Sunarsi. *Dinamika dan Perkembangan Hynotherapy dalam Perspektif Interdisipliner*, Banten 2020

Kemudian, pasien tersebut mencoba untuk melakukan pengobatan alternatif di Zaamathera Paris Purwokerto dengan menggunakan metode mesmerism. Setelah dilakukan terapi yang pertama pasien tersebut sedikit mengalami perubahan dalam dirinya, dia merasa lebih tenang dan sudah bisa mencoba menerima keadaan yang sudah terjadi.

Meneliti topik ini menjadi sangat menarik, karena penelitian yang akan di teliti ingin mengetahui bagaimana cara terapi mesmerism untuk mengatasi depresi. Mengingat uraian tersebut, penulis tertarik untuk menyelidiki “TERAPI MESMERISM UNTUK MENGATASI DEPRESI DI ZAMATHERA PARIS PURWOKERTO ”.

B. Penegasan Istilah

Memberikan penjelasan tentang istilah yang digunakan dalam penelitian ini penting untuk mencegah kesalahan dan kebingungan dalam menginterpretasikan temuannya. Istilah yang dimaksudkan ialah sebagai berikut :

1. Mesmerism

Hipnosis sebelumnya disebut sebagai Mesmerisme dan Magnetisme sebelum masa James Braid. Menurut Mesmer, tubuh manusia mengandung cairan universal yang tugasnya menjaga keseimbangan tubuh. Kesulitan dalam aliran bebas cairan dapat menyebabkan penyakit mental dan fisik pada manusia. Inilah mengapa Mesmer pertama kali menggunakan magnet untuk mengembalikan aliran bebas cairan. Animal Magnetism adalah istilah untuk fenomena ini.

Mesmer menggunakan permainan penyembuhan untuk menciptakan lingkungan yang sangat sugestif. Dengan demikian, pasien saat ini terhanyut dalam drama imajinasi mereka sendiri. Beberapa pasien bahkan melaporkan halusinasi di mana mereka melihat asap atau energi keluar dari tangan Mesmer. Setelah Mesmer merawat seorang pasien untuk sementara waktu, dia akan menyelesaikan proses penyembuhan dengan menyentuh mereka dan menyarankan agar mereka lebih

baik.⁸ Mesmerism yang dimaksud dalam penelitian ini adalah terapi magnetik yang mengingatkan kita bahwa kita dikelilingi oleh lautan energi.

2. Depresi

Depresi, seperti yang didefinisikan oleh Rice PL, adalah gangguan suasana hati yang ditandai dengan kondisi emosional yang menetap yang memengaruhi semua aspek kognisi dan perilaku. Sikap apatis dan putus asa mendasari sikap yang berlaku dalam banyak kasus.

Secara khusus, Chaplin membedakan antara depresi "normal" dan depresi "patologis". Depresi, pada orang normal, ditandai dengan perasaan sedih, putus asa, aktivitas fisik, dan keputusasaan tentang masa depan. Depresi patologis, di sisi lain, ditandai dengan kurangnya respons terhadap rangsangan eksternal, bersama dengan harga diri yang rendah dan hilangnya keinginan untuk hidup.

Sementara itu, Kartono berpendapat bahwa depresi ditandai dengan emosi yang tidak jelas secara patologis seperti rasa sakit dan kesedihan. Yang biasanya diakibatkan oleh tekanan emosional yang parah atau pengalaman traumatis.⁹ Terapi depresi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah serangkaian upaya untuk membantu atau monolong orang yang sedang mengalami masalah fisik atau mental.

3. Zamathera Paris Purwokerto

Merupakan tempat pengobatan alternatif yang berada di Purwokerto, Jawa Tengah. Zamenthara merupakan metode terapi dengan membetulkan syaraf tulang belakang dan tulang pinggul sebagai pondasinya. Teknik terapi Zamenthara adalah terapi yang menggabungkan pijatan, tarikan, dan tekanan vertikal untuk meluruskan kembali tulang yang terkilir dan memulihkan sendi yang terkilir; bahkan, pasien seringkali langsung merasa lega.

⁸Indra Majid. Pemahaman Dasar HPYNOSIS. Ebook Konsultan, Psikoterapis, dan Pakar Hipnosis, 2014

⁹Aries Dirgayunita. Depresi : Ciri, Penyebab dan Penangannya. Journal An-nafs : Kajian dan Penelitian Psikologi, Vol. 1, No. 1 2016, Hlm 4

Selain itu ada beberapa teknik terapi yang menggunakan landasan dasar pemahaman gabungan beberapa cabang. Misal, membahas terapi spiritual atau supranatural, dan juga membahas area psikis dan energi. Semua teknik terapi mempunyai dasar keilmuan yg sama, yaitu hukum alam.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks tersebut di atas, rumusan masalah untuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana mengatasi depresi melalui terapi mesmerism di Zamathera Paris Purwokerto?
2. Adakah kendala dalam menjalankan terapi mesmerism di Zamathera Paris Purwokerto?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini diturunkan dari rumusan masalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan apa saja kendala dalam melakukan terapi mesmerism
2. Mendeskripsikan proses Mesmerism dapat menjadi media terapi untuk penderita depresi.

E. Manfaat Penelitian

Berikut adalah beberapa manfaat dari penelitian ini yang berhubungan langsung dengan tujuan penelitian:

1. Manfaat Teoritis

Mengembangkan dan mengimplementasikan tentang pengobatan terapi melalui mesmerism.

2. Manfaat Praktis

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat dalam mengedukasi masyarakat sebagai bahan kajian dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

- b. Menambah satu wacana baru tentang mesmerism sebagai mediator atau sarana terapi psikologi.
- c. Menjadi bahan referensi untuk peneliti berikutnya mengenai terapi mesmerism.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, temuan penelitian ini dapat menjadi panduan
- e. selanjutnya dengan tujuan yang sama, atau mereka yang ingin memodifikasi ruang lingkup penelitian dengan menyesuaikan variabel dan lokasi penyelidikan mereka.

F. KAJIAN PUSTAKA

Penelitian yang dilakukan oleh penulis terdahulu yang berkaitan dengan masalah yang akan penulis teliti dan akan dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan pembanding dalam penelitian ini telah dipelajari oleh penulis guna melengkapi referensi dan pengembangan penelitian ini. Diantaranya adalah:

Penelitian pertama berasal dari Yosaphat Danis Murtiharso yang berjudul “Komunikasi Non Verbal Dalam Hypnotherapy Dengan Teknik Mesmerisme Untuk Mendukung Proses Penyembuhan Psikosomatik di Tangerang”.¹⁰ Latar belakang penelitian ini bertujuan untuk memberitahukan bahwa Hypnotherapy merupakan cabang ilmu psikologi yang berperan mengatasi masalah kesehatan yang disebabkan oleh pikiran, perilaku dan perasaan manusia. Teknik penyembuhan non verbal ini biasanya menggunakan teknik mesmerisme. Teknik ini memadukan symbol dan energi dari terapis kepada klien atau pasien untuk melakukan induksi kepada klien atau pasien sehingga dapat dilaksanakan proses penyembuhan.

Penelitian ini adalah pendekatan penelitian kuantitatif deskriptif. baik studi saat ini dan sebelumnya menggunakan teknik kualitatif, yang merupakan kesamaan lainnya. Sedangkan perbedaan penelitian adalah komunikasi yang digunakan berbasis symbol. Symbol ini sama layaknya

¹⁰Yosaphat Danis Murtiharso. Komunikasi Non Verbal Dalam Hypnotherapy Dengan Teknik Mesmerisme Untuk Mengatasi Proses Penyembuhan Psikosomatik di Tangerang. Vol 2, tahun 2022 . Hlm 2.

dengan symbol bahasa visual yang digunakan dalam film dan juga komunikasi pada umumnya untuk menyampaikan pesan melalui gambar, gerak, dan lain sebagainya.

Kedua, jurnal ditulis oleh Afika Uswatun Hasanah, Runjati, Titi Suherni, Ida Ariyanti yang berjudul “ Pengaruh Mesmerism Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Dismenore Primer di Asrama Putri Bhakti Husada Blora”.¹¹ Latar belakang ini bertujuan untuk menunjukkan bahwa mesmerisme dapat membantu meringankan rasa sakit yang terkait dengan dismenore primer. Sekitar 54,89 persen remaja putri di Indonesia menderita dismenore primer, suatu kondisi yang menyerang wanita usia subur di seluruh dunia. Nyeri akibat dismenore bisa ringan, sedang, atau berat, dengan tingkat keparahan yang ditentukan oleh seberapa banyak gangguan tersebut mengganggu kehidupan sehari-hari atau tidur. Mesmerisme adalah bentuk hipnosis non-verbal yang digunakan dalam pengobatan dan terapi pikiran. Dihipnotis berarti membiarkan ide atau saran melewati pertahanan pikiran dan masuk ke alam bawah sadar, di mana kemudian diterima. Masalah menstruasi, seperti dismenore, amenore, sindrom, dan menopause, hanyalah beberapa dari sekian banyak masalah kesehatan fisik dan mental yang dapat dibantu dengan mesmerisme, dan lain sebagainya.

Dalam penelitian ini digunakan teknik random sampling dalam jenis penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen semu, desain penelitian pretes-postes, dan desain kelompok kontrol non-ekuivalen. persamaan dalam penelitian ini sama-sama menggunakan mesmerism untuk menterapi, perbedaannya terapi mesmerism ini lebih fokus pada remaja putri yang mengalami dismenore primer, sedangkan pada penelitian lebih fokus untuk terapi depresi.

Ketiga, penelitian ini berasal dari Marpuah dengan judul “ Metode Hipnoterapi Pada Penanganan Anak Phobia di Tranzcare Mampang Prapatan

¹¹Afika Uswatun Hasanah, Runjati, dkk. Pengaruh Mesmerism Terhadap Penurunan Serajat Nyeri Dismenore Primer Di Asrama Putri Bhakti Husada Blora.2017.

Jakarta Selatan.¹²Banyaknya anak yang memiliki fobia menjadi alasan utama dilakukannya penelitian ini. Fobia adalah gangguan mental yang dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak di bidang pemrosesan sensorik, keterampilan motorik, dan kognisi. Hipnoterapi adalah jenis terapi bicara yang menggunakan hipnosis sebagai alat terapi untuk membantu pasien mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah emosional dan perilaku. Tujuan dari teknik ini adalah untuk memperbaiki asumsi yang salah dan menginspirasi pemikiran optimis dengan menarik pikiran bawah sadar dengan saran yang membangun dan membantu klien menemukan kedamaian dengan faktor-faktor bermasalah. Keterkaitan dengan peneliti yaitu bagaimana cara kerja terapi sugesti itu berjalan. Perbedaan peneliti lebih fokus pada terapi depresi.

Keempat, penelitian yang dipublikasikan pada tahun 2021 dan dimuat dalam *Journal of Psychology and Treatment* Vol 1 No. 1. Disusun oleh Ekka Nurcahyaningrum dan Moordiningsih dengan judul Efektivitas Hipnoterapi untuk Menurunkan Depresi pada Mahasiswa Teknik Semester Akhir.¹³ Penelitian tersebut bertujuan untuk menilai efektivitas pengaruh hipnoterapi dalam menurunkan depresi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Teknik Yogyakarta.

Eksperimen dengan desain pretest-posttest kelompok tunggal digunakan sebagai metodologi. Beck Depression Inventory-II (BDI-II) digunakan untuk penelitian ini (Beck Depression Inventory). Diseksi matematis Menggunakan statistik deskriptif, kami membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji t (uji-t) dengan uji-T Sampel Berpasangan. Perbedaan tes-tes ulang antara penilaian sebelum dan sesudah hipnoterapi secara statistik signifikan ($t = 7,945$, $p = 0,0005$, $p <$

¹²Marpuah . Metode Hipnoterapi Pada Penanganan Anak Phobia Di Tranzcare Mampang Prapatan Jakarta Selatan. Skripsi. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2009.

¹³Eka Nurcahyaningrum, Moordiningsih. Efektivitas Hipnoterapi Untuk Menurunkan Depresi Pada Mahasiswa Teknik Semester Akhir. *Journal of Psychology and Treatment*. Vol 1. No. 1. Hlm 21.2021

0,05), menunjukkan bahwa tingkat depresi subjek telah menurun secara signifikan sebagai hasil pengobatan.

Hasil penelitian ini mendukung hipotesis pertama dengan menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat depresi pada mahasiswa tekniksebelum dan sesudah menerima hipnoterapi (pretest dan posttest). Oleh karena itu,program intervensi yang memanfaatkan hipnoterapi sebagai sarana untukmenurunkan depresi di kalangan mahasiswa teknik dapat bermanfaat. Untukmenyimpulkan bahwa hipotesis kedua berlaku, kami menemukan bahwa terapimengurangi tingkat depresi mahasiswa teknik dibandingkan sebelum pengobatan.

Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan olehpenulis yaitu, dimana pada penelitianini akan melihat bagaimana cara untuk mengatasi depresi agar menurunkan tingkat depresi. Ada pun perbedaannya terletak di metode penelitian, dimana metode kuantitatif digunakan untuk melakukan penelitian tetapi metode kualitatif akan digunakan oleh penulis untuk penelitian ini.

Kelima, penelitian yang dipublikasikan pada tahun 2017 dan dimuat dalamjurnal Psikoislamedia Vol 2 No. 1 April. Disusun oleh H. Fuad Nashori, Rumiani dan Surayya Hayatussofiyyah,dengan judul Efektivitas Terapi Kognitif Perilaku Religius untuk Menurunkan Depresi pada Remaja.¹⁴Metode penelitian yang digunakan menggunakan metode Penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design*. Dua jenis kelompok penelitian dalam penelitian ini adalah kelompok “eksperimen” dan “kontrol”. Kedua kelompok peserta memenuhi kriteria untuk dimasukkan sebagai subjek penelitian, termasuk menjadi remaja atau menghadapi depresi. Terapi kognitif intervensi perilaku religius diberikan kepada satu kelompok (kelompok eksperimen) dan kelompok non-intervensi (kelompok kontrol) digunakan untuk mengevaluasi keefektifan pengobatan.

¹⁴Surayya Hayatussofiyyah, H.Fuuad Nashori, dan Rumiani. Efektivitas Terapi Kognitif Perilaku Religius Untuk Menurunkan Depresi Pada Remaja. Jurnal Psikoislamedia. Vol. 2 No.1. Hlm42-45. 2017 .

Kemiripan dapat ditarik antara penelitian ini dan penelitian yang direncanakan penulis, dimana penelitian yang akan dilakukan juga berkaitandengan kegiatan terapi untuk mengatasi depresi. Objek penelitian ialah perbedaannya. Pada penelitian ini, objeknya terletak pada Madrasa Aliyah yang berada di Sleman. Sedangkan objek yang akan penulis teliti berada di Zamathera Paris Purwokerto.

Keenam, penelitian yang dipublikasikan pada tahun 2021. Disusun oleh Catur Juniastanti Anggaren dengan judul Gambaran Kecenderungan Gejala Depresi Remaja Akibat Perceraian Orang Tua.¹⁵ Tujuan peneliti untuk menggambarkan kecenderungan gejala depresi remaja akibat perceraian yang bertujuan untuk mengetahui gambaran kecenderungan gejala depresi dan faktor-faktor yang mempengaruhi depresi akibat perceraian orangtua. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif.

Baik penelitian ini maupun penelitian mendatang yang direncanakan penulis akan menggunakan metode kualitatif, dengan data yang dikumpulkan terutama melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi tertulis. Namun, perbedaan penelitian ini terletak pada bagaimana masalah tersebut dinyatakan yaitu bagaimana dinamika munculnya depresi dan faktor penyebab depresi. Sedangkan yang akan ditulis oleh peneliti bagaimana mesmerism bisa menjadi media terapi untuk penderita depresi.

Ketujuh, penelitian yang dipublikasikan pada tahun 2021 Healthy Vol. 10 No. 1 Desember dengan judul Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Depresi Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdhana Banyuwangi tahun 2021. Penelitian ini bertujuan Untuk mengobati depresi pada lansia secara efektif, perlu ditemukan terapi yang sesuai dengan keyakinan yang mereka anut. Salah satu terapi tersebut adalah terapi murotal Al-Qur'an, yang dapat membantu mengangkat semangat seseorang ketika sedang down, menenangkan pikiran yang gelisah, melembutkan hati yang dingin, dan mengarahkan seseorang ke arah yang benar. Mendengarkan

¹⁵Catur Juniastanti Anggaren. Gambaran Kecenderungan Gejala Depresi Remaja Akibat Perceraian Orang Tua. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Semarang ,2021

bacaan Al-Qur'an untuk lansia dapat menjadi pengobatan yang efektif untuk depresi di kalangan demografis ini.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan sama-sama melakukan kegiatan terapi untuk mengatasi depresi. Sedangkan perbedaannya objek peneliti lebih ke lansia sedangkan penulis pada remaja dan dewasa.

Kedelapan, penelitian yang dipublikasikan pada juni 2021 dimuat di Jurnal Keperawatan Silampari Vol. 4, No 2. Dengan judul Hipnoterapi Sugesti Langsung Dan Anchoring Terhadap Penurunan Kecemasan dan Tingkat Depresi Pada Pasien ODHA. Peserta penelitian adalah pasien ODHA di Rumah Sakit Umum Tarakan di Jakarta Pusat, dan tujuannya adalah untuk menilai keefektifan sugesti langsung dan hipnoterapi penahan dalam mengurangi gejala kecemasan dan depresi mereka. Lebih dari 32 juta orang kehilangan nyawa karena HIV/AIDS di seluruh dunia, menjadikannya masalah kesehatan masyarakat yang utama di negara-negara seperti Indonesia. Infeksi HIV saat ini merupakan kondisi kesehatan kronis yang dapat dikelola dengan baik, sehingga ODHA dapat hidup panjang, berkualitas, dan sehat. Hal ini sebagian besar disebabkan oleh peningkatan ketersediaan pencegahan, diagnosis, pengobatan, dan perawatan HIV yang efektif, termasuk untuk infeksi oportunistik. Hampir 38,1 juta orang diperkirakan positif HIV pada akhir tahun 2018.

Kecemasan dan depresi hanyalah dua masalah tambahan yang dapat muncul pada orang yang hidup dengan HIV/AIDS (ODHA). Kedua hal tersebut merupakan stressor yang dapat memperburuk kesehatan ODHA pada setiap tahap infeksi HIV. Verhey melaporkan bahwa dari total 204 peserta, 91 (44,6%) didiagnosis dengan HIV dan 40 (19,6%) mengalami kecemasan. Depresi umum terjadi pada orang yang hidup dengan HIV/AIDS; 350 juta orang diperkirakan akan terpengaruh di seluruh dunia. Stigma dan diskriminasi yang meluas yang dihadapi oleh mereka yang hidup dengan HIV/AIDS (ODHA) berdampak buruk pada kesehatan mereka, baik dari segi kesejahteraan fisik maupun mental. Hal ini mempengaruhi tindakan ODHA

yang misalnya menolak tes HIV karena takut atau menunda pengobatan. Situasi stres akan muncul jika ODHA mengalami stigma dan diskriminasi. Orang yang hidup dengan HIV/AIDS lebih rentan terhadap efek negatif dari stres, oleh karena itu pemerintah telah menerapkan sejumlah intervensi—termasuk pendidikan dan konseling, terapi perilaku religius kognitif, kelompok bermain, pengobatan, dan hipnoterapi—untuk mengatasi hal ini. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa hipnoterapi dapat menjadi metode yang efektif untuk meredakan gejala stres dan depresi; namun, penggunaannya dalam pengobatan HIV/AIDS masih sangat jarang.

Pasal 21 ayat (1) huruf m UU No. 38 Tahun 2014 tentang Keperawatan (Permenkes RI No. 26 Tahun 2019 Tentang Peraturan Pelaksanaan UU No. 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan) memberikan kewenangan kepada perawat untuk melakukan praktik keperawatan komplementer dan alternatif. pengelolaan; keputusan ini dicatat dalam dokumen ini. Tentang Hypnotherapy Keperawatan juga termasuk dalam Standar Intervensi Keperawatan Indonesia sebagai salah satu bentuk intervensi keperawatan. Kemampuan untuk menyarankan perubahan perilaku dapat memberikan efek penyembuhan dalam hipnoterapi. Hipnoterapi dapat menggunakan berbagai metode, termasuk teknik *direct suggestion dan anchoring*.¹⁶

Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian selanjutnya adalah sama-sama melakukan kegiatan terapi untuk mengatasi depresi. Sedangkan perbedaannya objek peneliti lebih ke penderita HIV AIDS/ ODHA, sedangkan penulis pada remaja dan dewasa awal.

¹⁶Sugiyono, Rohman Azzam, Mustikasari, dkk. Hipnoterapi Sugesti Langsung Dan Anchoring Terhadap Penurunan Kecemasan dan Tingkat Depresi Pada Pasien ODHA. Jurnal Keperawatan Silampari. Vol 4, No. 2 Juni 2021. Hlm 434

BAB II KAJIAN TEORI

A. Terapi

Kata terapi dalam bahasa Arab adalah “*al-Istisyfa*” yang berasal dari kata “*syafa-yasfi-syifa*” yang artinya menyembuhkan. Terapi dalam bahasa Inggris berarti pengobatan dan penyembuhan. Terapi juga dapat dilihat sebagai upaya metedis, dipikirkan dengan matang untuk membantu klien mengatasi masalahnya dengan tujuan untuk memperbaiki, mempertahankan, dan mempertahankan kondisi klien agar pikiran dan hatinya berada dalam keadaan dan posisi yang proporsional. Seseorang dianggap sehat dan bahagia jika pikiran dan hatinya seimbang satu sama lain.¹⁷ Dalam kamus ilmiah terapi adalah pengobatan, pengobatan yang dimaksud adalah pengobatan jiwa yang dikenal dengan istilah psikoterapi. Psikoterapi tersusun dari dua kata yaitu psiko dan terapi, yang artinya pengobatan dengan ilmu jiwa. Maksudnya adalah cara pengobatan yang dipakai berdasarkan metode psikologis, definisi terapi dalam kamus medis serupa: memberikan bantuan dan upaya untuk menyembuhkan mereka yang sakit.

Chris dan Herti mengklaim bahwa terapi bukanlah upaya medis dan tidak bertujuan untuk menyembuhkan penyakit melainkan untuk memulihkan kesehatan mereka yang menderita. Akibatnya, definisi terapi melampaui perawatan medis; itu mencakup segala sesuatu yang meningkatkan kualitas hidup orang yang sakit, baik melalui sarana fisik maupun kenyamanan emosional.¹⁸

Utsman Najati dalam bukunya Al-Qur'an dalam ilmu jiwa menjelaskan faktor utama penyebab dari gejala sakit jiwa adalah keresahan. Dikalangan ahli psikoterapi sendiri terjadi perbedaan pendapat dalam menentukan faktor-faktor yang menyebabkan keresahan, mereka hanya menyimpulkan bahwa

¹⁷Sattu Alang. Manajemen Terapi Islam dan Prosedur Pelayanannya. Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam. Vol. 7, No. 1, Mei 2020. Hlm 77-86

¹⁸M. Amin Syukur. Sufi Healing : Terapi dalam Literatur Tasawuf. Walisongo. Vol 20, No 2, November 2012. Hlm.394

tujuan psikoterapi ialah melepaskan seseorang dari keresahan dan membangkitkan perasaan aman dalam dirinya. Namun dalam merealisasikan tujuan itu menggunakan metode terapi yang berbeda. Utsma Najati menerapkan metode psikoterapi dengan mengkaji dan memahami Al-Qur'an disertai dengan keimanan kepada Allah. Kekuatan spiritual dan dampak Al-Qur'an luar biasa. ia dapat membangkitkan kembali pikiran, hal ini dibuktikan oada saat awal perkembangan Islam, demikian besar pengaruhnya atas jiwa bangsa Arab. Yang berhasil sepenuhnya dalam mengubah kepribadian, moral, tingkah laku dan sistem kehidupan mereka, sebagian berhasil dibentuk individu- individu yang mempunyai prinsip idealisme dan nilai- nilai yang luhur. Mereka pun kemudian membentuk suatu masyarakat yang bersatu, terorganisasi dan bekerjasama. Sehingga dapat menakhlukan seruan Islam keseluruhan penjuru dunia.

Ibnu Qayim Al-Jauziah berpendapat dalam Al-Thib Al-Nabawi bahwa ada dua kategori utama penyakit: penyakit yang memengaruhi pikiran dan penyakit yang memengaruhi tubuh. Sementara itu, ketika kita berbicara tentang penyakit, kita mengacu pada keadaan di mana terjadi gangguan pada tatanan alam baik di alam fisik maupun spiritual. Sedangkan ruhani (Qalbu) adalah situasi dan kondisi yang muncul dari kesehatan dan keselarasan dan ditandai dengan adanya penyimpangan dari jalan tauhid dan cinta kepada-Nya, sebagaimana dijelaskan oleh Ibnu Qayyim.¹⁹

1. Jenis- jenis Terapi

a. Terapi kognitif

Tujuan dari terapi perilaku kognitif adalah untuk membantu orang mengubah pikiran dan tindakan mereka untuk meningkatkan kesehatan mental mereka. Sejumlah masalah kesehatan mental, seperti fobia, kecanduan, kecemasan, insomnia, dan depresi, dapat diatasi dengan metode perawatan ini dengan menyesuaikannya dengan masing-masing pasien. Mengingat fakta bahwa tidak ada pendekatan satu ukuran untuk semua pemecahan masalah, bentuk

¹⁹Muzaki. Dakwah Islam dan Kearifan Budaya Lokal. Vol.8,No.1 2017

terapi mental ini membutuhkan prosedur yang solid, dedikasi, dan keterhubungan di pihak Anda untuk menghasilkan hasil yang diinginkan.²⁰

b. Terapi Tingkah Laku

Perawatan yang digunakan dalam terapi perilaku didasarkan pada berbagai teori pembelajaran dan filosofi pedagogis. Gaya hidup yang lebih adaptif dapat dicapai melalui penerapan prinsip belajar secara sistematis, jelasnya. segala sesuatu yang dapat diamati, didengar, atau dirasakan tentang seseorang dalam situasi tertentu atau sebagai respons terhadap stimulus tertentu, dengan tujuan mendorong orang tersebut mengubah perilakunya untuk menyelesaikan masalah.²¹

c. Terapi Psikodinamik

Sebuah terapi yang mengarahkan pasien untuk terbuka. Pasien akan dibimbing untuk membicarakan pikiran dan perasaannya secara bebas, mereka bisa mengutarakan apa saja yang ada dipikirkannya. Psikodinamik seringkali diberikan kepada pasien depresi yang juga memiliki komorbid gangguan kepribadian, seperti gangguan kepribadian borderline.²²

d. Terapi Humanistik

Tujuan dari terapi eksistensial adalah untuk membantu pasien membangun kembali kontak dengan realitas dengan membangkitkan kembali kesadaran dirinya dan memperbaiki perspektif yang salah tentang makna hidup.²³

²⁰Wina Lova Riza. Penerapan Terapi Perilaku Kognitif (*Cognitive Behavioral Therapy*). *Psychopedia*, Vol. 1 No. 1 2016. Hlm 22

²¹Asrul Haq Alang. Teknik Pelaksanaan Terapi Perilaku (*Behaviour*). *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* Vol. 7, No. 1, Mei2020. Hlm 32-41

²²Tommy Raharja, Innawati Jusup. Pasien Depresi Dengan Gangguan Kepribadian Borderline yang Mendapatkan Terapi Psikofarmaka dan Psikoterapi Psikodinamik. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*. Vol. 3, No. 1, April 2021. Hlm 1-12

²³Diana Rahmasari. Peran Filsafat Eksistensialisme Terhadap Terapi Eksistensial-Humanistik Untuk Mengatasi Frustrasi Eksistensial. *Jurnal Psikologi:Teori dan Terapan*. Vol.2, No. 2, Febuari 2012. Hlm 142

2. Metode Terapi

a. Terapi psikoanalisis

Aturan dasar psikoanalisis adalah bahwa pasien setuju untuk mengatakan yang sebenarnya dan menceritakan semuanya tanpa pilih-pilih; terapi ini dikemukakan oleh Sigmund Freud, seorang ahli di bidang psikoanalisis. Freud menciptakan istilah "asosiasi bebas" untuk menggambarkan metode yang mempromosikan keterbukaan. Pasien terlibat secara sukarela, pergaulan bebas tanpa batas; selanjutnya perhatian penuh; pasien diperbolehkan untuk terlibat dalam perilaku stimulasi diri; dan terakhir, Aturan Ketidadaan diterapkan. Berdasarkan diskusi terapeutik, pasien dapat menunda untuk memuaskan dorongan dasar apa pun.

b. Terapi Sufistik (Ruqyah)

Asal usul ruqyah menunjukkan bahwa ruqyah mengacu pada bentuk doa atau permintaan perlindungan yang dibacakan atas orang sakit. Sedangkan dalam bahasa syariat, ruqyah adalah bacaan syar'i untuk pengobatan sesuai dengan ketentuan dan tata cara yang disepakati para ulama, berdasarkan nash-nash yang definitif dan otentik yang terdapat dalam Al-Qur'an dan As-Sunnah. Metode ruqyah yang benar adalah sebagai berikut :

- 1) Keyakinan yang teguh bahwa hanya Allah SWT yang dapat memulihkan kesehatan
- 2) Ruqyah harus disajikan bersama Al-Qur'an, hadits, atau nama dan sifat Allah dalam bahasa yang dapat dimengerti
- 3) Saat membaca doa, kesampingkan niat dan kembalilah kepada Allah
- 4) Sambil meniup anggota badan yang sakit, bacalah Al-Fatihah
- 5) Menghayati makna yang terkandung dalam bacaan Al-Qur'an
- 6) Mengusap orang yang sakit dengan tangan kanan

c. Metode Psikoterapi Islam

Sebenarnya banyak ayat dalam Al-Qur'an yang menunjukkan bahwa membaca Al-Qur'an adalah bentuk pengobatan penyakit jiwa yang paling efektif. Berikut kutipan langsung dari Surat Al-Isra ayat 82 Al-Qur'an:

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

Artinya : Dan kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.

Berikut ini adalah empat pilar yang mendasari praktik psikoterapi Islam:

- 1) Memadukan metode komprehensif *Jami'bayna nafus al-zakiyyah wa-al uqul al-shafiyyayah*
- 2) Metode Istiqra'iy, khusus dari penalaran barat dan hasil penelitian empiris, asalkan tidak bertentangan dengan ruh Al-Qur'an dan As-Sunnah
- 3) Metode Iqtibas, yaitu dari hasil ijtihad para ulama
- 4) Metode Istimbath, yaitu diturunkan langsung dari Al-Qur'an.
- 5) Pemisahan Antara Metode Terapi Religius Dan Medis

Dalam hal membentuk budaya Barat kuno, tidak ada yang memiliki suara lebih besar daripada para pemimpin agama. Demikian pula maju adalah aspek agama ilmu pengetahuan di bidang kedokteran. Seorang pemimpin spiritual yang menggunakan doa, mantera, dan teknik psikologis seperti sugesti, hipnosis, dan kegiatan rekreasi seperti drama dan musik untuk mengobati mereka yang menderita penyakit mental. Sedangkan terapi inkubasi atau tidur digunakan dalam perawatan medis pasien gangguan jiwa.²⁴

²⁴H.M. Sattu Alang. Pembinaan Mental Melalui Terapi Islam. Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam. Vol 8, No. 2, Desember 2021. Hlm 153

B. Mesmerism

1. Pengertian Mesmerism

Mesmerism adalah suatu teknik non verbal hipnosis yang sudah ada sejak zaman dahulu kala dan mulai dikenal diseluruh dunia oleh Franz Anton Mesmer. Pada saat itu mesmer menyembuhkan penyakit klien baik yang bersifat fisik maupun psikomatis dengan menggunakan magnet yang digerakan diatas tubuh klien dengan gerakan tertentu untuk menyeimbangkan aliran energy yang berada ditubuh klien. Mesmer menggunakan bantuan lempengan magnet karena pada saat itu belum banyak penelitian yang menyatakan bahwa didalam tubuh manusia terdapat magnet yang sangat besar dan dapat mempengaruhi energi disekitarnya.²⁵

Mengembangkan teori penyembuhan magnetisnya di Prancis selama tahun 1780-an. Franz Anton Mesmer percaya bahwa dia telah menemukan obat mujarab yang berasal dari soltance tak terlihat. Meme Amal gde didasarkan pada teori bahwa "Alam semesta diisi dengan cairan magnet yang merasuki roh dan materi dengan kekuatan vital, dan mesmerisme berusaha untuk memanfaatkan kekuatan vital. cairan untuk tujuan medis dan penyembuhan". Dengan mempelajari teknik-teknik Mesmer, ahli mesmer, atau ahli magnet diduga dapat memanipulasi energi ini untuk menghilangkan rasa sakit atau menyembuhkan penyakit. Meskipun banyak orang Prancis tertarik pada mesmerisme, orang-orang skeptis memandangnya paling baik sebagai produk imajinasi dan paling buruk sebagai penipuan total.

Mesmerisme kembali menemui beberapa perlawanan memasuki budaya Amerika pada tahun 1830-an. Sekitar waktu yang sama, Victoria Inggris "juga menjadi sangat tertarik di dalamnya. Mulai tahun 1836, Charles Poyen, seorang Perancis mesmerist, berkeliling New England untuk menyebarkan teorinya tentang mesmerisme. Sebagai pengikut

²⁵ Reza Anggara, "Magnetism dan Mesmerism."diaccessed 23 Desember 2022, <https://123dok.com/document/q7047wgry-mangetism-mesmerism.html>

Puységur, teori Poyen tentang mesmerisme berfokus pada pengaruh psikologis dan "pengerahan kehendak magnetizer sebagai faktor utama dalam mendorong keadaan mesmerik "daripada manipulasi cairan tak terlihat yang diklaim oleh Mesmer.

Kerumunan orang Amerika masih menolak obat mesmerik yang tetap terkait dengan penipuan yang terungkap. oleh Franklin dan Jefferson. Namun, gagasan Poyen semakin populer terutama setelah menerbitkan *Progress in Animal Magnetism* di New England pada tahun 1837. Didukung oleh dokter yang menggunakan obat tersebut, Poyen telah membangun kredibilitas di mata publik. Sayangnya bagi Poyen, mesmerisme masih dipandang sebagai sebuah praktik medis yang radikal, dan terus menimbulkan aura kecurigaan dan keraguan di kalangan profesional medis dengan kontingen publik dan medis Amerika yang keras kepala, Poyen meninggalkan upayanya untuk membawa mesmerisme ke Amerika dan kembali ke Prancis pada tahun 1839. Terlepas dari itu, pada dekade berikutnya, publik Amerika menjadi lebih menyambut ide-ide mesmerik.²⁶

Metode terapi yang dilakukan mesmer terhadap pasien, Yaitu dengan mengisi bak sampai penuh dengan air dan meletakkan besi magnet di dalamnya. Pasien diinstruksikan untuk memegang besi magnet dengan keyakinan bahwa energi akan ditransfer dari magnet ke tubuh mereka, sehingga memfasilitasi pergerakan cairan universal yang lamban. Selanjutnya, Mesmer menggunakan teknik penyembuhan di mana dia menyarankan penyembuhan kepada pasien dalam bentuk kalimat, berpotensi membuat mereka kesurupan di mana mereka lebih mudah menerima nasihatnya. Istilah "*animal magnetism*", atau "*mesmerisme*", umumnya digunakan untuk merujuk pada metode penyembuhan yang dikembangkan dan digunakan Mesmer.²⁷

²⁶ Todd Aldrige, *The Threat of Mesmerism* "(University in partial fulfillment of the requirements of the Degree of Master of Arts,2010), Hlm3-4.

²⁷ Sinardi, Sujito. Eksplanasi Pengobatan Alternatif Supranatural Berdasarkan Tinjauan Teori Gelombang Otak dan Hipnosis. *Jurnal Filsafat*, Vol. 2, No. 1 2019 ISSN: E-ISSN 2620-7982

Magnetisme personal adalah suatu pengaruh halus, bersifat mampu menggetarkan memancar baik secara sadar maupun tidak sadar, untuk kebaikan atau untuk kejahatan, dari setiap manusia. Semua orang memiliki apa yang dinamakan Personal Magnetism. Namun demikian, tidak semua orang memiliki Personal Magnetism yang atraktif. Ketika kita melihat atau mendengar seseorang berbicara kita juga merasakan adanya kekuatan lain yang berada dalam orang tersebut yang sifatnya mendorong, membujuk, menolak atau memaksakan (magnetism personalnya).

Bisa saja seseorang itu memiliki wajah, tubuh, dan sosok yang bagus, bahkan berpakaian rapih tetapi tidak menarik. Bisa juga ada seseorang yang memiliki wajar dan tubuh biasa aja, cara berpakaianya biasa saja, tetapi lebih menarik. Personal Magnetism bukanlah apa yang 'nampak' pada seseorang, melainkan apa yang sesungguhnya ada didalam orang itu. Ini adalah karakter asli seorang manusia, karakter asli adalah siapa Anda ketika tidak ada seorang pun yang melihat Anda, itulah diri Anda yang sesungguhnya. Ini adalah sesuatu yang tak kasat mata, namun dapat dirasakan oleh orang lain. Kekuatan ini dapat Anda gunakan untuk jalan kebaikan, seperti mempercepat kesuksesan dan

membantu menyembuhkan orang lain. Namun, bila disalahgunakan ini dalam mencelakakan orang lain dan bisa berujung kepada kematian. Personal Magnetism ini dapat digunakan untuk menarik segala sesuatu ke arahnya atau untuk memproyeksikan suatu semangat kesuksesan dan bantuan bermanfaat bagi orang lain. Personal Magnetism lebih menampakan dirinya dari kesan dibandingkan dengan tindakan. Untuk memperbesar Personal Magnetism kita perlu mengembangkan pikiran kita dan juga fisik kita. Bahkan, emosi pun memengaruhi Personal Magnetism kita.

Ada penghipnotis yang lebih tahu tentang magnet daripada mesmerisme. Karena Mesmer adalah seorang dokter dengan pelatihan, dia adalah orang pertama yang memperkenalkan metode hipnosis yang dia sebut Magnetisme Hewan, yang mengangkat bidang tersebut ke tingkat

pengetahuan ilmiah. Kata "magnetik" berasal dari kata Jerman "magnet", yang berarti "besi pemberani". Para ahli di bidang ilmu alam menegaskan bahwa fenomena ini dapat dikaitkan dengan melimpahnya energi di alam, yang pada gilirannya meningkatkan magnetisme. Tubuh manusia menyimpan magnet di saraf, pembuluh darah, dan setiap molekul darahnya. Kemampuan untuk menarik dan menahan medan magnet sangat penting untuk kelangsungan hidup manusia.²⁸

Mesmerisme adalah sistem radiasi, sistem radiasi yang sulit ditentukan oleh pusat fokusnya. Dalam mengambil posisi mereka sehubungan dengan para penganutnya, peminat, penyelidik, pencela dan penyanggahnya membantu membentuknya, memproduksinya dengan cara di mana mereka dalam setiap kasus berusaha untuk menguranginya. Beberapa dari ambivalensi ini berfokus pada kata operator yang sering digunakan untuk mesmeriser. Kata operator telah digunakan setidaknya sejak abad ke-16 untuk menunjukkan orang yang mempengaruhi dan mengoperasikan, atau melakukan suatu pekerjaan, meskipun seringkali memiliki implikasi melakukan suatu pekerjaan, bukan atas nama sendiri, tetapi milik orang lain. Tetapi kata itu sejak awal telah mendapatkan asosiasi akal-akalan, untuk menunjukkan karya palsu, karya simulasi karya: Cotgrave menyebut 'operator' Prancis pada tahun 1611 sebagai 'seorang dukun, penipu, dan kata tersebut dengan cepat mendapatkan asosiasi tipu muslihat, penipuan, dan transaksi curang yang masih dipertahankannya. Tidak pernah jelas pekerjaan apa yang dilakukan operator, atau atas nama siapa, atau untuk keuntungan siapa. Sebagai spesies pemikiran magis, mesmerisme dapat dianggap sebagai konstelasi yang bersirkulasi dari berbagai prinsip: kekuatan, fantasi, pengetahuan, dan tubuh. Prinsip-prinsip ini tidak secara tepat sepadan satu sama lain, karena mereka semua adalah hal yang berbeda, juga tidak sepenuhnya dapat dipisahkan satu sama lain, karena tidak ada kuartet yang dapat dipahami atau efektif tanpa mengacu pada yang lain. Kekuasaan, fantasi,

²⁸Ridwan Sank . tradisi Esoteris Sunda Magnetisme Aura. Ebook 2019. Hlm 17

pengetahuan, dan tubuh saling terkait satu sama lain seperti elemen yang berbeda dalam permainan gunting, batu, dan kertas. Masing-masing dapat bertahan dan ditanggung secara berbeda, oleh yang lain, tergantung pada permainannya. Bagi ahli mesmeris ilmiah atau materialistis seperti Elliotson, mesmerisme adalah masalah fakta tubuh, yang harus diamati dan ditata dengan cermat. Tidak ada prinsip supernatural yang terlibat dalam mesmerisme.

Para pendukung mesmerisme, dengan persuasi apa pun, tanpa henti bersikeras pada fakta yang dapat diraba dan terlihat dari apa yang diproduksi. Fakta-fakta ini bergantung pada tubuh yang terlihat dan tidak dapat difalsifikasi. Di sisi lain, ada fantasi, khayalan fantastis tentang apa yang diyakini dapat dilakukan oleh tubuh, yang berlebihan dari kondisinya sendiri. Tetapi kontras antara fakta dan fantasi tubuh, atau antara tubuh, sebagai gudang mati rasa atau tampilan pasif fakta, dan fantasi, diperumit oleh fakta bahwa tidak ada teater fantasi yang lebih kuat atau lebih asing dari pada dunia fakta. . Fakta dikerahkan melawan pemikiran magis, tetapi tunduk pada fakta, pada hal-hal sebagaimana adanya sebenarnya, itu sendiri merupakan latihan pemikiran magis. Bukannya tidak ada fakta, atau semua fakta hanya dibuat-buat tetapi fakta hanya dapat diakses melalui dan sebagai semacam fantasi, yang paling menarik dan angkuh dari semuanya.²⁹

Mesmerisme adalah sistem radiasi, sistem radiasi yang sulit untuk menentukan pusat perhatian. Dalam mengambil stasiun mereka sehubungan dengan penganut, peminat, penyelidik membantu membentuknya, memproduksinya dengan cara yang dalam setiap kasus mereka coba kurangi. Beberapa dari ambivalensi ini berfokus pada kata 'operator' yang muncul sering digunakan dari mesmeriser. Operator kata setidaknya telah digunakan sejak abad keenam belas untuk menunjukkan orang yang mempengaruhi dan menjalankan, atau membawa melakukan

²⁹Steven Connor. All I Bealived Is True: Dickens and the Mesmerism System. London 10 October 2009

suatu pekerjaan, meskipun seringkali berimplikasi pada pelaksanaan suatu pekerjaan, bukan pada atas nama sendiri, tetapi satu orang lain. Kata awal telah diperoleh asosiasi akal-akalan, untuk menunjukkan karya palsu, karya mensimulasikan sebuah karya: Cotgrave menyebut 'operator' Prancis pada tahun 1611 sebagai quacksaluer, penipu, penipu ', dan kata itu dengan cepat mendapatkan asosiasi tipu muslihat, penipuan, dan transaksi licik yang masih dipertahankannya. Itu tidak pernah jelas pekerjaan apa yang dilakukan operator, atau atas nama siapa, atau untuk siapa keuntungan.

Sebagai spesies pemikiran magis, mesmerisme dapat dianggap sebagai darah konstelasi prinsip yang berbeda: kekuatan, fantasi, pengetahuan dan tubuh.

Prinsip-prinsip ini tidak persis sepadan satu sama lain, dalam hal itu mereka semua adalah hal yang berbeda juga tidak sepenuhnya dapat dipisahkan satu sama lain tidak ada kuartet yang dapat dipahami atau efektif tanpa mengacu pada yang lain.

Kekuasaan, fantasi, pengetahuan, dan tubuh saling terkait satu sama lain elemen yang berbeda dalam permainan gunting, batu dan kertas. Masing-masing dapat bertahan dan ditanggung secara berbeda, oleh yang lain, tergantung pada permainan dari permainan.

Jika kita membayangkan hubungan ini menyebar array kombinasi, dengan yang berbeda jenis hubungan proposisional dan preposisional di antara mereka, itu dapat memberi kita dengan mesin untuk memikirkan aksi mesmerisme. Kekuatan dari mesmerisme dapat dilihat misalnya sebagai fantasi kekuasaan tertentu atas tubuh.

Tapi, sejauh fantasi itu memiliki kekuatannya sendiri yang tak terbantahkan - untuk membingungkan, intrik, menghibur, mencengangkan, meyakinkan, menakutkan, menarik - tidak dapat diabaikan begitu saja hanya sebuah fantasi. Ada kekuatan yang dapat diverifikasi dalam fantasi kekuasaan, kekuatan yang berimplikasi pada tubuh, yang menjadi berwujud. Fantasi sangat populer seharusnya menjadi sesuatu yang bukan tubuh, proyeksi imajinasi atau keinginan kelebihan atau kekurangan dari

ranah fakta material yang diberikan contohnya dalam tubuh. Tetapi jenis fantasi tertentu yang bekerja dalam mesmerisme sangat intens dan fantasi tubuh itu sendiri yang hidup dengan intim. Jadi fantasi kekuasaan atas tubuh itu sendiri adalah semacam benda tubuh – sebut saja itu tubuh kekuatan-fantasi.

Mesmerisme adalah salah satu spesies magis yang berpikir dengan senang hati memberi dirinya izin atau kekuatan untuk memberikan penghargaan padanya kepercayaan. Keyakinan telah datang lebih dulu, telah ada, tiba-tiba, pada akhirnya, muncul, selama ini. Bagi ahli mesmeris ilmiah atau materialistis seperti Elliotson, mesmerisme adalah soal fakta tubuh, yang ada di sana untuk diamati dan ditata dengan hati-hati. Tidak prinsip supernatural terlibat dalam mesmerisme. Para pendukung dari mesmerisme, dari bujukan apa pun, tanpa henti bersikeras pada yang gamblang, terlihat fakta dari apa yang diproduksi.

Fakta-fakta ini bergantung pada yang terlihat, badan yang tidak dapat dipalsukan. Di sisi lain, ada fantasi, khayalan fantastis tentang apa yang diyakini dapat dilakukan oleh tubuh, dengan kelebihanannya sendiri yang mencolok kondisi. Tetapi kontras antara fakta dan fantasi tentang tubuh, atau antara tubuh, sebagai gudang mati rasa atau tampilan fakta yang pasif, dan fantasi, diperumit oleh fakta bahwa tidak ada teater yang lebih kuat atau asing fantasi daripada dunia fakta. Fakta dikerahkan melawan pemikiran magis, tapi subordinasi pada fakta, pada hal-hal sebagaimana adanya sebenarnya, itu sendiri adalah sebuah latihan pemikiran magis. Bukannya tidak ada fakta atau semua fakta ada hanya dibuat-buat, tetapi fakta hanya dapat diakses melalui dan sebagai semacam fantasi, yang paling tak tertahankan dan angkuh dari semua.³⁰

Metode terapi yang dilakukan mesmer terhadap pasien, yaitu dengan mengisi penuh sebuah bak dengan air dan kemudian memasukkan besi magnet ke dalamnya. Pasien yang akan diobati diminta untuk

³⁰ Steven Connor, *All I Believed Is True: Dickens and the Mesmerism System*, 2009. Hlm

memegang besi magnet itu dengan harapan akan mengalir energi dari magnet ke tubuh pasien dan energi tersebut diyakini dapat melancarkan aliran cairan universal yang tersumbat. Mesmer kemudian melakukan teknik penyembuhan dengan menggunakan kalimat-kalimat sugesti yang dapat membuat pasien masuk dalam kondisi *trance* dan menerima sugesti-sugesti penyembuhan yang diberikannya. Teknik penyembuhan yang dipraktikkan oleh Mesmer di atas dikenal sebagai “*animal magnetism*” atau lebih populer dikenal sebagai “*mesmerism*”.³¹

Kemudian pada saat pengobatan Mesmer melakukan sebuah drama penyembuhan yang menimbulkan efek sugesti yang kuat. Hal ini membuat pasien yang ada menjadi terhanyut dalam imajinasi drama tersebut. Ada juga pasien yang mengalami halusinasi sehingga seolah-olah melihat Mesmer mengeluarkan asap atau energi. Pada sesi terakhir proses penyembuhannya Mesmer menyentuh pasien sambil memberi sugesti bahwa pasien sudah disembuhkan. Mesmer mengklaim bahwa dirinya memiliki energi magnetis semacam kesaktian yang bisa menyembuhkan, Mesmer juga mengaku bisa mengalirkan energi magnetis kedalam gelas. Sehingga orang yang minum gelas itu dapat sembuh dari penyakitnya.

James Braid adalah orang pertama yang mencoba menjelaskan fenomena *mesmerism* dari sudut pandang ilmu psikologi. Ia adalah seorang ahli bedah dan seorang penulis yang produktif dan andal, ia juga sangat dihormati oleh *British Medical Association*. Pada tahun 1841 melakukan pemeriksaan medis pertama terhadap seorang subjek yang berada dalam kondisi *trance mesmerisme*. Setelah pemeriksaan pertama ia memulai eksperimen pribadi dan melibatkan rekan kerja yang ia percaya. Dari hasil penelitian yang dilakukan akhirnya *hypnosis* dapat dijelaskan dalam kerangka ilmiah dan diterima suatu teknik pengobatan oleh dunia kedokteran Inggris.

³¹Sinardi,Sujito.Eksplanasi Pengobatan Alternatif Supranatural Berdasarkan Tinjauan Teori Gelombang Otak dan Hipnosis. Jurnal Filsafat, Vol. 2, No. 1 2019 ISSN: E-ISSN 2620-7982

James Braid disebut bapak Hypnosis, karena dia yang pertama kali memperkenalkan nama hypnosis atau hypnotism. *Hypnos* adalah nama Yunani untuk dewa tidur, dari situlah kata "hipnosis" berasal. Sangat penting untuk membedakan antara hipnosis dan tidur karena sementara yang terakhir, seseorang tidak sadar dan karena itu tidak dapat melihat sekelilingnya. Namun, saat dalam trans hipnosis, tubuh seseorang mungkin sedang istirahat, mirip dengan orang yang sedang tidur, tetapi pikirannya sepenuhnya waspada dan mampu memproses dan menanggapi apa pun yang dikatakan padanya. Hypnosis adalah proses mempengaruhi perilaku dan keadaan emosional seseorang melalui sugesti atau ide pemikiran, yang dimulai dengan penetrasi faktor kritis dari pikiran sadar. Ini juga merupakan keadaan mental yang dicapai dengan menghambat proses logis-analitik pikiran, sehingga memfasilitasi akses ke potensi bawah sadar laten seseorang untuk tujuan meningkatkan kualitas hidup seseorang melalui transmisi informasi berguna yang efisien dan cepat ke wilayah otak tersebut.³²

Meskipun hipnosis disebut sebagai "salah satu dari tujuh keajaiban psikologi modern" oleh Dr. John C. Hughes dalam bukunya *Hypnosis: The Introduction of Conviction* (diterbitkan oleh *National Guild of Hypnotists*), tidak ada yang setuju tentang apa sebenarnya hipnosis. Demikian pula, tidak ada yang mengerti listrik, tapi itu tidak menghalangi dia.

Hipnosis, menurut *Mosby Medical Encyclopedia*, adalah "keadaan trans pasif yang mirip dengan tidur normal" di mana persepsi dan ingatan seseorang diubah dan penerimaan seseorang terhadap sugesti ditingkatkan.³³

Ada penghipnotis yang lebih tahu tentang magnet daripada mesmerisme. Karena Mesmer adalah seorang dokter dengan pelatihan, dia

³² Meisil B wulur. Aplikasi Hipnosis (Tinjauan Komunikasi Dakwah). Jurnal Al-Bayan, Vol. 24 No. 2 Juli Desember 2018. Hlm 271-285

³³ Arubina Bangsawan dan Hendra Musa. Pengaruh Metode Hypnotis Terhadap Kemampuan Peserta Individu Pada Pelatihan Hypnotis Perusahaan Mulawarman Institute Palembang, e-Jurnal Apresiasi Ekonomi. Vol 8, No. 1 Febuari 2020. Hlm 73

adalah orang pertama yang memperkenalkan metode hipnosis yang dia sebut Magnetisme Hewan, yang mengangkat bidang tersebut ke tingkat pengetahuan ilmiah. Kata "magnetik" berasal dari kata Jerman "magnet", yang berarti "besi pemberani". Para ahli di bidang ilmu alam menegaskan bahwa fenomena ini dapat dikaitkan dengan melimpahnya energi di alam, yang pada gilirannya meningkatkan magnetisme. Tubuh manusia menyimpan magnet di saraf, pembuluh darah, dan setiap molekul darahnya. Kemampuan untuk menarik dan menahan medan magnet sangat penting untuk kelangsungan hidup manusia.³⁴ Para pendukung mesmerisme, dengan persuasi apa pun, tanpa henti bersikeras pada fakta yang dapat diraba dan terlihat dari apa yang diproduksi. Fakta-fakta ini bergantung pada tubuh yang terlihat dan tidak dapat difalsifikasi. Di sisi lain, ada fantasi, khayalan fantastis tentang apa yang diyakini dapat dilakukan oleh tubuh, yang berlebihan dari kondisinya sendiri. Tetapi kontras antara fakta dan fantasi tubuh, atau antara tubuh, sebagai gudang mati rasa atau tampilan pasif fakta, dan fantasi, diperumit oleh fakta bahwa tidak ada teater fantasi yang lebih kuat atau lebih asing dari pada dunia fakta. . Fakta dikerahkan melawan pemikiran magis, tetapi tunduk pada fakta, pada hal-hal sebagaimana adanya sebenarnya, itu sendiri merupakan latihan pemikiran magis. Bukannya tidak ada fakta, atau semua fakta hanya dibuat-buat tetapi fakta hanya dapat diakses melalui dan sebagai semacam fantasi, yang paling menarik dan angkuh dari semuanya.³⁵

Saat kita memikirkan jenis energi atau emosi tertentu, energi itu akan mengalir ke arah kita dalam hitungan detik hingga menit. Hasilnya akan menjadi medan energi dengan semua keunggulan pemikiran manusia. Saat pikiran kita menghasilkan medan energi, mereka akan menarik energi lain yang memiliki kualitas serupa.

³⁴ Ridwan Sank . tradisi Esoteris Sunda Magnetisme Aura. Ebook 2019. Hlm 17

³⁵ Steven Connor. All I Bealived Is True: Dickens and the Mesmerism System. London 10 October 2009

Bagaimana kita bisa merasakan energi didalam tubuh diataranya adalah perubahan ritme gerakan tubuh kita, perubahan suhu dalam tubuh kita, sebuah getaran dan refleksi di telapak tangan kita ketika telapak tangan saling berhadapan. Metode, seperti mengkonsumsi air berkualitas magnet, menjalani inisiasi, berlatih teknik pernapasan tertentu, menciptakan getaran, puasa, dan membaca mantra atau wiridan, dijelaskan untuk membangkitkan kekuatan magnet. Penyembuhan magnet, menggambar keberuntungan, menarik sukses, telepati, melihat aura, dan lain sebagainya. Kemampuan didokumentasikan dengan baik. Saat mesmerisme digunakan bersamaan dengan energi magnetis alami seseorang, hasilnya adalah keadaan trance yang dalam bagi subjek.³⁶

2. Unsur- Unsur Mesmerism

a. Transfer Energi

Salah satu unsur mesmerism yaitu transfer energi, transfer energi merupakan sesuatu yang sampai saat ini bagi sebagian amat besar manusia masih merupakan suatu “misteri”, karena pengaruhnya yang seringkali datang secara tiba-tiba tanpa dapat benar-benar dijelaskan dengan alasan yang bersifat fisik. Pada kenyataannya secara lahiriah biasa bertolak belakang dengan apa yang kita rasakan dan tanpa alasan artinya bukan karena kita sedang memikirkan suatu hal lain.

Sebagai contoh, ketika kita bertemu dengan seorang sahabat atau rekan kerja kita yang secara lahiriah dia tersenyum ramah dan menyenangkan, tapi selang tidak lama dari pertemuan tersebut mempengaruhi suasana hati kita menjadi kurang nyaman.

b. Pembersihan Lewat Energi

Melepaskan energy merupakan salah satu unsur yang terdapat dalam mesmerism. Energy yang selalu mengikuti pikiran kita ketika kita fokus pada jenis energi atau emosi dalam beberapa detik sampai beberapa menit, energi kita akan mengikuti pikiran kita maka hal itu

³⁶ Reza Anggara. Magnetism Dan Mesmerism. Hlm 7

akan membuat energi yang memiliki karakteristik pikiran kita. Medan energi yang dibentuk oleh pikiran kita akan menarik energi lain dengan karakteristik yang sama. Ketika medan energi semakin besar berarti kekuatan magnet untuk menarik energi yang sama menjadi lebih kuat dan lebih cepat.³⁷

Energi yang dilepaskan dalam mesmerism diharapkan dapat menjadi proses penyembuhan.

C. Depresi

1. Pengertian Depresi

Kata terapi dalam bahasa Arab, *al-Istisyfa*, berasal dari kata *syafa-yasfi-syifa* yang artinya menyembuhkan. Terapi dalam bahasa Inggris berarti pengobatan dan penyembuhan. Tujuan terapi adalah mengembangkan dan menjaga kondisi klien agar pikiran dan hatinya dalam keadaan seimbang. Terapi juga dapat dilihat sebagai upaya sistematis dan terencana untuk membantu klien mengatasi masalah yang dihadapinya. Seseorang yang memiliki pikiran dan hati yang seimbang adalah orang yang sehat dan bahagia baik di kehidupan ini maupun di akhirat.³⁸

Teori Sigmund Freud dan Karl Abraham tentang depresi sangat mirip. Kehilangan dan emosi rumit yang ditimbulkannya dapat menyebabkan depresi. Kesedihan dan depresi yang normal, seperti yang dijelaskan oleh Freud dalam bukunya "*Morning and Melancholia*", adalah reaksi atas kehilangan seseorang atau sesuatu yang tersayang.³⁹ Gangguan depresi adalah gangguan suasana hati yang memanifestasikan dirinya

³⁷Reza Anggara. Magnetism Dan Mesmerism. Hlm 7

³⁸Sattu Alang. Manajemen Terapi Islam dan Prosedur Pelayanan, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam. Vol. 7 No.1, Mei 2020. Hlm 77-86

³⁹Marie Blackurn, Kate, Davidson, Rusda Koyo Sutadi. Terapi Kognitif untuk Depresi dan Kecemasan: suatu petunjuk bagi praktisi. (Semarang: IKIP Semarang, 1994)

dalam berbagai keadaan emosi negatif, seperti lekas marah, apatis, kehilangan minat dalam hidup, rasa tidak berharga, dan putus asa.⁴⁰

Setiap orang, dari nonspesialis hingga ahli kedokteran dan psikologi, akrab dengan istilah "depresi" karena penggunaannya yang meluas dalam bahasa sehari-hari. Di antara penyakit mental yang paling umum, depresi adalah masalah kesehatan masyarakat yang serius. Stres yang tidak terselesaikan dapat menyebabkan depresi. Karena kepercayaan yang salah bahwa penyakit ini akan hilang tanpa pengobatan, penyakit ini sering diabaikan. Atkinson menggambarkan depresi sebagai keadaan pikiran yang ditandai dengan perasaan putus asa, sedih, tidak berdaya, ketidakmampuan untuk memilih antara tindakan alternatif, kurang konsentrasi, apatis, dan ide bunuh diri. Sederhananya, depresi adalah keadaan pikiran yang mengerikan yang membuat seseorang merasa tidak berdaya dan sengsara.

Depresi adalah gangguan suasana hati yang memanifestasikan dirinya melalui kurangnya minat atau kesenangan hidup, serta melalui rasa kesia-siaan dan keputusasaan.⁴¹ Berikut adalah beberapa ringkasan teoretis tentang depresi: Teori psikoanalisa. Menurut para pendukung teori ini, gangguan abnormal berasal dari konflik bawah sadar, represi, dan mekanisme defensif seseorang, yang semuanya membuat mereka sulit menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sesuai dengan prinsip psikoanalisis, diri sejati seseorang tidak berada dalam perilaku sadarnya yang nyata, melainkan dalam dorongan bawah sadarnya yang laten (tidak sadar). Menurut para pendukung teori ini, kehilangan kepemilikan yang berarti selama masa kanak-kanak meningkatkan risiko depresi di kemudian hari. Ini memiliki kaitan langsung dengan pengalamannya sebelumnya. Teori behavioristik. Menurut aliran pemikiran ini, kejadian

⁴⁰Sri Aminingsih, Tunjung Sri Yulianti, dkk. Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Dusun Semenharjo Suruhkalang Jaten. Kosala JIK, Vol. 2 . No. 1, Maret 2014

⁴¹Namora Lumongga Lubis, Depresi : Tinjauan Psikologis,(Jakarta: Kencana Prenada Media, 2009) hlm 3

di luar memiliki dampak yang signifikan terhadap tindakan orang. Paradigma respons stimulus memainkan peran penting dalam membawa perubahan perilaku. Di sini, "lingkungan" mengacu pada dunia luar dan dunia dalam yang mempengaruhi perilaku manusia. Teori Kognitif. Menurut teori ini, depresi dapat dipicu oleh keadaan mental yang tidak menyenangkan seperti rasa bersalah dan membenci diri sendiri. Akibatnya, orang akan menjadi tidak bersemangat dan kehilangan minat untuk hidup. Baginya, hidupnya sia-sia dan tidak berguna. Teori Sosiokultural. Menurut para pendukung teori ini, pengaturan sosial yang disfungsi harus disalahkan atas masalah kesehatan mental dan emosional. Ada persepsi yang tersebar luas bahwa orang didorong ke ambang kelelahan untuk memenuhi harapan lingkungan sosial mereka. Jika tidak berhasil, maka akan mendapat reputasi buruk, menarik diri dari masyarakat, dan menimbulkan gejala batin.

a. Gejala Depresi

Depresi memiliki dampak negatif pada kehidupan seseorang dimana seseorang akan mengalami perasaan berlebihan yang berlangsung selama dua minggu bahkan lebih lama.

Gejala Fisik :

1. Gangguan pola tidur seperti insomnia atau hipersomnia
2. Menurunnya tingkat aktivitas, misalnya hilangnya minat atau rasa nikmat untuk melakukan aktivitas
3. Sulit makan atau makan berlebihan
4. Gejala penyakit fisik yang tidak hilang seperti sakit kepala, masalah pencernaan diare, sakit lambung
5. Perasaan lelah tidak berdaya atau hilangnya kekuatan untuk berjuang
6. Sulit berkonsentrasi

Gejala Psikis

1. Rasa sedih, cemas, atau hampa yang terus menerus
2. Rasa putus asa dan pesimis

3. Rasa bersalah, tidak berharga atau tidak berguna
4. Tidak tenang dan gampang tersinggung
5. Berfikir ingin mati atau bunuh diri
6. sensitive
7. Kehilangan rasa percaya diri⁴²

Dapat ditarik kesimpulan bahwa depresi biasanya timbul oleh perasaan sakit hati yang mendalam, rasa kecewa yang hebat, penyalahan diri sendiri dan trauma psikis.

b. Jenis-Jenis Depresi

Orang yang mengalami depresi akan berubah menjadi orang yang sangat sensitif, mudah marah, dan cepat sekali tersinggung, kehilangan rasa percaya diri, konsentrasi yang buruk dan ketahanan tubuh yang sangat lemah. Depresi juga memiliki tiga jenis yaitu :

- 1) *Normal grief reaction* (rasa sedih sebagai reaksi normal atas suatu kehilangan). Depresi ini terjadi karena suatu faktor dari luar diri, umumnya kehilangan sesuatu atau seseorang.
- 2) *Endogenous depression*. Penyebabnya datang dari diri tetapi belum jelas, biasanya karena gangguan hormon.
- 3) *Neurotic depression*. Depresi pada tahap ini terjadi bila depresi reaktif tidak terselesaikan secara baik dan tuntas, ini merupakan respon terhadap stres dan kecemasan yang telah ditimbun untuk waktu yang lama⁴³

c. Ciri- ciri kepribadian penderita depresi

Ada beberapa ciri kepribadian orang- orang tertentu yang mudah terkena depresi bila berhadapan pada situasi yang sulit, yaitu :

1. Individu yang sangat perasa dan tidak percaya diri
2. Kepribadian histeris
3. Sulit menerima kenyataan
4. Tidak percaya

⁴²Khalil Lur Rochman, Kesehatan Mental,9 Purwokerto : STAIN PRESS,2013), Hlm. 137

⁴³Eva Yuliza. Depresi dan Penangannya pada Mahasiswa. Al-Islah: Jurnal Pendidikan. Vol. 7 No. 2 , 2015 hlm 179-195

Banyak aspek yang berkontribusi terhadap timbulnya depresi, termasuk:

a. Aspek yang dimanifestasikan secara emosional

- 1) Perasaan kesal atau patah hati : Bagi banyak orang, emosi ini meringkas keadaan pikiran mereka saat ini, yang merupakan campuran dari kemurungan, kebosanan, dan keterasingan.
- 2) Perasaan negatif terhadap diri sendiri : Emosi ini mungkin serupa dengan yang dijelaskan di atas, tetapi dipusatkan di dalam pada orang yang mengalaminya.
- 3) Hilangnya rasa puas : Hal ini dimaksudkan untuk menghilangkan kepuasan yang dialami dalam semua kegiatan, termasuk yang membutuhkan tanggung jawab dan hubungan psikososial.
- 4) Hilangnya keterlibatan emosional : Kondisi ini seringkali disertai dengan penurunan minat, fokus, atau investasi emosional pada pekerjaan atau hubungan interpersonal seseorang.
- 5) Kecenderungan untuk menangis diluar kemauan : Banyak orang, terutama wanita, yang menderita depresi mengalami tanda-tanda tersebut. Selain itu, bahkan mereka yang belum pernah meneteskan air mata selama bertahun-tahun mungkin tiba-tiba menemukan diri mereka diliputi oleh emosi.
- 6) Hilangnya tanggapan terhadap humor : Dalam hal ini, pasien tidak kehilangan kemampuan untuk memahami lelucon; sebaliknya, tantangannya adalah kapasitas pasien untuk bereaksi terhadap humor dengan cara yang masuk akal.

b. Aspek depresi yang redupanifesta secara kognitif

- 1) Rendahnya evaluasi diri : Bukti untuk ini dapat ditemukan dalam pandangan yang diambil oleh penderita sendiri. Biasanya, mereka memiliki pendapat yang rendah tentang diri mereka sendiri dalam hal kualitas yang benar-benar penting, seperti kecerdasan, kesehatan, kekuatan, popularitas, dan stabilitas keuangan.

- 2) Citra tubuh yang terdistorsi : Wanita khususnya cenderung menganggap diri mereka tidak menarik dan jelek.
 - 3) Harapan yang negatif : penderita mempersiapkan diri untuk yang terburuk dan menolak untuk melakukan kontrol apa pun atas situasi mereka.
 - 4) Menyalahkan diri sendiri : Ini memanifestasikan dirinya ketika pasien menyalahkan dirinya sendiri atas segala sesuatu yang salah dan sangat kritis terhadap kekurangannya sendiri.
 - 5) Keraguan dalam mengambil keputusan : menyebabkan frustrasi pada orang-orang di sekitar orang yang depresi atau orang yang depresi itu sendiri.
- c. Aspek yang dimanifestasikan secara ramotivasiional
- Pengalaman tentang usaha, dorongan, dan keinginan yang disadari oleh penderita disertakan. Motivasi pasien tampak regresif, dan dia menghindari aktivitas yang menuntut tanggung jawab.
- d. Aspek depresi yang muncul sebagai gangguan fisik
- Gejala-gejala ini termasuk tidak ingin makan, tidur, atau memiliki hasrat seksual. Emosi negatif, kelelahan, ketidakmampuan untuk fokus, dan kurangnya minat atau motivasi adalah gejala depresi.
- Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa gejala depresi emosional, kognitif, motivasi, fisik, dan pencernaan merupakan aspek dari depresi. Gejala yang dimanifestasikan secara emosional termasuk perasaan bersalah atau patah hati.

2. Macam- Macam Depresi

Gangguan depresi adalah salah satu masalah kesehatan mental yang paling luas dan berpotensi mematikan. Beberapa bentuk depresi relatif ringan, sementara yang lain bisa berakibat fatal, beberapa macam-macam depresi diantaranya adalah :

- a. Depresi Mayor adalah jenis depresi yang memiliki konsekuensi kesehatan yang serius bagi orang-orang dari segala usia dan latar belakang. Bentuk depresi ini ditandai dengan perasaan sedih dan putus

asa yang bertahan selama berminggu-minggu atau berbulan-bulan. Episode depresi ringan lebih sering terjadi pada anak-anak dan remaja daripada orang dewasa yang lebih tua, dan lebih mungkin terjadi pada keluarga berpenghasilan rendah. Ada korelasi antara status sosial ekonomi seseorang dan risiko perceraian. Risikonya lebih tinggi pada orang yang pernah mengalami perceraian atau perpisahan daripada mereka yang belum pernah menikah. Depresi berat mempengaruhi wanita hampir dua kali lipat dibandingkan pria. Sementara perbedaan hormonal atau biologis lainnya antara jenis kelamin mungkin berperan, diskusi panel baru-baru ini yang diselenggarakan oleh American Psychological Association (APA) menyarankan bahwa perbedaan antara jenis kelamin lebih mungkin merupakan hasil dari sejumlah besar pengalaman stres yang dialami wanita di dunia modern.

Pelecehan fisik dan seksual, kemiskinan, orang tua tunggal, dan diskriminasi gender semuanya diidentifikasi sebagai faktor yang lebih sering dihadapi perempuan daripada laki-laki. Tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara penderita gangguan pria dan wanita dalam hal kemungkinan kambuh, frekuensi terjadinya kambuh, tingkat keparahan atau lamanya kambuh, atau lamanya waktu sebelum mengalami kambuh untuk pertama kalinya. Depresi lebih sering terjadi pada wanita daripada pria, dan perbedaan ini mungkin disebabkan oleh perbedaan individu dalam mekanisme koping. Tingkat keparahan dan durasi episode depresi dapat dipengaruhi oleh strategi koping yang digunakan oleh individu yang terkena. Usia rata-rata untuk gangguan depresi mayor adalah pertengahan 20-an, ketika seseorang telah mencapai usia dewasa penuh.⁴⁴

⁴⁴Indriono Hadi, Fitriwijayati, dkk. Gangguan Depresi Mayor(Mayor Depressive Disorder) Mini Review. Jurnal Penelitian Vol. 9 No. 1, Juni 2017

- b. Depresi persisten atau distimia, yaitu keadaan rendah emosi yang sedang berlangsung. Mirip dengan depresi biasa dalam hal gejala, jenis depresi ini bertahan selama berbulan-bulan atau bahkan bertahun-tahun. Jika gejala depresi berlangsung setidaknya selama dua bulan berturut-turut dan berfluktuasi dalam dua tahun, seseorang dikatakan menderita depresi terus-menerus.
 - c. Gangguan Bipolar dan depresi adalah gejala dari kondisi kesehatan mental yang dikenal sebagai gangguan. Meskipun mereka yang memiliki gangguan bipolar dapat berfungsi secara normal, perbedaan mendasar antara mereka dan mereka yang tidak memiliki gangguan adalah bahwa mereka yang mengalami gangguan bipolar cenderung mengalami emosi yang ekstrem tanpa sebab yang jelas. Baik depresi maupun mania menimbulkan risiko yang signifikan bagi korbannya; mereka yang mengalami mania mungkin merasa putus asa untuk mengambil tindakan drastis, sementara mereka yang mengalami depresi berisiko lebih tinggi untuk bunuh diri. Berbagai jenis faktor biologis, sosial, dan lingkungan dapat berkontribusi pada perkembangan gangguan bipolar.⁴⁵
3. Faktor- faktor yang Menyebabkan Depresi

Pengalaman hidup tertentu, selain kondisi medis, merupakan pemicu umum gangguan depresi. Sementara para peneliti belum dapat menentukan satu penyebab depresi, mereka telah mengidentifikasi sejumlah kontributor potensial. Diantaranya adalah :

- 1) Faktor Biologis : Perubahan hormon yang di hubungkan dengan kelahiran anak, menopause, Sakit fisik untuk waktu yang lama adalah pengalaman yang membuat stres dan depresi. Depresi bisa disebabkan oleh banyak hal; misalnya, hal ini biasa terjadi setelah serangan jantung. Bisa jadi karena individu tersebut tiba-tiba merasa tidak berdaya atau karena mereka mencoba mengalami sesuatu yang

⁴⁵Andhita Dyorita Khoiryasdien, Annisa Warastri. Pelatihan Motivasi Berwirausaha pada Survivor Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia Yogyakarta. Jurnal Pengabdian Untukmu NeGeRI, Vol. 4 No. 1, Mei 2020. Hlm 115

mereka yakini dapat mengakibatkan kematian mereka. Penyakit fisik adalah kontributor umum depresi pada orang tua.

- 2) Faktor Psikologis/ kepribadian : Individu yang menderita depresi lebih cenderung bergantung, memiliki harga diri yang rendah, tidak memiliki kemampuan untuk menegaskan diri mereka sendiri, dan terlibat dalam strategi koping ruminatif. Akhirnya, ini dapat menyebabkan seseorang menjadi putus asa dan tidak tertarik
- 3) Faktor Sosial : Konflik individu, masalah kepribadian, masalah keluarga, mengalami trauma dimasalalnya dan kejadian tragis yang di alami individu seperti kehilangan seseorang atau kegagalan dalam pekerjaan
- 4) Faktor Usia : Gangguan depresi semakin memengaruhi demografi yang lebih muda, dengan usia rata-rata penderita depresi menurun. Menurut survei komunitas terbaru, depresi sangat umum terjadi pada orang dewasa berusia 18 hingga 44 tahun.
- 5) Obat- obatan terlarang : Ada bukti konklusif bahwa penggunaan obat-obatan terlarang menyebabkan depresikarena pengaruh bahan kimia dalam obatnya yang akan menimbulkan seseorang kertegantungan dengan obat tersebut
- 6) Kepribadian : Kerentanan dan tingkat keparahan depresi dipengaruhi oleh kepribadian seseorang. Beberapa orang memiliki kecenderungan alami ke arah negatif dan pesimisme.
- 7) Gaya Hidup : Kecemasan dan depresi adalah gejala dari banyak penyakit yang dapat dicegah, termasuk penyakit jantung. Ada beberapa bukti bahwa tingkat stres dan kecemasan yang tinggi secara kronis, ditambah dengan pola makan yang tidak sehat dan kurang olahraga, dapat berperan dalam perkembangan depresi pada beberapa orang. Pasien yang berisiko tinggi terkena penyakit kardiovaskular

lebih cenderung menderita depresi, yang terkait dengan pilihan gaya hidup yang buruk.⁴⁶

Beberapa cara mencegah depresi agar tidak terjadi atau tidak datang kembali adalah sebagai berikut :

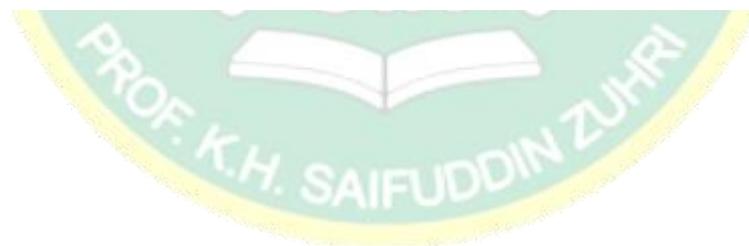
1. Bersikap realistis terhadap apa yang kita harapkan dan apa yang bisa kita lakukan.
 2. Tidak menyalahkan diri sendiri atau orang lain saat kita melakukan suatu kesalahan atau mengalami kegagalan.
 3. Tidak membanding bandingkan diri dengan orang lain ataupun kehidupan orang lain.
 4. Pikirkan untuk menyimpan keputusan besarsampai sembuh dari depresi, seperti menikah, bercerai, tentang pekerjaan atau sekolah. Bicarakanlah dengan teman, professional (psikolog, konselor atau psikiater) atau orang yang kita sayangi atau kita anggap mampu membantu untuk melihat gambaran besarnya.
 5. Dukungan keluarga, social dengan mengatakan jika kita mengalami masalah atau sedang mengalami depresi.
 6. Rutin lakukan olahraga dan kegiatan outdoor
 7. Tidak terlalu menyesali suatu kejadian, bersikap tenang dan tidak mudah marah
 8. Bangunlah harga diri dan mencoba bersikap dan berpikir positif.
 9. Tidak menyendiri, menjauhi diri dari pergaulan, lebih bersosialisasi, melakukan aktivitas dengan lingkungan sekitar
 10. Lebih religious, mendekatkan diri kepada Tuhan YME
4. Cara Mengatasi Depresi

Depresi memiliki dampak negatif pada kehidupan seseorang, dimana seseorang akan mengalami perasaan yang berlebihan selama dua minggu atau lebih. Orang yang mengalami depresi akan berubah menjadi orang yang mudah marah, sangat sensitif, kehilangan rasa percaya diri,

⁴⁶Aries Dirgayunita. Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya, Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi, Vol.1 No 2, 2016. Hlm 4

cepat tersinggung, ketahanan tubuh yang sangat lemah dan konsentrasi yang sangat buruk. Adapun cara pencegahan depresi anantara lain :

- a. Terbuka : Jangan menyimpan masalah sendiri; tidak ada seorang pun di dunia ini yang kebal terhadap kesulitan. Mereka yang tidak pernah mengalami kesulitan cenderung tidak memiliki pegangan dalam hidup, dan hanya beberapa orang terpilih yang memiliki sumber daya untuk mengatasi dan menyelesaikan masalah mereka sendiri secara efektif.
- b. *Sharing* : Jika tidak dapat mengetahui masalah sendiri, ada baiknya untuk curhat pada teman atau kolega tepercaya. Dengan cara itu, jawaban atas pertanyaan sulit dapat digali dan dipertimbangkan.
- c. Kerjakan banyak hal : saat waktu senggang masih banyak, aktivitas seperti olahraga dan membaca dapat membantu meringankan beban emosional
- d. Mencoba hal yang belum pernah dilakukan : tidak berarti melakukan kegiatan yang berpotensi berbahaya; sebaliknya, ini melibatkan menguji kemampuan diri sendiri untuk menyelesaikan tugas.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa hasil tulisan atau lisan (berupa rekaman) yang diperoleh langsung dari narasumber yang bersangkutan.⁴⁷Peneliti dalam hal ini memilih desain penelitian kualitatif sehingga ia dapat mempresentasikan temuannya dengan cara yang terorganisir dengan baik berdasarkan data yang akurat dan terperinci yang dikumpulkan untuk penelitian ini.

Penelitian kualitatif banyak digunakan pada lingkup yang kecil seperti situasi pada keluarga hingga lingkup masyarakat yang lebih luas dan kompleks. Tujuan dari penelitian kualitatif adalah untuk menyelidiki secara mendalam fenomena topik yang ada, mengungkap wawasan yang melampaui apa yang telah ditemukan di bidang kuantitatif.⁴⁸ Penelitian ini peneliti mendeskripsikan tentang terapi mesmerism untuk mengatasi depresi di zamathera paris purwokerto.

2. Pendekatan Penelitian

Investigasi ini menggunakan strategi *purposive sampling* untuk memilih informannya. *Purposive sampling* yaitu teknik yang mengkhususkan informn yang dipilih untuk mengetahui permasalahan secara mendalam dan dapat dipercaya menjadi narasumber.⁴⁹Untuk mempelajari lebih lanjut tentang topik yang dibahas, penelitian ini menggunakan interpretasi data naratif dan visual (bukan numerik) untuk analisis dan interpretasi temuannya.⁵⁰

⁴⁷Lexy J Maleyong. Metodologi Penelitian Kualitatif(Bandung: PT RemajaRosdakarya,2006) Hlm.11

⁴⁸Prof Sugiyono, “Metode Penelitian Kualitatif”, (Bandung: Alfabeta, 2017), Hlm. 23

⁴⁹Sugiyono. Metode Penelitian Kualitatif(Bandung: CV Alfabeta), Hlm 50

⁵⁰Sugiyono, “Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)” (Bandung: Alfabeta, 2015), Hlm. 203

Selain menggunakan teknik *purpose sampling* tidak menutup kemungkinan bahwa peneliti menggunakan teknik *snowball sampling*. Metode pemilihan informan yang dikenal dengan *snowball sampling* dimulai dengan sekelompok kecil orang dan secara bertahap diperluas untuk mencakup populasi yang jauh lebih besar. Saat menggunakan metode ini, kumpulan informan potensial akan berkembang dari waktu ke waktu untuk memenuhi kebutuhan informasi yang berkembang.⁵¹Oleh karena itu informan pada penelitian ini Terapis Zamathera Paris Purwokerto dan Pasien yang berobat di Zamathera Paris Purwokerto. Pemilihan informan disesuaikan dengan penelitian agar mendapat data yang akurat dengan kriteria.

B. Data dan Sumber Data

1. Data

Data adalah suatu informasi atau bukti kongkrit yang didapatkan ketika peneliti melaksanakan penelitian dengan menggunakan kuisisioner atau berdialog dengan narasumber yang dituju dalam proses pengumpulan data. data tersebut dapat diperoleh dalam bentuk lisan (rekaman) ataupun tulisan (narasi).

Penelitian ini dapat diperoleh dari 4 narasumber yang mana seorang terapis dan 3 klien yang diterapi.

2. Sumber Data Primer

Merupakan suatu data ataupun informasi pokok yang di dapat secara langsung dari narasumber yang bersangkutan ketika melakukan penelitian.⁵²Informasi ini dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan informan kunci dan informan pendukung dengan pengetahuan langsung tentang masalah yang sedang diselidiki, yaitu informasi mengenai Terapi Mesmerism untuk mengatasi Depresi di Zamathera Paris Purwokerto. Data yang diperoleh dari hasil wawancara ada beberapa pasien

⁵¹Muhammad,Idrus. Metode Penelitian Ilmu Sosial(Yogyakarta:Erlangga,2009),97

⁵²Suharsini Arikunto. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. (Jakarta: Rineka Cipta)2013. Hlm 172

yang mengalami depresi seperti ditinggal orang tersayang, trauma dimasa lalunya,sulit untuk percaya dengan orang.

3. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder ialah sumber data ataupun sumber informasi yang didapatkan secara tidak langsung.⁵³ Data sekunder merupakan data pendukung yang berupa arsip, buku, dokumentasi, jurnal, laporan penelitian, berita media cetak maupun elektronik dan keterangan lainnya yang ada hubungannya dengan masalah peneliti terkait Terapi Mesmerism untuk Mengatasi Depresi.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek Penelitian ini merupakan seseorang yang dapat digali informasinya terkait data- data yang diperlukan oleh peneliti sebagai data pokok. Subjek peneliti ini antara lain seorang terapis di Zamathera Paris Purwokerto, 3 orang pasien yang diterapi. Pasien pertama yang mengalami depresi karena trauma, pasien ke dua mengalami depresi karena tidak pernah percaya sama orang, dan pasien ketiga stress karena sering merasa kurang.

2. Objek Penelitian

Objek penelitian ini dapat diartikan sebagai suatu persifatan atau nilai dalam diri seseorang yang memiliki ciri tertentu dan ditetapkan oleh seorang peneliti untuk dikaji secara mendalam yang selanjutnya diambil kesimpulan akhirnya.⁵⁴ Objek penelitian yang akan dilakukan adalah Zamathera Paris Purwokerto, Banyumas, Provinsi Jawa Tengah.

⁵³Suharsini Arikunto, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik", (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), Hlm. 172

⁵⁴Suharsini Arikunto. Prosedur Penelitian.....Hlm.172

D. Metode Pengumpulan Data

1. Metode Observasi

Observasi merupakan proses untuk mengamati dan memahami suatu kejadian ataupun fenomena secara mendalam supaya memperoleh data yang kongkrit, terpercaya, serta bisa dipertanggung jawabkan kebenarannya. Observasi juga merupakan alat untuk mengumpulkan bukti yang dapat menginformasikan diagnosis atau kesimpulan suatu penelitian.⁵⁵

Peneliti menggunakan metode observasi partisipatif, dimana peneliti terjun langsung ke lapangan untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan dan mengamati kegiatan sesuai dengan rumusan masalah yang akan diteliti. Peneliti berpartisipasi aktif dan terlibat langsung dalam penelitian ini mengenai kegiatan ataupun aktivitas yang dilakukan seorang terapis terhadap kliennya di klinik Zamathera Paris Purwokerto.

Peneliti mengamati kegiatan ataupun aktivitas yang dilakukan seorang terapis berkaitan dengan metode penyembuhan depresi menggunakan teknik terapi mesmerism terhadap klien yang mengalami depresi, serta mengetahui perubahan apa yang ada pada diri klien setelah melakukan terapi tersebut. Metode observasi partisipan ini dilaksanakan untuk melihat dan mengamati secara lebih dekat dan mendalam untuk memperoleh gambaran secara umum tentang terapi mesmerism untuk mengatasi depresi di zamathera paris purwokerto,serta untuk mendapatkan data maupun informasi lain yang dirasa perlu dalam penelitian terkait. Dalam penelitian ini terdapat 1 orang terapi dan 3 orang klien yang diterapi.

2. Metode Wawancara

Wawancara, seperti yang didefinisikan oleh Stewart dan Cash, adalah percakapan di mana ide, norma, keyakinan, kewajiban, emosi, dan

⁵⁵Haris Hendriansyah, "Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial", Cetakan Ketiga, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), Hlm. 131

motivasi lainnya dikomunikasikan dan dinegosiasikan. Padahal, dalam pandangan Gordon, wawancara hanyalah pembicaraan antara dua orang yang intinya mencari tahu sesuatu dan membicarakannya.⁵⁶

Cara mengumpulkan data menggunakan metode wawancara yakni dengan melakukan dialog antara peneliti dan narasumber dengan memberikan pertanyaan yang sudah dipersiapkan sebelumnya. Peneliti melaksanakan percakapan secara langsung untuk mendapatkan informasi dengan mengajukan pertanyaan yang akan dijawab oleh subjek peneliti.⁵⁷ Wawancara ini ditunjukkan kepada bapak Dony yang mana beliau merupakan seorang ahli terapis di Zamathera paris purwokerto. Kemudian 3 orang klien yang pernah melakukan terapi di zamathera paris.

Penulis melakukan wawancara yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana mesmerism menjadi metode terapi untuk mengatasi depresi.

3. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu metode pengumpulan data dengan melihat, menulis, atau mengambil gambar mengenai data ataupun informasi yang ada dan diperoleh langsung dari lokasi penelitian.⁵⁸

Dokumentasi dilakukan peneliti bertujuan mendapatkan data atau informasi untuk mengisi informasi yang peneliti kurang karena keterbatasan teknik observasi dan wawancara. Gambar, aktivitas klien, dan informasi lain tentang diri informan menjadi dokumentasi dalam penelitian ini.

E. Metode Analisis Data

Dengan mengatur dan mengklasifikasikan informasi ke dalam potongan-potongan yang lebih mudah dicerna, analisis data membuat informasi yang kompleks menjadi lebih mudah didekati. Pemrosesan data

⁵⁶Haris Hendriansyah, "Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial", Cetakan Ketiga, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), Hlm. 118

⁵⁷Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)" (Bandung: Alfabeta, 2015), Hlm. 203

⁵⁸Ahmad Tanzeh. Pengantar Metodologi Penelitian. (Yogyakarta: Tereas, 2009) Hlm. 112

terus berlanjut, dan analisis ini adalah langkah selanjutnya.⁵⁹ Sedangkan analisis data menurut Bongdan merupakan proses mencari serta mengatur dan meringkas informasi yang dikumpulkan dari wawancara, survei, dan sumber lain sehingga dapat dengan mudah dibagikan dengan peneliti lain; ini termasuk catatan lapangan.

Hal ini yang dilakukan dalam proses analisis data yaitu mengorganisasikan data, menginterpretasikan data kedalam sub atau unit, menyeleksi urgensi yang dipelajari serta membuat kesimpulan untuk disampaikan dan mempermudah pemahaman orang lain.⁶⁰

Mereduksi data, menyajikan data, dan menarik kesimpulan merupakan tiga kegiatan utama dalam analisis data.

1. Reduksi Data

Reduksi data yaitu salah satu unsur dari proses analisis data. reduksi data dapat diartikan sebagai bentuk analisis yang mengkategorikan, mengelompokkan, menggolongkan, dan mengorganisasikan data dengan cara menarik kesimpulan akhir kemudian memverifikasinya.⁶¹

Penelitian ini menerapkan reduksi data yang bertujuan untuk memilah dan meringkas informasi yang didapatkan berdasarkan hasil observasi dan wawancara subjek. Selanjutnya, informasi tersebut difokuskan agar mendapat inti sesuai dengan topik penelitian. Sehingga didapatkan hasil berupa gambaran hasil penelitian.

2. Penyajian Data

Penyajian data menggunakan data kualitatif dengan menyajikan data yang didapat dalam bentuk teks narasi dan tidak menggunakan

⁵⁹Suharsini Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.(Jakarta: Rineka Cipta 2013). Hlm 172

⁶⁰Prof. Dr. Sugiyono, "Metode Penelitian Kualitatif", Cetakan Ketiga, (Bandung: Alfabeta, 2017), Hlm. 130

⁶¹Suharsini Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.(Jakarta: Rineka Cipta 2013). Hlm.211

bentuk angka.⁶² Penyajian data dalam penelitian ini terkait digunakan guna mendapatkan informasi berupa data yang valid.

3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan yaitu penilaian atau evaluasi mengenai kegiatan penelitian untuk menghasilkan analisis dari data ataupun informasi yang diperoleh kemudian ditarik kesimpulan akhirnya sebagai hasil dari sebuah penelitian yang telah dilaksanakan.⁶³ Penarikan kesimpulan dalam penelitian ini adalah untuk menarik kesimpulan dari hasil observasi dan wawancara yang diperoleh.

F. Validitas Data

Triangulasi data akan digunakan untuk memeriksa keakuratan hasil dalam penelitian ini. Menggunakan kondisi di luar data penelitian yang berguna untuk pengecekan atau sebagai pembanding, triangulasi data merupakan teknik untuk memastikan keabsahan data. Triangulasi data memerlukan penilaian keandalan data yang dikumpulkan pada berbagai interval dan menggunakan berbagai sumber. Merujuk dari pendapat pakar kualitatif Patton, menjelaskan bahwa teknik triangulasi data dapat dilalui melalui beberapa langkah berikut, yaitu⁶⁴ :

- 1) Mengevaluasi temuan wawancara dan data yang diamati
- 2) Membandingkan pernyataan publik dan pribadi yang dibuat oleh individu
- 3) Membandingkan pendapat yang diungkapkan mengenai situasi penelitian dengan konsensus umum
- 4) mempertentangkan keadaan dan sudut pandang seseorang dengan berbagai sudut pandang dan pendapat dengan berbagai latar belakang
- 5) membandingkan temuan wawancara dengan informasi dalam dokumen yang relevan dengan isu tersebut.

⁶²Suharsini Arikunto. Prosedur Penelitian..... Hlm.211

⁶³Suharsini Arikunto. Prosedur Penelitian..... Hlm.211

⁶⁴Bungin, M.Burhan. Penelitian Kualitatif. Jakarta : Kencana

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Profil Terapis

Zamathera Paris Purwokerto pertama kali didirikan pada tahun 2017. Pemilik Zamathera Paris Purwokerto adalah Dony Khoirul Aziz. Beliau adalah seorang terapis yang menggunakan metode mesmerism sebagai salah satu proses terapi yang ada di kliniknya. Jam operasional klinik tersebut adalah Senin sampai hari Jumat pukul 09.00 – 17.00. Klinik Zamathera Paris Purwokerto ini berbentuk seperti rumah biasa, supaya menjadikan para klien menjadi nyaman ketika diterapi. Zamathera Paris Purwokerto adalah jenis pengobatan alternatif yang mulai berkembang dikalangan masyarakat, karena selama ini masyarakat lebih mempercayai pengobatan medis dibanding kan dengan pengobatan alternatif.

Hal ini yang membuat terapis di Zamathera Paris Purwokerto mengembangkan pengobatan alternatif yang salah satunya adalah terapi mesmerism untuk mengatasi depresi. Klinik Zamathera tidak hanya berada di Purwokerto tetapi ada juga di Yogyakarta. Sebelum beliau menekuni dunia terapi, bapak Dony mengikuti pelatihan. Pada tahun 2012 terapis tersebut mengikuti pelatihan Yumeho pada waktu itu mulai belajar terapi fisik, kemudian tahun 2014 mengikuti pelatihan hpynotis. Setelah itu, beliau mengikuti pelatihan terapi patah tulang. Dari situ kemudian belajar dengan melihat video, membeli buku, dan lain-lain. Akhirnya yang namanya Yumeho itu tahun 2015, 2016 berubah nama menjadi Zamathera, kemudian beliau mendirikan klinik sendiri yang bernama Zamathera Paris karena di Yogyakarta. Mengapa diberi nama Zamatera Paris, karena tempat tinggal beliau berada diparangtritis. Mangkannya di beri nama Paris. Klinik tersebut berada di dua tempat. Ada yang di Yogyakarta dan ada yang di Purwokerto.⁶⁵

Terapis mempelajari Mesmerism itu dari adiknya, karena adiknya pada tahun 2014 mengikuti pelatihan radikal memserism, kemudian terapis mulai

⁶⁵Hasil wawancara dengan narasumber tanggal 26 Desember 2022

belajar dan mempraktikkannya. Terapis menggunakan mesmerism sebagai terapi meskipun awalnya fisik ataupun gangguan jiwa, gangguan psikis tetapi terakhir atau sesi terakhir menggunakan mesmerism. Mesmerism yang terapis kenal dari adiknya kemudian dimodifikasi. Pasien diminta untuk duduk, kemudian tulang belakang lurus, setelah itu memejamkan mata. Kemudian terapis memegang tulang belakangnya, kemudian tangan kiri memegang pundaknya untuk menghindari supaya tidak jatuh. Kemudian dengan transfer energi dengan tangan saya, kemudian bisa tidur. Modifikasi selanjutnya terapis menggunakan dengan bacaan ayat-ayat alqur'an dan juga biasanya terapis menambahkan dengan kata-kata kepada klien untuk meminta maaf barangkali ada orang-orang yang pernah disakiti atau berterimakasih dengan orang-orang yang berjasa.

B. Profil Zamathera Paris Purwokerto

Zamathera Paris Purwokerto pertama kali didirikan pada tahun 2017. Zamathera merupakan metode terapi yang dikombinasi untuk mengembalikan posisi tulang yang bermasalah ke posisi normal, penghilang rasa sakit yang efektif melalui relaksasi dan otot yang disebabkan ketika tulang di sendi bergeser atau keluar dari posisi normalnya. Zamathera merupakan metode terapi dengan membetulkan tulang belakang dan tulang pinggul sebagai pondasinya. Terapi Zamathera ini bertujuan untuk memulihkan keseimbangan tubuh manusia dalam melawan setiap penyakit. Terapi ini dapat meningkatkan kemampuan tubuh dalam penyembuhan diri sendiri, karena tubuh merupakan dokter terbaik bagi setiap penyakit. Zamathera Paris Purwokerto mengatasi berbagai macam keluhan diantaranya adalah :

1. Syaraf kejepit (HNP)
2. Masalah Haid
3. Sakit Kepala
4. Keseleo
5. Sakit leher
6. Insomnia

7. Stroke dan Kelumpuhan
8. Pikiran yang Tidak Fokus

C. Gambaran Umum Klinik Pengobatan Alternatif

Terapi Mesmerism merupakan salah satu terapi yang digunakan di klinik di Zamathera Paris Purwokerto. Terapi mesmerism menggunakan teknik nonverbal seperti sentuhan, daya tarik gerakan, tatapan dan lainnya. Dalam penelitian ini, terdapat 3 klien yang mana mereka semua pernah diterapi di Zamathera Paris Purwokerto, maka dari itu penulis akan menguraikan mengenai subjek penelitian diantaranya adalah :

- a. Klien pertama, (IA). Ia adalah seorang mahasiswa yang berkuliah di salah satu Universitas terkenal di Purwokerto. Klien tersebut berasal dari Purbalingga, berusia 20 tahun. Klien ini memiliki keluhan seperti rasa takut untuk melangkah dalam melakukan sesuatu, sering gelisah, cemas, tidak percaya dengan orang, gampang marah dan sensitif. Kemudian salah satu temannya memberitahu bahwa ada klinik pengobatan alternatif yang dapat mengatasi depresi. Setelah itu, klien tersebut datang ke klinik Zamathera Paris Purwokerto.
- b. Klien kedua, (HA). Berusia 22 tahun. Asal Gumelar, klien tersebut memiliki keluhan sering melamun, suka merasa bingung kalau tidak tahu atau habis disampaikan sesuatu selalu bingung, hidupnya tidak tertata, pesimis, selalu berfikir negatif. Kemudian klien tersebut berobat di Zamathera Paris Purwokerto untuk mengatasi depresinya.
- c. Klien ketiga, (WN). Tinggal di Purwokerto dengan keluarganya. Klien tersebut memiliki keluhan sering merasa sedih, marah, gelisah, cemas, kecewa, sulit untuk konsentrasi, tidak percaya sama orang. Dia juga bercerita bahwa selama ini telah mengalami kekerasan dalam berpacaran ia juga tidak cerita kepada orang tuanya disaat dia mengalami kekerasan pada kekasihnya. Kemudian salah satu temannya memberitahu bahwa ada

klinik pengobatan alternatif yang bisa mengatasi depresi. Setelah itu klien tersebut datang ke klinik Zamathera Paris Purwokerto.⁶⁶

D. Mesmerism Sebagai Terapi Depresi

Mesmerism merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengobati depresi.

Zamatera adalah teknik penguatan otot di sekitar tulang belakang dan pinggul untuk memperbaiki masalah saraf dan otot. Tulang belakang mendukung seluruh tubuh dan bertindak sebagai kabel saraf antara otak dan seluruh tubuh. Nyeri sendi dapat dikurangi, keselarasan tulang dapat diperbaiki, aliran darah dapat ditingkatkan, dan sistem saraf dapat diperkuat semuanya dengan bantuan terapi zamatera.

Zamatera bermanfaat untuk menata ulang struktur tulang, meningkatkan sistem saraf, dan mengendurkan otot sendi yang kaku. Prinsip panduan Terapi Zamatera adalah menemukan dan mengobati penyebab penyakit yang mendasarinya untuk memberantasnya sepenuhnya.

Hasil wawancara dengan terapis dijelaskan bahwa klinik Zamathera Paris Purwokerto berdiri tahun 2017⁶⁷.

Sesi untuk terapi mesmerism setiap orang kadang berbeda-beda waktunya tergantung bagaimana reaksi-reaksi tubuhnya, bahkan ketika di mesmerism kadang muncul gerakan lain yang hampir mirip dengan terapi TRE, Jadi malah kekuatan tubuh pasien,kecerdasan tubuh dari pasien kadang muncul sehingga tubuh yang bermasalah bisa bergetar dan bergerak, jadi mesmerism yang saya terapi berbeda dengan yang lainnya, karena sudah ada modifikasi dengan berbagai terapi yang saya terapkan.Bahkan ketika diterapi mesmerism posisi klien itu sedang tidur kalo dia ada gangguan ghoib itu kadang ada yang langsung mual, muntah bahkan ada yang kusurupan. Jadi ketika ada yang kesurupan ditambahkan lagi tidak cuman dimesmerism tetapi juga di bacakan ayat-ayat al-qur'an. Klinik Zamathera Paris Purwokerto tidak

⁶⁶Hasil wawancara dengan narasumber tanggal 21 Desember 2022

⁶⁷Hasil Wawancara dengan terapis tanggal 21 Desember 2022

hanya melakukan pengobatan terapi mesmerism, namun ada juga metode pengobatan yang menggunakan ruqyah azwaja, tusuk jarum akupuntur, terapi listrik, dan bekam. Di klinik Zamathera ini banyak pasien yang mengalami keluhan seperti : Pusing, keseleo, permasalahan lambung, vertigo, susah tidur, sakit kepala, sakit pinggang, insomnia, syaraf kejepit (HNP),

Dari hasil penelitian, peneliti dengan tiga klien yang berobat di Zamathera Paris Purwokerto dijumpai bahwa pada klien pertama memiliki keluhan rasa takut melangkah dalam melakukan sesuatu, sering gelisah, tidak percaya sama orang, gampang marah, dan sensitif. Hal ini disebabkan karena klien tersebut hanya tinggal dengan ayahnya, ia ditinggal oleh ibunya sejak umur 5 tahun, klien tersebut juga memiliki seorang kakak tetapi kakaknya sudah tidak tinggal bersamanya. Dan klien tersebut sempat merasa bahwa Tuhan itu tidak adil, kenapa ibunya meninggal disaat dia butuh sosok seorang ibu. Ketika dia mencoba untuk ikhlas dia masih sering teringat oleh ibunya. Disamping itu klien pertama memiliki keluhan fisik seperti sering mengalami pusing, susah tidur, dan memiliki penyakit lambung. Setelah melakukan pengobatan di Zamathera Paris Purwokerto klien tersebut merasa plong, jam waktu tidur menjadi lebih baik dari sebelumnya, lebih tertata, sudah mulai berfikir positif kepada siapapun, menjadi lebih rileks dalam hidupnya, dan sudah mulai belajar untuk menerima keadaan.

Klien yang kedua memiliki keluhan sering melamun, suka merasa bingung kalau ditanya atau habis dijelaskan selalu bingung, hidupnya tidak tertata, pesimis, selalu berfikir negatif. Hal ini disebabkan karena salah satu orang tua dari klien tersebut meninggal dunia pada saat kelas dua SMP. Dia sering melamun, suka menangis secara tiba-tiba karena teringat oleh ayahnya, disaat sebelum ayahnya meninggal klien tersebut tidak diberitahu kalau ayahnya sedang masuk RS karena masih berada di pondok. Ketika klien tersebut dikabarkan ayahnya masuk ICU ia langsung ke RS dan melihat ayahnya sudah dipasang alat-alat didalam tubuhnya, dan semenjak itu klien tersebut selalu berfikir negatif pada keluarganya karena tidak memberi tahu disaat ayahnya sedang kritis. Klien tersebut sekarang seperti tidak tau tujuan

hidupnya seperti apa, dia juga merasa kurang percaya diri ketika diminta maju kedepan pada saat ditunjuk.

Setelah melakukan pengobatan di Zamathera Paris Purwokerto klien tersebut melakukan terapi yang pertama, pada saat terapi yang pertama sudah mulai ada perubahan tetapi belum 100%. Klien tersebut lebih berintrospeksi pada diri sendiri agar tidak melukai hati seseorang dan mulai berfikir positif. Lanjut terapi yang kedua, banyak perubahan yang terjadi diantaranya klien tersebut sudah mulai ikhlas dengan apa yang sudah menjadi takdir Allah, lebih membuka diri, hidupnya semakin tertata dan lebih tenang.

Klien yang ketiga memiliki keluhan seperti sering merasa sedih, gampang marah, gelisah, cemas, kecewa, sulit untuk berkonsentrasi, dan tidak percaya pada orang. Hal ini disebabkan karena selama ini mengalami kekerasan dalam berpacaran namun dia tidak bercerita dengan orang tuanya. dia memiliki kakak yang sudah berkeluarga dan adik yang masih besekolah. Dia tinggal dikosan dan sambil bekerja. Disaat klien tersebut memiliki seorang pacara dia menjadi sangat bucin sampai tidak ada masalah ketika disakiti oleh pasangannya, baik berupa kekerasan fisik ataupun ucapan. Ketika ada masalah dia hanya bisa menangis sampai melukai tangannya sendiri untuk mengurangi rasa sakitnya. Selain itu, didalam keluarganya klien tersebut juga memiliki masalah yaitu bapaknya berselingkuh dengan wanita lain yang menyebabkan dia menyakiti dirinya lagi agar lebih tenang. Setelah melakukan pengobatan di Zamathera Paris Purwoketo klien tersebut merasa lebih tenang, sudah mulai belajar lebih menerima, lebih berfikir positif, tidak melukai dirinya lagi (*selfharm*).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa para klien yang berobat di Zamathera Paris Purwokerto mengalami perubahan yang lebih baik dari sebelumnya.

Metode koreksi tulang belakang Zamathera adalah versi yang disempurnakan dari metode Yumeiho. Oleh karena itu orang dapat berargumen bahwa Zamathera adalah pengembangan dari yumeiho. Dengan tulang pinggul sebagai titik fokusnya, Zamathera adalah metode untuk

memperbaiki persendian di seluruh tubuh dengan melemaskan persendian, otot, saraf, dan jaringan tubuh lainnya untuk memberantas penyakit secara tuntas.”

Mesmerism dapat menjadi media terapi untuk penderita depresi. Mesmeris mendekati pasien secara fisik, menatap matanya, dan mengayunkan batang magnet, yang menurutnya akan mengembalikan keseimbangan cairan tubuh. Dengan harapan dapat menyembuhkan penyakit dan meringankan rasa sakit pasien. Pasien yang telah dibujuk ke keadaan tenang dan rileks selama tahap setengah sadar lebih mudah menerima sugesti bermanfaat yang telah dibuat. Akibatnya, tubuh mereka mulai bertindak berdasarkan sugesti dan mulai menyembuhkan dirinya sendiri dengan cara yang misterius. Terapis melakukan beberapa langkah dalam melakukan terapi mesmerism untuk klien, antara lain :

Kemudian pada saat pengobatan Mesmer melakukan sebuah drama penyembuhan yang menimbulkan efek sugesti yang kuat. Hal ini membuat pasien yang ada menjadi terhanyut dalam imajinasi drama tersebut. ada juga pasien yang mengalami halusinasi sehingga seolah-olah melihat Mesmer mengeluarkan asap atau energi. Pada sesi terakhir proses penyembuhannya Mesmer menyentuh pasien sambil memberi sugesti bahwa pasien sudah disembuhkan. Mesmer mengklaim bahwa dirinya memiliki energi magnetis semacam kesaktian yang bisa menyembuhkan, Mesmer juga mengaku bisa mengalirkan energi magnetis kedalam gelas. Sehingga orang yang minum gelas itu dapat sembuh dari penyakitnya.

James Braid adalah orang pertama yang mencoba menjelaskan fenomena mesmerism dari sudut pandang ilmu psikologi. Ia adalah seorang ahli bedah dan seorang penulis yang produktif dan andal, ia juga sangat dihormati oleh *British Medical Association*. Pada tahun 1841 melakukan pemeriksaan medis pertama terhadap seorang subjek yang berada dalam kondisi *trance mesmerisme*. Setelah pemeriksaan pertama ia memulai eksperimen pribadi dan melibatkan rekan kerja yang ia percaya. Dari hasil

penelitian yang dilakukan akhirnya *hypnosis* dapat dijelaskan dalam kerangka ilmiah dan diterima suatu teknik pengobatan oleh dunia kedokteran Inggris.

1. *Pre-Induction*

Merupakan sesi awal berupa wawancara untuk saling mengenal klien tersebut dengan menanyakan bagaimana latar belakang klien berupa kehidupan keluarga, pendidikan, asal daerah, dan terutama akan mengarah pada masalah gangguan yang sedang dialami. Pada tahap ini terapis harus menggali informasi sebanyak mungkin terhadap masalah yang dialami oleh klien. Terapis perlu menanyakan penyebab awal sehingga depresi dapat menyebabkan adanya gangguan. Terapis juga menanyakan awal mula klien merasakan gangguan.

Pada tahap *Pre-Induction* terapis melakukan interview atau wawancara berkaitan dengan penanganan yang akan dilakukan dengan menanyakan hal yang akan membuat klien merasa nyaman nantinya. Mislanya, klien akan merasa nyaman pada saat mata tertutup. Terapis juga memberikan pertanyaan secara tidak langsung untuk dapat memahami karakter klien seperti visual, auditory, atau kinestik untuk menentukan pendekatan yang akan dilakukan nanti sesuai dengan karakter dan permasalahan klien yang berbeda-beda.

Dari tiga klien yang diterapi di Zamathera Paris Purwokerto, ketiganya setelah di wawancarai memiliki keluhan antara lain :

- Pada klien pertama, keluhannya yaitu klien mengalami rasa takut untuk melangkah, sering merasa gelisah, tidak percaya sama orang karena dulunya pernah dibohongin itu yang mengakibatkan klien tersebut kurang percaya, gampang marah dan sensitif, kadang apa yang dilakukan orang kalau dia tidak berkenan dan tidak sepemikiran dia mengedepankan emosinya.
- Pada klien kedua, keluhannya yaitu sering melamun, suka merasa bingung atau habis disampaikan sesuatu pada orang lain dia selalu bingung tidak tahu apa yang disampaikan, hidupnya tidak tertata, pesimis, selalu berfikiran negatif.

Pada klien ketiga, sering merasa sedih, marah, gelisah, kecewa, sulit untuk berkonsentrasi, tidak percaya sama orang.

Berdasarkan pernyataan diatas, dapat dipahami bahwa pada sesi ini terapis menanyakan segala hal yang berkaitan dengan depresi yang dialami oleh klien. Tahap induction merupakan tahap yang sangat penting untuk mengetahui langkah terapi yang akan dilakukan sesuai dengan kebutuhan klien.

2. *Induction* / induksi

Setelah dilakukan pre- induction untuk mengetahui akar permasalahan dan menentukan prosedur terapi. Klien kemudian dibimbing untuk masuk ke dalam kondisi trance yang akan membuat terapi menjadi efektif. induction artinya membuat klien merasa nyaman untuk membawa klien pada kondisi trance atau bisa juga dikatakan bahwa induction berarti memfokuskan. Ada lima jenis teknik induksi berdasarkan tingkat sugestivitas subjek diantaranya adalah :

- 1) Teknik Relaksasi Progresif. Teknik ini diperuntukan bagi subjek dengan tingkat sugestivitas sulit yang memiliki ketegangan tinggi, sehingga sangat sulit untuk rileks. Prinsip dasar dari induksi adalah memandu subjek untuk memasuki relaksasi fisik dan pikiran secara bertahap dan sangat perlahan dan melakukan tes di setiap bagian tubuh. Struktur dari induksi adalah relaksasi pendahuluan, relaksasi matas, relaksasi leher, relaksasi tangan, relaksasi kaki, relaksasi total seluruh tubuh, relaksasi pikiran. Teknik ini memakan waktu sekitar 60 menit dan harus dibawakan dengan gaya bahasa *permissive*.
- 2) Teknik relaksasi progresif sederhana. Teknik ini diperuntukan bagi subjek tingkat sugestivitas moderat. Prinsip dasar dari induksi adalah memandu subjek untuk relaksasi pikiran secara bertahap.

Salah satu cara yang umum dilakukan untuk memfokuskan dengan hitung mundur dengan contoh kalimat yaitu “ Silahkan duduk lantai dan kaki diluruskan tidak ditekuk.... telapak tangan ditaruh disamping badan....kemudia tarik nafas dikeluarkan pelan-pelan.... sekarang anda

tutup mata.... tarik nafas dalam-dalam...setelah itu terapis membaca latunan ayat al-qur'an agar klien menjadi rileks.... semakin rileks.... rasakan anda menjadi rileks dari sebelumnya... semakin nyaman... semakin dalam.”

3. Termination

Termination artinya menormalkan kembali keadaan klien seperti sedia kala tanpa menghapus sugesti yang telah ditanamkan pada pikiran bawah sadar klien dengan melakukan hitungan maju dari angka satu sampai sepuluh atau hitungan satu sampai tiga yang digunakan saat melakukan induksi. Artinya apabila pada tahap induksi digunakan hitung mundur mulai dari angka sepuluh sampai angka satu, maka pada saat termination digunakan hitungan maju dari angka satu sampai sepuluh. Untuk mengakhiri sesi terapi dibutuhkan waktu sekitar 30-60 detik dan tidak perlu terburu-buru karena jika dilakukan dengan cepat dan terburu-buru maka akan menyebabkan ketidaknyamanan klien terutama kepala menjadi pusing, keseimbangan tubuh terganggu, atau terjadi amnesia sesaat. Dengan demikian *termination* harus dilakukan pelan-pelan dan tidak mendadak serta diikuti dengan sugesti bahwa setelah sadar klien akan merasa lebih segar bugar, lebih sehat, lebih nyaman dan berfikiran positif.

Teknik termination yang digunakan dengan cara menghitung dari 1 sampai 5 dan diikuti dengan sugesti positif. Setelah klien membuka mata, terapis kembali melakukan wawancara untuk menanyakan kondisi setelah diterapi. Berdasarkan uraian diatas penulis mengambil kesimpulan bahwa termination adalah proses terakhir pelaksanaan mesmerism. Pada tahap ini klien diberi kekuatan terhadap sugesti- sugesti yang telah diberikan selama berlangsungnya proses terapi. Adapun bentuk sugesti yang diberikan disesuaikan kebutuhan klien berdasarkan depresi yang dialami. Setelah klien membuka mata terapis melakukan wawancara kembali untuk mengetahui tingkat keberhasilan pelaksanaan terapi mesmerism.

E. Kendala yang dihadapi dalam Menjalani Terapi Mesmerism

Ketika seorang terapis melakukan terapi kepada klien tidak sepenuhnya berjalan dengan lancar. Seorang terapis juga terkadang dihadapkan oleh kendala ketika melakukan terapi kepada kliennya. Kendala tersebut meliputi :

1. Klien yang belum fokus dan belum ikhlas untuk di terapi

Ketika terapis mengajukan pertanyaan kepada klien selama wawancara, terkadang di dapatkan klien yang belum fokus dan belum ikhlas untuk di terapi. Ada klien yang cenderung memiliki rasa takut untuk melangkah dalam melakukan sesuatu, sering gelisah, cemas, tidak percaya dengan orang lain, gampang marah, dan sensitif. Klien sering mengalami pusing sulit tidur, mempunyai sakit lambung. Terapis juga menggunakan mesmerisme sebagai sarana untuk menangani masalah ini.

Berdasarkan penjelasan tersebut setelah terapis melakukan pengobatan klien tersebut menjadi lebih baik dari sebelumnya. Misalnya sudah mulai berfikir positif kepada siapapun, lebih rileks hidupnya, dan sudah mulai belajar ikhlas menerima hidupnya. Ketika klien sedang diterapi menggunakan metode mesmerism tiba-tiba klien tersebut menggerakkan tangannya pada saat proses terapi.

2. Kurang percaya diri

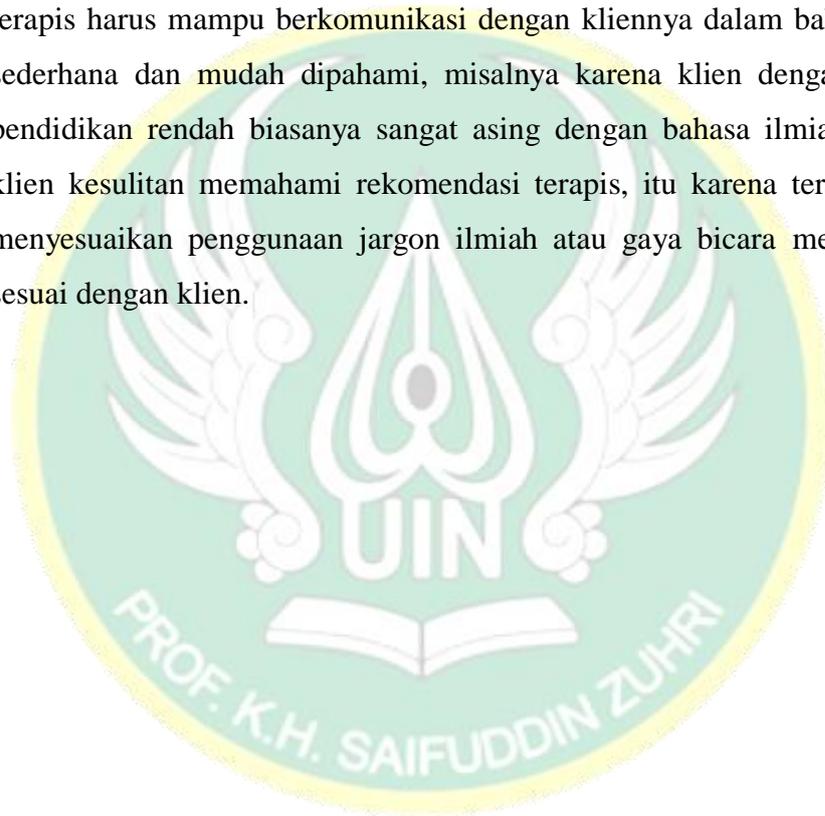
Setiap klien yang serius untuk mengalahkan depresinya harus memiliki keyakinan pada terapi mesmerisme sebagai cara untuk menjadi lebih baik. Klien juga perlu memiliki keyakinan bahwa dia bisa menjadi lebih baik.

Setelah dilakukan terapi oleh seorang terapis klien tersebut tidak ada keluhan di awal. Terapi yang pertama sudah mulai ada perubahan tetapi belum 100%, klien lebih berintropeksi pada diri sendiri agar tidak melukai seseorang. Terapi yang kedua banyak perubahan yang terjadi diantaranya sudah mulai ikhlas menerima apa yang sudah menjadi takdir Allah, lebih membuka diri, hidupnya semakin tertata dan lebih tenang. Reaksi klien saat sedang diterapi menggunakan metode mesmerism klien

menangis, tangannya gerak, kemudian terapi kedua mengalami mengeluarkan suara batuk, posisi kepala menjadi berubah.

3. Komunikasi

Kemampuan terapis untuk terhubung dengan klien bergantung pada kesadarannya akan riwayat klien, khususnya tingkat pendidikan klien. Jika terapis sudah terbiasa menggunakan bahasa ilmiah namun tiba-tiba berhadapan dengan klien yang berpendidikan rendah dan fasih berbahasa daerah, terapis perlu melakukan beberapa penyesuaian. Seorang terapis harus mampu berkomunikasi dengan kliennya dalam bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, misalnya karena klien dengan tingkat pendidikan rendah biasanya sangat asing dengan bahasa ilmiah. Ketika klien kesulitan memahami rekomendasi terapis, itu karena terapis tidak menyesuaikan penggunaan jargon ilmiah atau gaya bicara mereka agar sesuai dengan klien.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Tingkat depresi saat ini semakin tahun semakin tinggi, banyak yang mengalami depresi tanpa mengenal status sosial-ekonomi, agama, ras, dan umur. Orang yang mengalami gangguan mental baik berat ataupun ringan jika tidak segera diobati akan sangat berbahaya bagi kesehatannya.

Salah satu pengobatan alternatif yang ada di klinik Zamathera Paris Purwokerto menggunakan mesmerism untuk mengatasi depresi. Teknik mesmerism menggunakan tindakan non verbal seperti sentuhan, daya tarik gerakan, tatapan dan cara lain untuk mendorong trans dan memengaruhi medan energi tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa para lien yang menggunakan terapi mesmerism untuk mengatasi depresi berhasil disembuhkan.

B. Saran

Bagi Masyarakat : Dapat memberikan dukungan kepada masyarakat lain bahwa pengobatan tidak harus ke RS bisa dengan pengobatan alternatif seperti di zamathera ini.

Bagi Peneliti selanjutnya : Apabila tertarik untuk melakukan penelitian mengenai terapi mesmerism untuk mengatasi depresi hendaknya dapat mengkaji secara mendalam terkait metode yang digunakan dalam proses pembentukannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Setya Roswendi dan Denok Sunarsi. *Dinamika dan Perkembangan Hynotherapy dalam Perspektif Interdisipliner*, Banten 2020
- Aditomo, A., & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal psikologi*, 31(1), 1-14.
- Ahmad Razak, dkk. Terapi Spiritual Islami Suatu Model Penanggulangan Gangguan Depresi. *Jurnal Dakwah Tabligh*, Vol. 4, No. 1, Juni 2013, Hlm 141-151.
- Ahmad Tanzeh. *Pengantar Metodologi Penelitian*. (Yogyakarta: Tereas, 2009) Hlm. 112
- Aries Dirgayunita. Depresi : Ciri, Penyebab dan Penangannya. *Journal An-nafs : Kajian dan Penelitian Psikologi*, Vol. 1, No. 1 2016, Hlm 4
- Aries Dirgayunita. Depresi : Ciri, Penyebab dan Penangannya. *Journal An-nafs : Kajian dan Penelitian Psikologi*, Vol. 1, No. 1 2016, Hlm 4
- Aries Dirgayunita. Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya, *Journal An-nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*, Vol.1 No 2, 2016. Hlm 4
- Arubina Bangsawan dan Hendra Musa. Pengaruh Metode Hypnotis Terhadap Kemampuan Peserta Individu Pada Pelatihan Hypnotis Perusahaan Mulawarman Institute Palembang, e-Jurnal Apresiasi Ekonomi. Vol 8, No. 1 Februari 2020. Hlm 73
- D.Mulyadi. *Modul Islam dan Kesehatan Mental*. 2017. Hlm 2
- Dr. Am. Diponegoro. *Book ajar Kesehatan Mental Psikologi Islam*. hlm 31
- Eva yuliza. Depresi dan Penanganannya Pada Mahasiswa. *Al-Islah: Jurnal Pendidikan*. Vol. 7 No. 2. 2015 hlm 179-195
- Fitria, Y., & Maulidia, R.(2018). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan depresi pada remaja di SMPN kota Malang. *SNasPPM*, 3, 270-276.
- H.M. Sattu Alang. Pembinaan Mental Melalui Terapi Islam. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*. Vol 8, No. 2, Desember 2021. Hlm 153
- Hasan . Penggunaan Media Hypnosis Dalam Pembelajaran Bahasa Arab Madrasah Ibtidaiyah, *Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*. Vol. 1 No.2 Oktober 2018 hlm 136-149
- Hasil Wawancara dengan Narasumber tanggal 26 Desember 2022.

Hasil Wawancara dengan Terapis dan Klien tanggal 21 Desember 2022.

Hasil Wawancara dengan Terapis tanggal 12 Desember 2022.

Indra Majid. Pemahaman Dasar HPYNOSIS. Ebook Konsultan, Psikoterapis, dan Pakar Hipnosis, 2014

Jamil, J. (2018). Sebab dan akibat stres, depresi dan kecemasan serta penanggulangannya. Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu dan Budaya Islam, 1(1), 123-138

Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah. Vol. 1 No. 2. Oktober 2018. Hlm 136-149

Khalil Lur Rochman, Kesehatan Mental, (Purwokerto: STAIN PRESS, 2013), hlm. 137

Lexy J Maleyong. Metodologi Penelitian Kualitatif (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006) Hlm. 11

Maharani, R. (2018, August). Penerapan falsafah narimo ing pandum dalam pendekatan person-centered untuk mengatasi depresi remaja. In Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling (Vol. 2, No. 1, pp. 2015-212).

Marie Blackurn, Kate, Davidson, Rusda Koyo Sutadi. Terapi Kognitif untuk Depresi dan Kecemasan: suatu petunjuk bagi praktisi. (Semarang: IKIP Semarang, 1994)

Marie Blackurn, Kate. Davidson, Rusda Koyo Sutadi, Terapi Kognitif untuk Depresi dan Kecemasa: suatu petunjuk bagi praktisi. (Semarang: IKIP Semarang, 1994)

Meisil B wulur. Aplikasi Hipnosis (Tinjauan Komunikasi Dakwah). Jurnal Al-Bayan, Vol. 24 No. 2 Juli Desember 2018. Hlm 271-285

Meisil B wulur. Aplikasi Hipnosis (Tinjauan Komunikasi Dakwah). Jurnal Al-Bayan, Vol. 24 No. 2 Juli Desember 2018. Hlm 271-285

Namora Lumongga Lubis, Depresi : Tinjauan Psikologis, (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2009) hlm 3

Namora Lumongga Lubis, Depresi: Tinjauan Psikologis, (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2009), hlm. 3

Pingkan, R., Budiarto, A., & Mutiara, U. G. (2019). Efektivitas Olahraga sebagai Terapi Depresi. Jurnal Majority, 8(2), 240-246

Regina Pingkan, Khairun Nisa Berawi, dkk. Efektivitas Olahraga Sebagai Terapi Depresi. Majority, Vol. 8, No. 2. Thn 2010, Hal 242

Reza Anggara, "Magnetism dan Mesmerism." diaccessed 23 Desember 2022, <https://123dok.com/document/q7047wgry-mangetism-mesmerism.html>

- Reza Anggara. Magnetism Dan Mesmerism. Hlm 7
- Ridwan Sank . Tradisi Esoteris Sunda Magnetisme Aura. Ebook 2019. Hlm 17
- Sattu Alang. Manajemen Terapi Islam dan Prosedur Pelayanan, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam. Vol. 7 No.1, Mei 2020. Hlm 77-86
- Sinardi,Sujito.Eksplanasi Pengobatan Alternatif Supranatural Berdasarkan Tinjauan Teori Gelombang Otak dan Hipnosis. Jurnal Filsafat, Vol. 2, No. 1 2019 ISSN: E-ISSN 2620-7982
- Sri Aminingsih,Tunjung Sri Yulianti,dkk. Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia di Dusun Semenharjo Suruhkalang Jaten. Kosala JIK,Vol. 2. No 1, Maret 2014
- Steven Connor. All I Bealived Is True: Dickens and the Mesmerism System. London 10 October 2009
- Sugiyono. MetodePenelitianPendidikan (PendekatanKuantitatif, Kualitatif, Dan R&D) (Bandung: Alfabeta,2015). Hlm. 203
- Sugiyono.PenelitianPendidikan (PendekatanKuantitatif, Kualitatif, Dan R&D) (Bandung: Alfabeta, 2015) Hlm. 203
- Suharsini Arikunto. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. (Jakarta: Rineka Cipta,2013).Hlm. 172
- Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene Pengembanagan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004). Hlm 7
- Todd Aldrige, The Threat of Mesmerism "(University in partial fulfillment of the requirements of the Degree of Master of Arts,2010)

Lampiran-Lampiran

Hasil Wawancara dengan seorang terapis

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1.	Zamathera Paris Berdiri pertama kali dimana ?	Pertama kali dibuka di Jogja tahun 2016
2.	Apakah ada cabangnya?	cabang di Purwokerto tahun 2017
3.	Apa saja pengobatan yang ada di Zamathera Paris ?	Terapi mesmerism, ruqyah aswajah, tusuk jarum akupuntur, terapi listrik, bekam
4.	Apa ada kendala dalam menjalankan terapi mesmerism?	Klien yang belum fokus dan belum ikhlas untuk diterapi. ⁶⁸
5	Bagaimana mesmerism itu menjadi media terapi untuk mengatasi depresi?	Karena terapi mesmerism ini lebih efektif digunakan untuk mengatasi depresi. Tentunya mesmerism digabungkan dengan Al-Qur'an dalam posisi tidur, kemudian ditambah dengan membaca sholawat
6	Apa ada kendala dalam menjalankan terapi mesmerism?	Klien yang belum fokus dan belum ikhlas untuk diterapi. ⁶⁹

⁶⁸Wawancara dengan terapis pada Senin 12 Desember 2022

⁶⁹Wawancara dengan terapis pada Senin 12 Desember 2022

Klien 1

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1.	Apa saja yang dialami selama ini?	<p>Memiliki rasa takut untuk melangkah dalam melakukan sesuatu, sering gelisah, cemas, tidak percaya sama orang, gampang marah dan sensitif.</p> <p>Selama ini saya hanya tinggal dengan bapak karena sudah lama ditinggal ibunya dari saya berumur 5tahun, mempunyai kakak tetapi kakaknya sudah tidak tinggal serumah lagi dengannya dan memilih tinggal bersama keluarganya. Kesibukannya saya saat ini dirumah saja,beberapa waktu yang lalu dia sempat bekerja menjadi kasir disalah satu toko, tetapi saya keluar dari tempat kerjaan tersebut karena tidak betah dengan lingkungannya. Mangkannya sekarang saya lebih sering dirumah dan terkadang dia merasa kesepian saat dirumah, karena bapaknya pergi bekerja dari pagi sampai malam di salah satu toko baju dan celana. Saya juga sempat merasa tuhan itu tidak adil kenapa ibunya yang meninggal disaat dia lagi butuh sosok seorang ibu, mencoba mengikhlaskan tetapi dia masih sering teringat ibunya.</p>
2.	Apa saja keluhan fisiknya?	Sering mengalami pusing, susah tidur, mempunyai sakit lambung.
3.	Bagaimana kondisi setelah diterapi?	Merasa plong, jam waktu tidur lebih baik dari sebelumnya lebih tertata, sudah mulai

		berfikir positif kepada siapapun, lebih rileks hidupnya dan sudah mulai belajar untuk ikhlas menerima keadaan.
4.	Reaksi klien saat sedang diterapi	Klien tiba-tiba menggerakkan tangannya saat sedang proses terapi tersebut.
5.	Kesimpulan	<p>Dari hasil wawancara diatas klien pertama mengalami masalah psikologisnya yang disebabkan oleh faktor psikososial. Ia selalu takut akan hal yang belum tentu terjadi nantinya, takut akan ditinggal orang tersayang seperti ia yang ditinggal ibunya. Kurangnya perhatian dari ayahnya itu yang menjadi dia merasa kesepian saat dirumah. Setelah melakukan terapi di zamathera ini ia mendapatkan perubahan kearah yang lebih baik. ia menjadi lebih ikhlas menerima apa yang sudah terjadi.⁷⁰</p>

⁷⁰Hasil Wawancara dengan klien pertama pada Selasa 20 Desember 2022

Klien 2

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1.	Apa saja yang dialami saat ini ?	<p>Sering melamun, suka merasa bingung kalau tidak tahu atau habis disampaikan sesuatu selalu bingung, hidupnya tidak tertata, pesimis, selalu berfikiran negatif.</p> <p>Dia bercerita bahwa dirinya sering menangis tetapi dia selalu menunjukan kepada keluarganya, teman- temannya bahwa dia baik- baik saja, selalu dibikin happy.</p> <p>Selama dia ditinggal bapaknya meninggal banyak perubahan yang terjadi padanya, bapaknya meninggal pada saat dia kelas 2 SMP. Saya sering melamun suka nangis tiba-tiba kadang masih selalu teringat oleh ayah saya, disaat sebelum ayah saya meninggal saya tidak dikasih tau kalau ayah saya masuk RS karena saya masih berada di pondok. Ketika saya dikabarkan ayah masuk ICU saya segera ke RS dan melihat ayah saya yang sudah dikasih alat-alat didalam tubuhnya pada saat saya bilang kepada ayah saya bahwa saya ikhlas barulah bapaknya saya meninggal.</p> <p>Dan semenjak itu saya selalu berfikiran negatif kepada keluarga saya karena semua tidak ngasih kepada saya disaat ayahnya sedang kritis.</p> <p>Saya juga sekarang kaya tidak tau tujuan hidup saya mau gimana, semua terasa hampa</p>

		baginya. Saya juga merasa kurang percaya diri apalagi ketika saya disuruh maju kedepan pada saat ditunjuk
2.	Apa saja keluhan fisiknya?	Tidak ada keluhan diawal
3.	Bagaimana kondisi setelah diterapi?	<p>Terapi yang pertama sudah mulai ada perubahan tetapi belum 100%, sekarang lebih intropeksi pada diri sendiri agar tidak melukai hati seseorang, sudah mulai berfikir positif.</p> <p>Terapi yang kedua banyak perubahan yang terjadi diantaranya sudah mulai ikhlas menerima apa yang sudah menjadi takdir Allah, lebih membuka diri, hidupnya semakin tertata dan lebih tenang.</p>
4.	Reaksi klien saat sedang diterapi	Terapi yang pertama klien mengalami menangis, tanggannya gerak, kemudia terapi kedua mengeluarkan suara batuk, posisis kepala berubah.
	Kesimpulan	<p>Dari hasil wawancara diatas bahwa klien belum bisa menerima kepergian ayahnya yang sangat mendadak, sampai ia merasa tidak percaya pada keluarganya bahkan temannya sendiri bahkan dia selalu berfikiran tidak gunanya untuk hidup.</p> <p>Setelah melakukan terapi di zamathera dua kali banyak perubahan yang terjadi pada dirinya, jauh lebih positif pemikirannya.⁷¹</p>

Klien 3

⁷¹Hasil Wawancara dengan klien kedua pada Selasa 20 Desember 2022

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1.	Apa saja yang dialami saat ini ?	<p>Sering merasa sedih, marah, gelisah, cemas, kecewa, sulit untuk konsentrasi, tidak percaya sama orang.</p> <p>Dia bercerita bahwa selama ini telah mengalami kekerasan dalam berpacaran ia juga tidak cerita kepada orang tuanya disaat dia mengalami kekerasan pada kekasihnya.</p> <p>Dia memiliki kakak yang sudah berkeluarga dan adik yang masih sekolah dibangku SMA saat ini. Dia juga tinggal di kosan karena sambil kuliah dan bekerja, disaat dia memiliki seorang pacar dia sangat bucin sekali sampai tidak ada masalah ketika disakiti oleh pacaranya baik berupa kekerasan fisik ataupun ucapan. Pacaranya menjadi kasar ketika klien ini dituduh selingkuh padahal tidaksama sekali, ketika pacarnya melakukan tindakan kekerasan ia hanya bisa menangis saja sampai pada saat ia berada dikos ia pun melukai tangannya sendiri untuk mengurangi rasa sakitnya.</p> <p>Didalam keluarganya juga memiliki masalah yaitu bapaknya selingkuh dengan wanita lain itu yang mengakibatkan dia menyakiti dirinya lagi agar lebih tenang. Selama ini dia kalau dirumahnya selalu terasingkan dengan keluarganya seperti tidak dianggap, akhirnya dia lebih sering menghabiskan waktunya dia kosan dibanding dirumahnya.</p>

2.	Apa saja keluhan fisiknya?	Sering pusing , dada sesak, punya riwayat lambung, sulit tidur
3.	Bagaimana kondisi setelah diterapi?	Setelah melakukan terapi klien merasa lebih tenang sudah mulai belajar menerima, sekarang lebih berfikir positif, sudah tidak melakuka selfharm lagi
4.	Reaksi klien saat sedang diterapi	Pada saat diterapi klien menangis, tangannya gerak, batuk, nafasnya sesak
5.	Kesimpulan	Dari hasil wawancara diatas bahwa klien memiliki tekanan dalam hubungan kepribadian dan keluarga. Ia mengalami perlakuan kasar dari pacarnya, selain ia merasa tidak berguna di keluarganya bahkan sampai terasingkan dan dia juga tidak kenapa hal itu terjadi. Sering melukai dirinya sendiri atau self haram . Setelah melakukan terapi di zamathera klien mendapatkan perubahan kearah yang lebih baik, sekarang ia sudah tidak mulai dirinya lagi. ⁷²

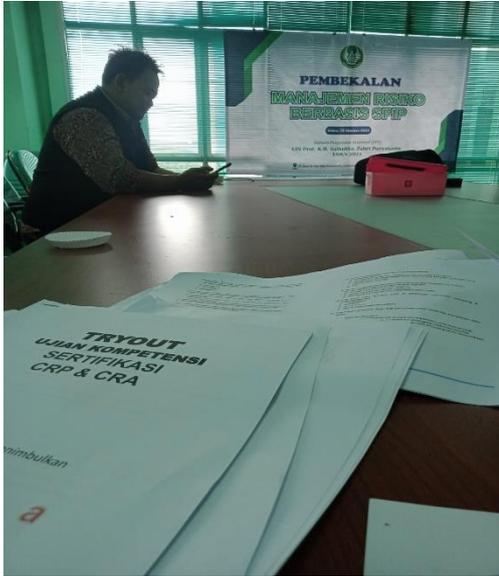
Dari hasil wawancara ketiga klien tersebut diketahui penyebab depresi berbeda- beda. Ada beberapa aspek yang menyebabkan mereka mengalami depresi, seperti merasa putus asa, merasa tidak dihargai dan rasa sakit yang luar biasa yang menyebabkan rasa tertekan sehingga muncul kekhawatiran yang berlebihan dan kesepian.⁷³

⁷²Hasil Wawancara dengan klien ke tiga pada Jum'at 23 Desember 2022

⁷³Wawacara dengan terapis pada Jum'at 23 Desember 2022

DAFTAR GAMBAR

OBSERVASI DENGAN TERAPIS 20-23 DESEMBER 2022



WAWANCARA TERAPIS



Griya Sehat
Zamathera Paris
BUKA SENIN - JUMAT
SABTU MINGGU TUTUP

MELAYANI BERBAGAI TERAPI DIANTARANYA:

ZAMATERA Mengatasi : Frozen shoulder, Migrain, Syaraf kejepit (HNP), Gangguan seksual, Pembetulan dislokasi pinggul dan tulang belakang

HYPNOTERAPI Mengatasi : Gangguan pikiran, Sulit belajar, Sulit fokus, Kecemasan, Kehawatiran, Ketakutan

MERSMERISM Mengatasi : Terapi dengan energi, Stres, Depresi, Phobia, Insomnia (Sulit tidur), Trauma, Maag, Sesak nafas

CIDERA OLAHRAGA Mengatasi : Keseleo Ankle, Bahu, Lengan, Pinggang, Lutut, Leher

MENERIMA HOME VISIT

☎ 0856 4356 7263
☎ 0856 2549 536
👤 Donny Khoiril Azis
✉ dkhoirilazis@yahoo.co.id
🌐 <http://zamatheraparis.com>

Perum. Taman Pesona Wiradadi No. E8 Sokaraja Banyumas

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nela Amalia
Tempat, tanggal lahir : Karanganyar, 30 November 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Purwanegara, Rt03/Rw07 Purwokerto Utara
Nama Orang Tua
Ayah : Amat Nuri
Ibu : Menik

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan Formal:

TK Aisyah 01 Purwokerto
SD Al- Irsyad Al-Islamiyah 02 Purwokerto
SMP Al- Irsyad Al-Islamiyyah Purwokerto
SMAN 4 Purwokerto
S-1 UIN Prof.K.H.Saifuddin Zuhri Fakultas Syariah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Purwokerto, 30 Januari 2023

Penulis



Nela Amalia

NIM. 1817101033