

**METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM  
BAGI PENDERITA GANGGUAN JIWA  
DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS**



**SKRIPSI**

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

Oleh :

**Atik Nur Syafifah**

**214110101185**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS DAKWAH**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

**2025**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Atik Nur Syafifah  
NIM : 214110101185  
Jenjang : Sarjana (S-1)  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul, "Metode Terapi Syahadat Dan Alam Bagi Penderita Gangguan Jiwa Di Majelis Nur Hasan Sokaraja" adalah benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan bukan merupakan plagiat atau saduran dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Purwokerto, 4 juni 2025

Yang menyatakan,



Atik Nur Syafifah  
NIM.214110101185

## LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53128  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsalzu.ac.id

### PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

### **METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM BAGI PENDERITA GANGGUAN JIWA DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS**

Disusun oleh :

Nama : Atik Nur Syafifah  
NIM : 214110101185  
Jenjang : Sarjana Strata Satu  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

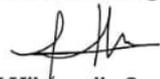
Telah diujikan pada tanggal 20 Juni 2025 pada sidang Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Purwokerto, 1 Juli 2025

Ketua Sidang/Pembimbing,

  
Tuhman, M.S.I  
NIP. 198702022019031011

Sekretaris Sidang/Penguji,

  
M.Hikamudin Suyuti, M.S.I  
NIP.198301212023211010

Penguji Utama,

  
Dr. Aris saefulloh, M.A  
NIP.197901252005011001

Mengetahui,  
Dekan



  
Dr. Muskinul Fuad, M.Ag.  
NIP. 197412262000031001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah  
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melaksanakan bimbingan, koreksi, dan perbaikan terhadap penulisan skripsi dari:

Nama : Atik Nur Syafifah  
NIM : 214110101185  
Jenjang : Sarjana (S-1)  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul : "Metode Terapi Syahadat Dan Alam Bagi Penderita Gangguan Jiwa Di Majelis Nur Hasan Sokaraja"

Dengan ini menyatakan bahwa naskah skripsi tersebut dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam sidang munaqosyah dan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Purwokerto, 4 Juni 2025

Dosen Pembimbing,



**Turhamun, M.S.I**

NIP. 198702022019031011

## **MOTTO**

*“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”*

(QS. Al-Baqarah 2:286)

“Rasakanlah setiap proses yang kamu tempuh dalam hidupmu, sehingga kamu tau betapa hebatnya dirimu sudah berjuang sampai detik ini”.

-Atik Nur Syafifah



## PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, penulis mempersembahkan karya ilmiah ini sebagai bentuk apresiasi dan rasa terima kasih yang tulus kepada almamater tercinta, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, yang telah menjadi wadah pembentukan karakter, pengembangan ilmu pengetahuan, serta tempat penulis menimba pengalaman berharga selama menempuh pendidikan. Semoga skripsi ini dapat menjadi sumbangsih kecil bagi institusi tercinta dan memberi manfaat bagi siapa pun yang membacanya.



**METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM  
BAGI PENDERITA GANGGUAN JIWA  
DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS**

**Atik Nur Syafifah**

214110101185

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

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

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan metode terapi syahadat dan alam dalam proses penyembuhan penderita gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja, Banyumas. Latar belakang penelitian ini didasari oleh meningkatnya jumlah penderita gangguan jiwa di masyarakat serta kebutuhan akan pendekatan terapi yang menyentuh aspek spiritual dan alami. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap subjek yang terdiri dari pengasuh majelis, pasien, serta keluarga pasien.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode terapi syahadat dilakukan dengan membimbing pasien untuk mengucapkan dan menghayati makna syahadat sebagai bentuk kesadaran spiritual, yang diiringi dengan dzikir dan doa. Sedangkan terapi alam dilakukan melalui interaksi langsung dengan unsur-unsur alam seperti mandi di sungai, berkebun, duduk di bawah pohon, dan kegiatan lainnya yang mampu memberikan ketenangan jiwa. Kedua metode ini terbukti mampu membantu pasien mengenali kembali jati dirinya, mencapai ketenangan batin, serta memperkuat hubungan spiritual dan sosial. Terapi syahadat dan alam di Majelis Nur Hasan tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala gangguan jiwa, tetapi juga membentuk pola hidup yang lebih sehat secara spiritual, mental, dan emosional.

**Kata Kunci :**

**Terapi Syahadat, Terapi Alam, Gangguan Jiwa, Majelis Nur Hasan**

**METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM  
BAGI PENDERITA GANGGUAN JIWA  
DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS**

**Atik Nur Syafifah**

214110101185

*Islamic Guidance and Counseling Study Program  
State Islamic University Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto*

**ABSTRACK**

*This study aims to describe the method of shahada and nature therapy in the healing process of people with mental disorders at the Majelis Nur Hasan Sokaraja, Banyumas. The background of this study is based on the increasing number of people with mental disorders in society and the need for a therapeutic approach that touches on spiritual and natural aspects. This study uses a descriptive qualitative approach with data collection techniques in the form of in-depth interviews, observations, and documentation of subjects consisting of the council's caregivers, patients, and patients' families.*

*The results of the study indicate that the shahada therapy method is carried out by guiding patients to say and live the meaning of the shahada as a form of spiritual awareness, accompanied by dhikr and prayer. While nature therapy is carried out through direct interaction with natural elements such as bathing in rivers, gardening, sitting under trees, and other activities that can provide peace of mind. Both of these methods have been proven to help patients re-recognize their true selves, achieve inner peace, and strengthen spiritual and social relationships. The shahada and nature therapy at the Majelis Nur Hasan not only focuses on reducing symptoms of mental disorders, but also forms a healthier lifestyle spiritually, mentally, and emotionally.*

**Keywords :**

***Syahadat Therapy, Natural Therapy, Mental Disorders, Majelis Nur Hasan***

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, dengan mengucapkan puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Metode Terapi Syahadat dan Alam Bagi Penderita Gangguan Jiwa Di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas". Penulisan skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat kelulusan program Sarjana sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., selaku Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah
3. Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas dakwah
4. Dr. Alief Budiyo, M.Pd., selaku Wakil Dekan II fakultas dakwah
5. Dr. Nawawi, M.Hum., selaku Wakil Dekan III fakultas dakwah
6. Nur Azizah, M.Si., selaku Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat yang senantiasa membantu mahasiswanya dan juga selalu siap ketika mahasiswa membutuhkan bantuan ataupun informasi.
7. Luthfi Faishol, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
8. Turhamun, M.S.I selaku dosen pembimbing skripsi, terimakasih banyak atas segala arahan dan bimbingannya hingga skripsi ini terselesaikan, terimakasih sudah menjadi dosen pembimbing yang sangat luar biasa baiknya semoga bapak dan keluarga sehat selalu.
9. Kedua orang tua, Bapak Sujarwo dan Ibu Saisem, selalu memberikan dukungan dan motivasi tanpa henti, melalui perhatian dan doa yang tulus.

10. Kaka saya, Mas Warif Kurniawan dan Mba Nining yang telah memberikan semangat dan tidak memaksakan harus sempurna.
11. Teman dekat saya yang ada di Fakultas Syariah dengan NIM 214110304011, yang selalu memberikan semangat dan memberikan saran, diskusi yang menguatkan.
12. Sahabat saya sejak kecil, yang bernama Laelatul Nafisah yang selalu menyelipkan waktunya yang sibuk setelah menjadi ibu muda, yang senantiasa hadir dalam setiap suka dan duka, memberikan semangat, motivasi.
13. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam penyusunan skripsi ini, meskipun tidak dapat disebutkan satu per satu.



Purwokerto, 4 Juni 2025

Yang menyatakan,

**Atik Nur Syafifah**

**NIM.214110101185**

## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>i</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I .....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah .....	7
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian .....	9
F. Kajian Pustaka .....	11
G. Kajian Teori .....	22
H. Metode Penelitian .....	28
I. Sistematika Pembahasan .....	32
<b>BAB II .....</b>	<b>33</b>
<b>LANDASAN TEORI .....</b>	<b>33</b>
A. Terapi .....	33
B. Konsep Terapi Syahadat dan Terapi Alam .....	39
C. Gangguan Jiwa .....	48

<b>BAB III</b> .....	<b>59</b>
<b>METODE PENELITIAN</b> .....	<b>59</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	59
B. Tempat dan Waktu .....	60
C. Subjek dan Objek Penelitian .....	60
D. Metode Pengumpulan Data .....	62
D. Metode Analisis Data .....	63
<b>BAB IV</b> .....	<b>66</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>66</b>
A. Profil Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas. ....	66
B. Gambaran Umum Subjek Penelitian .....	69
C. Metode Terapi Syahadat dan Alam di Majelis Nur Hasan .....	72
D. Analisis Data .....	89
<b>BAB V</b> .....	<b>94</b>
<b>PENUTUP</b> .....	<b>94</b>
A. Kesimpulan .....	94
B. Saran .....	95
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>97</b>
<b>LAMPIRAN - LAMPIRAN</b> .....	<b>101</b>

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pengertian terapi adalah suatu proses atau intervensi yang dilakukan oleh profesional dalam bidang kesehatan atau bidang terapi tertentu, dengan tujuan untuk memperbaiki, mengurangi, atau mengatasi masalah kesehatan fisik atau mental seseorang melalui penggunaan metode tertentu<sup>1</sup>. Terapi dikenal dalam bahasa Latin sebagai “therapeutic” yang digunakan sebagai kata sifat untuk menjelaskan suatu metode atau bentuk perawatan yang bertujuan menyembuhkan atau mengobati suatu gangguan kesehatan. Namun, ketika kata ini ditambahkan huruf “s” di akhir menjadi “therapeutics”, maknanya berubah dari kata sifat menjadi kata benda, yaitu ilmu yang mempelajari berbagai metode pemeriksaan dan pengobatan. Dengan kata lain, “therapeutics” merujuk pada disiplin ilmu yang mempelajari penerapan terapi secara menyeluruh, termasuk tata cara dan prinsip pengobatan yang digunakan untuk memulihkan kesehatan individu.<sup>2</sup>

Ada beberapa metode Terapi untuk menyembuhkan Gangguan Jiwa yang pertama, metode terapi pijat yang digunakan oleh Bapak Suntoro adalah metode pijat tradisional. Metode ini melibatkan pemijatan pada titik-titik yang mengalami gangguan jiwa atau mempengaruhi emosi tubuh. Pemijatan dilakukan untuk merangsang titik-titik energi tubuh yang memiliki kesamaan dengan titik EFT (*Emotional Freedom Technique*). Tujuan dari pemijatan ini adalah memberikan efek positif pada emosi seseorang. Sebelum memijat, terdapat beberapa langkah yang perlu dilakukan. Pertama, pasien harus berbaring dalam posisi yang rileks. Pemijatan utamanya dilakukan di bagian kepala, dada, dan tangan. Selanjutnya, minyak pijat dioleskan ke permukaan tubuh yang akan dipijat. Kemudian, Bapak Suntoro membacakan doa-doa

---

<sup>1</sup> Understanding Therapy: A Comprehensive Review" oleh Andrade, Lillian, et al., dipublikasikan pada tahun 2020.

<sup>2</sup> Syukur, M. A. Sufi healing: Terapi dalam literatur tasawuf. Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan, 20(2), 391-412. 2012

kejawan dan meniupkannya ke tangannya. Setelah itu, tangannya diusapkan ke bagian kepala pasien, dada, dan tangan.<sup>3</sup>

Kedua, metode terapi musik adalah suatu proses terencana yang digunakan secara preventif, di mana seorang terapis memanfaatkan musik atau unsur-unsur musik untuk meningkatkan, mempertahankan, dan memulihkan kesehatan secara menyeluruh, baik secara mental, fisik, emosional, maupun spiritual pada individu yang mengalami gangguan atau hambatan dalam perkembangannya, termasuk dalam aspek fisik motorik, sosial emosional, dan kecerdasan mental. Terapi musik dapat dibedakan menjadi dua jenis utama: musik klasik dan musik non-klasik. Musik klasik umumnya disusun dan dipentaskan oleh individu yang telah mendapatkan pelatihan profesional dalam bidang musik, sementara musik non-klasik meliputi genre seperti musik pop, jazz, rock, dan blues. Karya-karya musik dari Mozart, dengan melodi dan frekuensi yang tinggi, memiliki kemampuan untuk merangsang dan memperkuat daerah kreatif serta motivasi di otak. Dampak musik Mozart ini dapat meningkatkan ketajaman pikiran, memperkaya kreativitas, dan memperbaiki kesehatan secara keseluruhan, baik secara fisik, mental, emosional, maupun spiritual.<sup>4</sup>

Ketiga, metode terapi syahadat dan alam, Metode ini mengandalkan kekuatan iman dan spiritualitas sebagai sarana untuk membantu individu mengatasi gangguan jiwa yang mereka alami, Syahadat menjadi dasar utama yang digunakan untuk memperkuat iman dan mengatasi gangguan jiwa yang dialami, Pendekatan syahadat dalam terapi gangguan jiwa ini juga memberikan rasa ketenangan bagi individu yang mengalami masalah kejiwaan, metode ini dapat meningkatkan kesejahteraan emosional, dan memperkuat ikatan dengan alam, yang dapat berdampak positif pada kesehatan mental penderita gangguan jiwa, Ulrich menyatakan metode alam seperti sinar matahari memiliki efek positif bagi sebagian besar pasien, paparan rutin sinar

---

<sup>3</sup> Errix Kristian Julianto and Ikha Ardianti Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan, "Pijat Sebagai Terapi Pada Gangguan Depresi," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 10, no. 4 2022: 715–24,

<sup>4</sup> Masthura, S. 2023. *Penerapan Terapi Musik Klasik Mozart Dalam Mengontrol Halusinasi Di Rumah Sakit Jiwa Pemerintah Aceh Application of Mozart Classical Music Therapy in Controlling Hallucinations in the Aceh Government Mental Hospital*. 9(2), 1575–1583.

matahari dapat meningkatkan sintesis vitamin D dalam tubuh, yang memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan tulang dan sistem kekebalan tubuh. Tambahan pula, sinar matahari juga berpotensi meningkatkan mood serta mengurangi risiko terkena depres.<sup>5</sup>

Dari tiga metode terapi peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh tentang penyembuhan terapi bagi penderita gangguan jiwa melalui metode syahadat dan alam, peneliti meyakini bahwa metode ini dapat menciptakan keseimbangan antara dimensi spiritual sehingga dapat mencari kedamaian, ketenangan jiwa melalui hubungan dengan Tuhan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup mereka dan hubungan dengan alam yang memberikan manfaat tambahan dalam proses pemulihan mental dan emosionalnya.

Gangguan mental merujuk pada ketidaknormalan dalam fungsi intelektual, pengendalian hawa nafsu, kemampuan untuk mengatur emosi, dan perilaku yang tidak sesuai.<sup>6</sup> Menurut Maramis, Gangguan jiwa merupakan suatu sindrom pola perilaku individu terkait dengan gejala yang menunjukkan penderitaan dan penurunan dalam satu atau lebih fungsi kunci manusia, yang mencakup fungsi psikologis, perilaku, dan biologis. Gangguan ini dapat memengaruhi interaksi seseorang dengan masyarakat serta melibatkan kesulitan dalam persepsi terhadap kehidupan, hubungan interpersonal, dan sikap terhadap diri sendiri. Budiono menyatakan bahwa gangguan jiwa serupa dengan masalah kesehatan fisik tetapi lebih rumit. tingkat gangguan dapat bervariasi, mulai dari kecemasan dan ketakutan yang ringan hingga gangguan jiwa yang parah. undang-undang republik indonesia no. 18 mendefinisikan gangguan jiwa sebagai kondisi di mana individu mengalami perubahan mental, perilaku, atau emosional yang menunjukkan sekelompok gejala atau

---

<sup>5</sup> Zahra Rima Putri, Mohamad Muqoffa, and Bambang Triratma, "Lanskap Terapeutik Sebagai Strategi Pemulihan Pasien Kejiwaan," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Arsitektur* 4, no. 1. 2021: 476–87.

<sup>6</sup> Jek Amidos Pardede; *Terapi Rehabilitasi Pasien Gangguan Jiwa*, Jurnal Keperawatan Jiwa (Medan: Universitas Sari Mutiara Indonesia, 2019).

perubahan perilaku secara signifikan, mampu menimbulkan penderitaan, dan menghambat fungsi manusia secara keseluruhan.<sup>7</sup>

Berdasarkan data dari Riskesdas, Di Provinsi Jawa Tengah, terjadi pertumbuhan dari tahun 2013 sekitar 2,3%, meningkat menjadi 9% dalam periode tiga tahun hingga 2018. Provinsi ini menempati peringkat 5 dalam peningkatan jumlah pasien Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). Kenaikan ini dapat dikaitkan dengan tingginya tingkat kekambuhan, yang seringkali dipicu oleh adanya trauma akibat peristiwa traumatis.<sup>8</sup>

Perhatian terhadap kesehatan sangat penting dalam ajaran islam. Sebab, kesehatan merupakan hal yang sangat penting untuk dapat beribadah kepada Allah dengan baik. Ajaran islam menekankan pentingnya kesehatan, Hal ini terbukti melalui banyaknya ayat-ayat al-Qur'an dan hadis yang mengulas mengenai isu kesehatan. Oleh karena itu, sebagai seorang Muslim, sangat penting bagi kita untuk mendalami dan memahami al-Qur'an sebagai pedoman hidup dan sumber pengetahuan. Khususnya bagi dokter Muslim, mereka diharapkan untuk lebih memperdalam dan memahami ilmu-ilmu kesehatan yang terkandung dalam al-Qur'an, mengingat bahwa segala bentuk pengetahuan, terutama dalam bidang kedokteran, dapat ditemukan di dalamnya, berasal dari al-Qur'an dan hadis.<sup>9</sup> شفاء ( Penyembuh ) sebagaimana firman Allah dalam surah Al-Isra' yang berbunyi :

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

Artinya “Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an (sesuatu) yang menjadi penyembuh dan rahmat bagi orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang zalim (Al-Qur'an itu) hanya akan menambah kerugian”. (QS. Al-Isra'/17; 82).

<sup>7</sup> Eka Sri H., "Kesehatan Mental (Mental Higienic)," (Banjarmasin: universitas islam kalimantan muhammad asryad al-banjari banjarmasin, 2022): 134

<sup>8</sup> Mendrofa, F. A., Iswanti, D. I., & Cabral, G. C. 2022. Pengaruh Strategi Pelaksanaan Keluarga Terhadap Kekambuhan Pasien Odgi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 5(2), 292–296.

<sup>9</sup> Akbar, D. L., & Budiyanto, B. 2020. Konsep Kesehatan Dalam Al-Qur'an Dan Hadis. *Al-Bayan: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Hadist*, 3(2), 157–173.

Hasil skripsi yang ditulis oleh Arini Ashfia Ni'am, dengan judul "pijat anatomi berbasis ilmu rogo jati sebagai terapi gangguan jiwa" mahasiswa dari Universitas Islam Negeri prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Tahun 2022 yaitu Berdasarkan penelitian terhadap metode terapi pijat anatomi berdasarkan Ilmu Rogojati menyimpulkan bahwa Bapak Saryono menerapkan metode ini dalam mengobati pasien yang mengalami gangguan jiwa (ODGJ). Ilmu Rogojati merupakan cabang ilmu dalam seni bela diri Rogojati, yang telah dikembangkan oleh Bapak Saryono untuk menyembuhkan gangguan jiwa melalui terapi pijat anatomi. Sebelum memulai terapi, terapis melakukan wawancara dengan keluarga klien untuk mendapatkan informasi mengenai perilaku klien di rumah, setelah memahami dinamika hubungan antara klien dan keluarganya, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan jiwa, terapis melakukan analisis terhadap kondisi kesehatan klien untuk menentukan langkah-langkah terapi yang tepat.<sup>10</sup>

Dari hasil jurnal yang ditulis oleh Ahmad Khamid dengan judul peran terapi murotal Al-Qur'an memiliki dampak positif pada kualitas tidur individu yang mengalami gangguan jiwa. Penelitian ini mencatat perbedaan yang signifikan antara kondisi pasien sebelum dan setelah menjalani terapi murotal Al-Qur'an. Berdasarkan hasil positif tersebut, pihak panti Hafara meminta peneliti untuk menerapkan terapi murotal Al-Qur'an sebagai salah satu metode untuk meningkatkan kualitas tidur 30 orang yang mengalami gangguan jiwa. Setelah melakukan survei dan kunjungan ke panti Hafara, peneliti melaksanakan terapi murotal Al-Qur'an untuk meningkatkan kualitas tidur orang dengan gangguan jiwa. Dalam pelaksanaannya, seorang tokoh spiritual atau ustadz diundang untuk memimpin dan mendampingi proses murotal Al-Qur'an yang diadakan dua kali seminggu selama dua bulan. Evaluasi dan pemantauan program ini akan dilakukan pada minggu kesembilan.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Arini Ashfia Ni'am, *pijat anatomi berbasis ilmu rogo jati sebagai terapi gangguan jiwa*, skripsi. Purwokerto 2022, Universitas Islam Negeri prof. k.h. saifuddin zuhri purwokerto.

<sup>11</sup> Ahmad Khamid, "Pengaruh Terapi Murottal Al - Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa," *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* 15, no. 1 2023: 147–55.

Dari hasil jurnal yang ditulis oleh Nor Izzati Septia, Nihayatul Kamal, Ngalimun dengan judul Kesehatan mental dan ketenangan jiwa kajian psikologi agama, tahun 2023 penelitian ini menyatakan bahwa agama digunakan sebagai bentuk terapi untuk menyembuhkan penyakit gangguan mental atau jiwa. Fenomena ini juga terkait erat dengan hubungan antara agama dan kesehatan mental. Dalam konteks ini, ketika seseorang mengalami kesusahan mental, agama memiliki peran yang sangat penting dalam menyelesaikan kesusahan tersebut. Dalam agama Islam, mereka yang sakit dianjurkan untuk mencari pengobatan medis dari ahli yang juga disertai dengan doa dan dzikir. Dalam perspektif kesehatan jiwa, doa dan dzikir ini memiliki elemen psikoterapi yang mendalam. Terapi psikoreligius memiliki nilai yang sama pentingnya dengan terapi psikiatrik, karena mampu membangkitkan kekuatan spiritual yang meningkatkan rasa percaya diri dan optimisme.<sup>12</sup>

Majelis Nur Hasan Sokaraja didirikan oleh Bapak Felly pada tahun 2017, sebelumnya sudah ada rencana pada tahun 2009 namun baru terlaksana pada tahun 2017 dan ada rencana akan dibuka cabang, Bapak Felly menerima pasien gangguan jiwa dengan berbagai macam faktor yang menyebabkan terjadinya gangguan jiwa, sering membantu mengobati orang dalam gangguan jiwa yang ada dipinggir jalan, terkadang dimintai untuk datang kerumah orang dalam gangguan jiwa tersebut agar bisa dibantu untuk menyembuhkan dan ada juga yang sedang rawat jalan, Bapak Felly menyembuhkan orang dalam gangguan jiwa dengan metode terapi syahadat dan alam, Bapak Felly telah menyembuhkan kurang lebih 100 pasien gangguan jiwa dan 1/2 nya ada orang yang di jalan-jalan di kota Semarang, Jakarta, Tasikmalaya.

Alasan meneliti di Majelis Nur Hasan Sokaraja yaitu karena saya telah melakukan observasi secara langsung di lokasi tersebut kemudian saya melakukan wawancara dengan pengasuh dimana di Majelis Nur Hasan Sokaraja telah menerapkan terapi syahadat dan alam sejak lama kemudian

---

<sup>12</sup> Nor Izzati Septia et al., "Kesehatan Mental Dan Ketenangan Jiwa," *Jurnal Islamic Studies* 1, no. 2 2023: 212–21.

sudah terbukti banyak yang sembuh dan belum ada yang meneliti di Majelis Nur Hasan Sokaraja.

## B. Penegasan Istilah

Penegasanlah dalam mengartikan hal yang terkait dengan judul “Metode Terapi Syahadat Dan Alam Bagi Penderita Gangguan Jiwa Di Majelis Nur Hasan Sokaraja”. Berikut ini, penulis akan memberikan penjelasan mengenai istilah yang terdapat dalam judul tersebut.

### 1. Terapi

Menurut tokoh terkenal di bidang terapi, Irvin D. Yalom, terapi adalah sebuah proses pelibatan seseorang dengan seorang ahli terapi yang bertujuan untuk meredakan penderitaan jiwa, merangsang pertumbuhan dan perubahan, dan mencapai tingkat pemahaman diri yang lebih dalam.<sup>13</sup> Terapi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses penyembuhan bagi gangguan jiwa dengan menggunakan metode syahadat dan alam.

### 2. Gangguan Jiwa

Gangguan Jiwa dapat dijelaskan sebagai kondisi perilaku individu yang menunjukkan tanda-tanda ketidaknormalan seperti kesulitan, disfungsi, dan penurunan kualitas hidup yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan mental, Jika seseorang menunjukkan gejala-gejala gangguan pada fungsi mental, seperti perubahan emosi, pikiran, perilaku, perasaan, kehendak, keinginan, kemampuan beradaptasi, dan persepsi, sehingga mengakibatkan gangguan dalam menjalani kehidupan baik di tingkat masyarakat maupun individu, maka kondisi tersebut dapat dikategorikan sebagai gangguan jiwa.<sup>14</sup>

Menurut Depkes, gangguan jiwa merupakan perubahan dalam fungsi jiwa yang mengakibatkan gangguan pada keseimbangan jiwa, menyebabkan penderitaan pada individu, dan menghambat pelaksanaan peran sosial. Kondisi ini juga dapat dianggap sebagai kesulitan yang harus

---

<sup>13</sup> "Understanding Therapy: A Comprehensive Review" oleh Andrade, Lillian, et al., dipublikasikan pada tahun 2020.

<sup>14</sup> D Nurwati, "Analisis Semiotika Roland Barthes Pada Terapi Zikir Menghadapi Pandemi Covid 19 Di Pondok Pesantren Singa Putih Munfaridin," *Jurnal Heritage* 11 2023.

dihadapi oleh seseorang karena mengganggu hubungannya. selanjut menjelaskan bahwa gangguan jiwa melibatkan gangguan alam pada aspek-aspek seperti cara berpikir (*kognitif*), kemauan (*volisi*), emosi (*afektif*), dan tindakan (*psikomotor*).<sup>15</sup>

Jadi Gangguan Jiwa yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu Pasien yang merujuk pada kondisi pasien yang telah dinyatakan mengalami disabilitas mental dan sedang dalam proses penyembuhan di Majelis Nur Hasan Sokaraja. Gangguan jiwa ini mencakup berbagai kondisi seperti gangguan kecemasan, depresi, gangguan bipolar dan lain-lain. Pasien-pasien ini sedang menerima perawatan dan dukungan dari Majelis Nur Hasan Sokaraja untuk mencapai pemulihan dan kesehatan mental yang optimal.

### 3. Metode Syahadat dan Alam

Muslih Abdullah Beliau adalah tokoh terkenal dalam studi psikologi Islami. Menurut beliau, metode Syahadat dan Alam merupakan terapi yang mengintegrasikan prinsip-prinsip keimanan dan kehidupan muslim dengan teknik-teknik terapi modern. Terapi ini bertujuan untuk mengembalikan rasa keselamatan spiritual dan memperkuat koneksi individu dengan Tuhan.<sup>16</sup>

Ali Moh. Rozi Beliau juga merupakan tokoh penting dalam bidang terapi Islam. Menurut beliau, terapi Syahadat dan Alam berfokus pada pemberdayaan individu untuk mencapai keseimbangan kejiwaan. Terapi ini mendorong individu untuk memperoleh kedamaian batin melalui pemahaman dan aplikasi ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari.<sup>17</sup>

Metode terapi yang dimaksud penelitian ini adalah dengan metode terapi syahadat dan alam yang dimana digunakan untuk menyembuhkan

<sup>15</sup> Machrom, M. A. N., & Destrity, N. A. 2023. Komunikasi Terapeutik Rohaniawan pada Pelayanan Spiritual Pasien Gangguan Jiwa. *Tuturlogi: Journal of Southeast Asian Communication*, 3(1), 43–53.

<sup>16</sup> Gabriel Mane, Herni Sulastien, and Maria K. Ringgi Kuwa, “Gambaran Stigma Masyarakat Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ),” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 10, no. 1 2022: 185.

<sup>17</sup> Sri Sudewi, Sri Mardikani Nugraha, 2019, *Sejarah Hasil Karya-karya Tokohnya*, jurnal aqlam, vol 2, no 1.

pasien gangguan jiwa yang berada di Majelis Nur Hasan Sokaraja dan yang diharapkan dapat memulihkan kondisi mental dan spiritualnya.

### **C. Rumusan Masalah**

Dengan merujuk pada konteks yang telah dijelaskan sebelumnya, permasalahan yang menjadi pusat perhatian penelitian dapat diformulasikan sebagai berikut: Bagaiman terapi penyembuhan penderita gangguan jiwa dengan metode syahadat dan alam?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah yang telah diajukan, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi secara objektif, menyeluruh, dan mendalam mengenai terapi dengan metode syahadat dan alam dalam penyembuhan pasien gangguan jiwa.

### **E. Manfaat Penelitian**

Setiap penelitian tentunya memiliki harapan agar hasilnya dapat memberikan manfaat, termasuk di antaranya adalah :

#### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling Islam serta terapi kesehatan mental berbasis spiritual. Secara teoretis, penelitian ini dapat memperluas pemahaman mengenai penerapan metode terapi syahadat dan terapi alam bagi penderita gangguan jiwa dari perspektif integrasi nilai-nilai Islam dengan pendekatan rehabilitasi kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini juga dapat dijadikan landasan ilmiah bagi pengembangan model-model terapi religi dan terapi alam yang memperkaya kajian psikoterapi Islam, khususnya dalam mengoptimalkan peran spiritualitas dan hubungan manusia dengan Allah SWT dalam proses pemulihan.

#### **2. Manfaat praktis**

a. Bagi pasien adalah bahwa metode syahadat dan alam dalam terapi gangguan jiwa dapat membantu mereka untuk mencapai kedamaian

batin, meningkatkan kualitas hidup, dan mengelola gejala-gejala yang mungkin mereka alami

- b. Bagi keluarga dalam terapi gangguan jiwa metode syahadat dan alam adalah adanya pemahaman dan dukungan yang lebih baik dalam menghadapi dan memahami kondisi anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa. Hal ini dapat membantu keluarga dalam memberikan perhatian, dukungan, dan perawatan yang sesuai, serta meningkatkan komunikasi dan hubungan keluarga secara keseluruhan.
- c. Bagi masyarakat Adalah bahwa terapi menggunakan metode syahadat dan alam dapat membantu mengatasi gangguan jiwa dengan cara yang alami dan efektif. Hal ini dapat memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan dalam menghadapi masalah kesehatan mental mereka tanpa harus bergantung pada obat-obatan atau terapi yang lebih invasif. Dengan demikian, terapi ini dapat memberikan solusi yang praktis dan memberdayakan masyarakat untuk mengelola kesehatan mental mereka dengan cara yang lebih holistik.
- d. Bagi pembaca Memberikan pemahaman yang lebih baik tentang gangguan jiwa, Melalui penelitian terapi, praktisi dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang gangguan jiwa yang dialami oleh pasien. Hal ini memungkinkan majlise nur hasan untuk mengembangkan pendekatan yang lebih efektif dalam memberikan perawatan dan dukungan kepada pasien.
- e. Bagi praktisi/terapis Meningkatkan keterampilan terapi, Penelitian terapi memungkinkan praktisi untuk mengembangkan keterampilan terapi yang lebih baik. Majelis nur hasan dapat mempelajari metode dan teknik yang efektif untuk membantu pasien dalam mengatasi gangguan jiwa. Dengan demikian, praktisi dapat memberikan perawatan yang lebih efektif dan meningkatkan kualitas hidup pasien.
- f. Bagi peneliti selanjutnya bisa mengukur efektivitas terapi, Penelitian terapi juga membantu praktisi dalam mengukur efektivitas terapi yang

majelis nur hasan terapkan. Dengan melakukan penelitian, praktisi dapat melihat sejauh mana terapi tersebut membantu pasien dalam mengatasi gangguan jiwa mereka. Hal ini memungkinkan praktisi untuk memperbaiki pendekatan terapi dan meningkatkan hasil yang dicapai oleh pasien.

## **F. Kajian Pustaka**

Sebelum melakukan penelitian, penulis telah membaca beberapa penelitian dari peneliti lain yang memiliki variabel yang sama yaitu mengenai terapi bagi gangguan jiwa, penelitian sebelumnya dijadikan sebagai rujukan dan pertimbangan penelitian yang akan penulis teliti agar penelitian terkait terapi bagi gangguan jiwa bisa dikembangkan lagi.

Pertama, hasil penelitian sebelumnya yaitu skripsi dari Syafinatu Najah dengan judul “Implementasi Terapi Ruqyah Dalam Menyembuhkan Pasien Gangguan Jiwa Ringan dipondok Pesantren Zakiyun Najah Desa Firdaus Kecamatan Sirampah” mahasiswa dari Universitas Islam Negeri Sumatera Medan 2021, Jadi Tujuan utama dari penelitian yang disusun oleh Syafina adalah untuk memahami implementasi terapi ruqyah dan hasilnya dalam menyembuhkan pasien gangguan jiwa ringan di Pondok Pesantren Zakiyun Najah. Hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa terapi ruqyah di Pondok Pesantren Zakiyun Najah diimplementasikan melalui beberapa metode, terapi bagi penderita gangguan jiwa ringan meliputi ritual keagamaan seperti berikut, air yang telah dibacakan doa dan ayat suci alquran digunakan untuk pembersihan, sentuhan tangan diiringi pembacaan ayat-ayat suci untuk menyembuhkan, bekam untuk membersihkan darah kotor dalam tubuh. selain itu, kegiatan berikut juga direkomendasikan seperti melaksanakan shalat lima waktu secara teratur, berdzikir, bershalawat, dan membaca doa-doa wirid, membaca alquran setiap hari, berwudhu dan membaca ayat kursi sebelum tidur,

melaksanakan shalat malam, membaca bismillah sebelum memulai setiap aktivitas.<sup>18</sup>

Persamaan dalam penelitian ini yaitu membahas mengenai terapi islam secara alam dan islami, perbedaannya yaitu di penelitian ini ada metode penyembuhan pasien dengan gangguan jiwa melalui bekam, sedangkan penelitian saya tidak menggunakan metode bekam untuk menyembuhkan pasiennya.

Kedua, hasil penelitian skripsi sebelumnya dari Ulfah Munjiyati mahasiswa dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, tahun 2022 yang berjudul “Psikoterapi Islam Santri Bina Gangguan Jiwa di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir di Sleman-Yogyakarta” Hasil dari penelitian tersebut mencakup beberapa temuan penting. Pertama, psikoterapi Islam yang pemulihan kesehatan mental santri bina yang mengalami gangguan jiwa melibatkan metode psikoterapi Islam, yang mencakup terapi ibadah seperti shalat, zikir, doa, puasa, mandi taubat, dan bekam. Penelitian ini menunjukkan bahwa psikoterapi Islam memegang peran kunci dalam proses penyembuhan kesehatan mental santri bina yang mengalami gangguan jiwa di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman-Yogyakarta. Sebagai rekomendasi, penelitian ini menyarankan untuk melakukan tinjauan lanjut terhadap santri bina yang telah sembuh. Jadi penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk mendalami efektivitas metode psikoterapi Islam dalam konteks pemulihan kesehatan mental.<sup>19</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya adalah pada objek yang diteliti yaitu terapi islami dan subjeknyapun sama untuk menyembuhkan pasien gangguan jiwa, sedangkan perbedaannya pada bagian metode dalam menyembuhkan pasien gangguan jiwa dipenelitian sebelumnya menggunakan metode bekam dan puasa.

---

<sup>18</sup> Syafinatu najah, medan 2021. *Implementasi Terapi Ruqyah Dalam Menyembuhkan Pasien Gangguan Jiwa Ringan dipondok Pesantren Zakiyun Najah Desa Firdaus Kecamatan Sirampah*, Universitas Islam Negeri Sumatera Medan.

<sup>19</sup> M Ulfah, “Psikoterapi Islam Santri Bina Gangguan Jiwa Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman-Yogyakarta,” 2022.

Ketiga, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Ardhiyah Sulistiawaty, Sattu Alang, Syamsidar dari Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar pada tahun 2019 yang berjudul “Metode Terapi Islam dalam Merawat Pasien Gangguan Kejiwaan di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar” adapun metode terapi islam yang digunakan jurnal tersebut yaitu pengajaran dari Al-Quran dan Hikmah, Al-Quran dianggap sebagai terapi utama dan esensial, mengandung rahasia penyembuhan jiwa manusia. Efektivitas terapi ini tergantung pada tingkat keimanan dan keyakinan individu, selanjutnya Sholat dengan Menekankan membangun hubungan yang kuat antara individu dengan Penciptanya, bertujuan untuk mencapai ketenangan dan ketundukan kepada Tuhan, Dzikir (Mengingat Tuhan) Disebutkan bahwa Dzikir dapat memulihkan kesadaran seseorang yang hilang dan membantu dalam mengurangi pikiran dan perasaan yang tersembunyi, Memberikan nasihat dan pendidikan tentang kekuasaan Allah, Hal ini melibatkan konseling pasien dan mendidik mereka tentang kekuasaan penyembuhan Allah, yang bertujuan untuk membawa kedamaian dan ketundukan kepada pasien.<sup>20</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya yaitu membahas mengenai terapi islami dan sama-sama objeknya yaitu untuk menyembuhkan pasien gangguan jiwa , perbedaannya peneliti ini dengan sebelumnya yaitu dibagian tujuan penelitian.

Keempat, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Massuhartono, Mulyanti dari Universitas Islam Negeri Sultan Thaba Syaifuddin Jambi yang berjudul “Terapi Religi Melalui Dzikir Pada Penderita Gangguan Jiwa” menunjukkan bahwa psikoterapi Islam yang digunakan meliputi terapi ibadah shalat, zikir, doa, puasa, mandi taubat, dan bekam. Terapi ini dilakukan pada penderita gangguan jiwa di Instalasi Rehabilitasi Mental dengan menggunakan pendekatan kualitatif dalam pengumpulan data. Metode terapi religi dzikir dilakukan melalui program penyembuhan yang disusun secara sistematis dan terintegrasi dengan model penyembuhan lainnya. Penelitian ini

---

<sup>20</sup> Ardhiyah Sulistiawaty, Sattu Alang, and Syamsidar, “Metode Terapi Islam Dalam Merawat Pasien,” *Jurnal Tabligh* 20, no. 2 2019: 286.

mengeksplorasi bentuk, model, dan teknik psikoterapi Islam yang diterapkan dalam proses pemulihan santri bina gangguan jiwa di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman-Yogyakarta. Selain itu, jurnal ini juga membahas terapi religi melalui dzikir sebagai metode untuk mengatasi gangguan jiwa, baik dalam konteks panti rehabilitasi maupun rumah sakit jiwa. Jurnal ini juga memberikan definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta kajian pustaka mengenai psikoterapi Islam dan gangguan jiwa.<sup>21</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya adalah pada sama-sama menggunakan terapi religi yaitu dengan doa, persamaanya juga ada definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta kajian pustaka mengenai psikoterapi Islam dan gangguan jiwa. sedangkan perbedaannya di bagian bekam.

Kelima, hasil dari jurnal yang disusun oleh Husnul Khatimah, Namira Kamelia Putri, Riena Maulida dari Universitas Lambung Mangkurat pada tahun 2023, dengan judul “Terapi Islam Psikosis Pasca Bullying di Indonesia” Dalam penelitian tersebut, terapi Islam digunakan sebagai alternatif untuk mengatasi gangguan jiwa pasca trauma akibat bullying di Indonesia. Terapi Islam berperan dalam membantu individu untuk memahami dan belajar mengenai panduan hidupnya yang terdapat dalam Al-Qur'an, Memahami sepenuhnya esensi kehidupan melalui Al-Hikmah secara independen merupakan hal yang penting. Terapi Islam dapat diimplementasikan melalui berbagai metode, termasuk meningkatkan iman dan ketaatan klien, meresapi dan mengamalkan ajaran Al-Qur'an, serta melibatkan terapi kejiwaan melalui praktik salat, zakat, puasa, haji, kesabaran, istighfar, taubat, zikir, dan doa. Langkah-langkah tambahan melibatkan membaca Al-Qur'an dengan usaha memahami maknanya, menjalankan shalat malam, menjalin hubungan dengan orang-orang shaleh, dan menjaga kebutuhan perut agar tidak terlalu lapar. Dengan demikian, terapi Islam mencakup berbagai metode untuk mencapai

---

<sup>21</sup> Mulyanti, M., & Massuhartono, M. 2019. *Terapi Religi Melalui Dzikir Pada Penderita Gangguan Jiwa*. 2(2), 201–214.

pemahaman dan pertumbuhan spiritual, terapi Islam dalam penelitian tersebut merupakan upaya untuk menyembuhkan gangguan jiwa dengan memanfaatkan ajaran dan praktik keagamaan Islam sebagai sarana penyembuhannya.<sup>22</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya adalah pada metodenya sama-sama menggunakan metode terapi islam untuk menyembuhkannya, sedangkan perbedaannya pada objek yang diteliti oleh peneliti ini untuk pasien bullying sedangkan penelitian selanjutnya untuk pasien gangguan jiwa.

Keenam, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Asmawaty Sukma Rahayu, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2025, dengan judul Terapi Sholat Tujuh Waktu Untuk Santri Berkebutuhan Khusus di Pondok Pesantren Ainul Yakin Dusun Karangtengah Gunung Kidul Yogyakarta, dalam Penelitian ini mengkaji penerapan Terapi Sholat Tujuh Waktu bagi santri berkebutuhan khusus, khususnya dengan gangguan autisme ringan, di Pondok Pesantren Ainul Yakin, Karangtengah, Gunung Kidul, Yogyakarta. Terapi ini terdiri dari pelaksanaan sholat lima waktu yang diwajibkan bagi umat Islam, ditambah dengan sholat sunnah tahajud dan dhuha, guna melatih, mendidik, dan merawat santri dalam aspek spiritual, psikis, dan fisiologis. Dengan proses yang dilakukan secara bertahap, berulang, dan konsisten, terapi ini bertujuan untuk memperbaiki sistem saraf, kondisi mental, kemampuan komunikasi, dan pola perilaku adaptif para santri, hingga dapat tumbuh lebih mandiri, disiplin, dan dekat dengan Allah SWT. Hasil penelitian juga mengungkap bahwa penerapan terapi ini berdampak positif, bahkan dapat membantu sebagian santri dengan kebutuhan khusus menghafal Al-Qur'an hingga lebih dari 7 juz.

Kedua penelitian ini sama-sama mengangkat metode terapi berbasis nilai spiritual Islam untuk membantu proses pemulihan individu dengan kebutuhan khusus maupun gangguan jiwa. Jika penelitian di Pondok Pesantren Ainul Yakin fokus pada penerapan terapi sholat tujuh waktu bagi santri

---

<sup>22</sup> Husnul Khatimah, Namira Kamelia Putri, and Riena Maulida, "Terapi Islam Psikosis Pasca Bullying Di Indonesia," *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 1, no. 5 2023: 975–84.

autisme guna melatih disiplin, kemandirian, dan komunikasi, maka penelitian di Majelis Nur Hasan Sokaraja menekankan terapi syahadat dan terapi alam bagi penderita gangguan jiwa untuk memperbaiki kesehatan mental dan spiritual melalui pengucapan kalimat tauhid dan interaksi dengan lingkungan.

Ketujuh, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Laela Sulistiawati, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2025, dengan judul Terapi Pethuk Ngimpi Mbah Muntasir di Panembahan Pakis Galar Jenggot Purbalingga, dalam penelitian tersebut mengkaji praktik Terapi Pethuk Ngimpi yang dijalankan oleh Mbah Muntasir di Panembahan Pakis Galar Jenggot, Purbalingga. Terapi ini merupakan metode spiritual yang memanfaatkan pengalaman mimpi sebagai media untuk memperoleh petunjuk atau jawaban atas berbagai permasalahan hidup, termasuk gangguan mental dan spiritual. Proses terapi diawali dengan tirakat spiritual, seperti puasa ngrowot dan dzikir malam, yang bertujuan untuk menjernihkan batin dan mendekatkan hubungan dengan Allah SWT. Mimpi yang diperoleh dari proses ini disebut sebagai bentuk ilmu ladunni, yaitu pengetahuan spiritual dari Allah yang digunakan sebagai landasan dalam mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahan klien.

Peneliti ini sama-sama memanfaatkan pendekatan spiritual Islam untuk membantu pemulihan gangguan jiwa, dengan menjadikan nilai agama sebagai inti terapi. Namun, metode dan media yang digunakan berbeda: terapi pethuk ngimpi dari Mbah Muntasir berfokus pada pengalaman mimpi sebagai bentuk ilmu ladunni dari Allah SWT yang diperoleh melalui tirakat dan dzikir, sedangkan terapi syahadat dan alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja memanfaatkan pengucapan syahadat dan interaksi dengan alam sebagai sarana relaksasi, penerimaan diri, dan penguatan spiritual pasien.

Kedelapan, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Putri Sriady, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2025, dengan judul Terapi Gangguan Jiwa Berbasis Spiritual dan Budaya di Pondok Darul Majnun Mergosari Sukoharjo Wonosobo, dalam penelitian tersebut Penelitian karya Putri Sriady ini mengkaji penerapan metode terapi berbasis

spiritual dan budaya bagi penderita gangguan jiwa di Pondok Darul Majnun, Wonosobo. Terapi ini terdiri dari metode spiritual, seperti dzikir dan mujahadah, serta metode berbasis budaya, seperti terapi tapak tangan di punggung, terapi salaman tangan kiri, terapi pijat, dan terapi bakaran jengger ayam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggabungan kedua metode ini dapat membantu mempercepat proses pemulihan ODGJ hingga rata-rata 1,5–3 bulan, dengan efek positif bagi aspek psikis, spiritual, dan sosial para pasien.

penelitian ini sama-sama membahas metode terapi spiritual bagi penderita gangguan jiwa. Bedanya, penelitian Putri Sriady memadukan terapi dzikir dan mujahadah dengan metode budaya (pijat, salaman, bakaran jengger), sedangkan di Majelis Nur Hasan Sokaraja fokus pada terapi syahadat dan terapi alam sebagai pendekatan spiritual dan interaksi dengan alam.

Kesembilan, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Dita Aprilia, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2024, dengan judul Pelayanan Sosial Terhadap Orang dengan Gangguan Jiwa di Panti Pelayanan Sosial Eks Psikotik Jeruklegi Cilacap, dalam penelitian tersebut Penelitian ini membahas pelayanan sosial bagi Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di Panti Pelayanan Sosial Eks Psikotik Jeruklegi, Cilacap. Kajian ini menjelaskan bahwa pelayanan sosial tidak hanya berupa perawatan medis, tetapi juga rehabilitasi psikiatrik dan pengembangan kemampuan sosial bagi ODGJ agar dapat kembali hidup mandiri dan bermartabat di tengah masyarakat. Berbagai bentuk pelayanan dijabarkan, mulai dari kebutuhan dasar (pangan, sandang, papan), bimbingan fisik, mental, spiritual, hingga pelatihan keterampilan kerja dan dukungan reintegrasi. Pentingnya pelayanan ini juga dikaitkan dengan kerja sama lintas sektor, termasuk tenaga profesional, tenaga kesehatan, dan tenaga sosial, guna memberikan pelayanan yang holistik dan berkesinambungan bagi ODGJ eks psikotik.

Penelitian sama-sama berfokus pada pemulihan gangguan jiwa dengan pendekatan holistik, mencakup aspek spiritual, mental, dan sosial. Bedanya, kajian di Panti Jeruklegi lebih menekankan pelayanan sosial dan rehabilitasi

dengan tenaga profesional, sedangkan di Majelis Nur Hasan Sokaraja lebih berfokus pada terapi syahadat dan terapi alam sebagai metode spiritual untuk pemulihan.

Kesepuluh, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Khusnul Khotimah, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2023, dengan judul Rehabilitasi Sosial Bagi Korban Penyalahgunaan Napza Melalui Terapi Vokasional di Sentra “satria” Baturraden, dalam penelitian tersebut Penelitian ini mengkaji pelaksanaan terapi vokasional bagi korban penyalahgunaan NAPZA di Sentra “Satria” Baturraden. Terapi vokasional yang dijalankan terdiri dari pelatihan desain grafis, tata boga, dan barbershop, dengan tujuan memulihkan dan mengembangkan kemampuan kerja, kepercayaan diri, serta kemandirian para residen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan ini membantu memperbaiki kondisi psikis dan sosial para peserta, meskipun masih terdapat hambatan berupa rendahnya kesadaran sebagian residen terhadap kesalahan yang pernah dilakukan. Faktor pendukung utama pelaksanaan terapi ini adalah semangat dan keseriusan peserta, sedangkan hambatannya terkait dengan tingkat kesadaran dan motivasi peserta.

Penelitian sama-sama berfokus pada metode terapi untuk pemulihan dan pengembangan kemampuan pribadi agar dapat kembali hidup mandiri dan bermakna. Bedanya, terapi vokasional di Sentra “Satria” Baturraden lebih menekankan pelatihan keterampilan kerja, sedangkan terapi syahadat dan alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja berfokus pada pemulihan spiritual dan mental.

Kesebelas, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Puput Intan Sari, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2023, dengan judul Terapi Pengobatan Qur’ani (ruqyah syar’iyah) Ustadz Muhammad Faizar Hidayatullah di Sokaraja Banyumas, dalam penelitian tersebut Penelitian ini mengkaji metode Terapi Ruqyah Syar’iyah yang dilakukan oleh Ustadz Muhammad Faizar Hidayatullah di Sokaraja, Banyumas. Terapi ini memanfaatkan ayat-ayat Al-Qur’an dan doa-doa dari hadits sebagai media pengobatan untuk berbagai gangguan, termasuk gangguan spiritual

(kesyirikan, nifaq), gangguan kejiwaan (depresi, trauma, OCD, skizofrenia), hingga gangguan psikosomatik. Metode yang digunakan terdiri dari tiga teknik utama, yaitu teknik tiupan, sentuhan tangan, dan usapan, yang semuanya merujuk pada contoh dari Rasulullah SAW. Dengan pendekatan ini, terapi ruqyah tidak hanya bertujuan mengurangi gejala gangguan yang dialami pasien, tetapi juga memberikan efek positif bagi kesehatan mental dan spiritual pasien, sejalan dengan nilai-nilai Islam.

Peneliti sama-sama memanfaatkan nilai Islam dan ayat Al-Qur'an untuk pemulihan gangguan jiwa. Bedanya, terapi ruqiyah fokus pada bacaan Al-Qur'an, doa, tiupan, dan usapan, sedangkan terapi syahadat dan alam lebih menekankan pengucapan syahadat dan pemanfaatan interaksi dengan alam sebagai media penyembuhan.

Kedua belas, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Sabdha Soerya Alam, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2022, dengan judul Penerapan Terapi Psikoreligi Tazkiyatun Nafs Pada Santri Rehabilitasi di Pondok Pesantren Narkoba Nurul Hikmah Cilongok, dalam penelitian tersebut Penelitian ini membahas penerapan metode Terapi Psikoreligi Tazkiyatun Nafs bagi santri rehabilitasi narkoba di Pondok Pesantren Nurul Hikmah Cilongok. Terapi ini bertujuan untuk mensucikan jiwa dari berbagai kotoran batin yang dapat menjebak para pecandu narkoba kembali kepada pola hidup lama. Metode yang digunakan meliputi berbagai bentuk ibadah, seperti shalat lima waktu, shalat sunnah dhuha dan tahajud, membaca Al-Qur'an, berdzikir, mandi taubat, serta riyadhah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan terapi tazkiyatun nafs dapat membantu santri rehabilitasi dalam menguatkan spiritualitas, memperbaiki pola pikir dan perilaku, serta memulihkan kesehatan batin agar dapat kembali hidup lebih baik sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Peneliti sama-sama memanfaatkan nilai spiritual Islam untuk pemulihan gangguan jiwa. Bedanya, terapi tazkiyatun nafs berfokus pada pembersihan jiwa dengan shalat, dzikir, dan membaca Al-Qur'an, sedangkan terapi syahadat dan

alam menekankan pengucapan syahadat dan pemanfaatan alam untuk relaksasi dan kesembuhan batin.

Ketiga belas, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Mega Novitasari, dari Institut Agama Islam Negeri Purwokerto 2020, dengan judul Teknik Mertafora Sebagai Terapi Stres dalam Prespektif George william Burns, dalam penelitian tersebut Penelitian ini membahas penerapan teknik metafora sebagai terapi stres berdasarkan perspektif George William Burns dalam bukunya 101 Healing Stories for Kids and Teens. Dalam karya tersebut, Burns menjelaskan bahwa metafora dapat digunakan sebagai media komunikasi terapeutik yang efektif, khususnya dalam membantu individu memahami dan mengelola stres. Walaupun Burns tidak memfokuskan terapinya hanya untuk stres, metode ini dapat diadaptasi untuk berbagai gangguan kesehatan mental lainnya. Terapi metafora memungkinkan individu memposisikan diri secara netral dalam cerita, memaknai nilai dari tokoh dan situasi yang digambarkan, dan kemudian memproyeksikannya ke dalam pengalaman pribadi guna menemukan pemecahan atas permasalahannya.

Peneliti sama-sama memanfaatkan metode alternatif untuk pemulihan mental dan batin. Bedanya, terapi metafora fokus pada cerita sebagai media refleksi, sedangkan terapi syahadat dan alam memanfaatkan kalimat syahadat dan interaksi dengan alam untuk memperkuat spiritualitas dan relaksasi.

Keempat belas, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Kristal Melati, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2025, dengan judul Bentuk Cinta pada Pasangan Suami Istri Gangguan Jiwa di desa Panusupan Cilongok Banyumas, dalam penelitian tersebut Penelitian ini membahas bentuk cinta yang muncul pada pasangan suami istri dengan gangguan jiwa di Desa Panusupan, Cilongok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meski menghadapi berbagai keterbatasan, pasangan dengan gangguan jiwa tetap dapat menjalin hubungan yang penuh keintiman, empati, dan kerja sama. Cinta yang terbangun tidak hanya terlihat dari kebutuhan fisik, tetapi juga dari bentuk kasih sayang, kesetiaan, komunikasi terbuka, dan kesediaan saling mendukung dalam keadaan sulit. Teori Segitiga Cinta dari Sternberg

(keintiman, gairah, dan komitmen) digunakan sebagai landasan untuk menjelaskan dinamika relasi pasangan ini, dengan penekanan khusus pada aspek penerimaan dan kerja sama yang memungkinkan pasangan tetap bertahan dan saling menghargai di tengah keterbatasan yang ada.

Peneliti sama-sama menekankan penerimaan dan dukungan bagi penderita gangguan jiwa. Bedanya, kajian bentuk cinta ODGJ berfokus pada relasi pasangan, sedangkan terapi syahadat dan alam menekankan pemulihan spiritual dan relaksasi dengan syahadat dan alam.

Kelima belas, hasil dari jurnal sebelumnya yang disusun oleh Indri Maulisa, dari Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto 2024, dengan judul Rehabilitasi Sosial Dalam Meningkatkan Fungsi Sosial Korban Penyalahgunaan Napza di Panti Rehabilitasi Sosial Gangguan Jiwa dan Naroba "Tanbihul Ghofilin" Cilacap, dalam penelitian tersebut Penelitian ini secara fundamental berfokus pada peran dan efektivitas rehabilitasi sosial sebagai instrumen vital dalam memulihkan dan meningkatkan fungsi sosial individu yang menjadi korban penyalahgunaan NAPZA. Panti Rehabilitasi Sosial Gangguan Jiwa dan Narkoba "Tanbihul Ghofilin" Cilacap menjadi lokus studi, mengindikasikan adanya pendekatan rehabilitasi yang mengintegrasikan nilai-nilai keislaman. Kajian pustaka dalam skripsi ini kemungkinan akan membahas secara mendalam definisi, tujuan, tahapan, serta berbagai komponen rehabilitasi sosial, menyoroti bagaimana program rehabilitasi ini berupaya mengembalikan individu ke kondisi optimal di masyarakat. Lebih lanjut, akan dielaborasi pula konsep fungsi sosial, menganalisis bagaimana penyalahgunaan NAPZA dapat menggerus kemampuan individu dalam menjalankan peran dan tanggung jawabnya di lingkungan sosial, serta bagaimana rehabilitasi berupaya memulihkan dimensi ini. Pendekatan rehabilitasi berbasis Islam yang diterapkan di panti tersebut menjadi aspek krusial, yang akan dikaji bagaimana nilai-nilai dan praktik keagamaan Islam diintegrasikan dalam program pemulihan dan kontribusinya terhadap peningkatan fungsi sosial. Skripsi ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara empiris dampak program rehabilitasi tersebut, sebagaimana tercermin

dari pertanyaan wawancara kepada klien mengenai efek positif yang dirasakan, perubahan signifikan sebelum dan sesudah rehabilitasi, serta pengalaman mereka dalam menjalani rehabilitasi berbasis Islam, yang semuanya akan memperkaya pemahaman tentang proses pemulihan holistik bagi korban NAPZA.

Peneliti sama-sama mendalami upaya pemulihan bagi individu bermasalah dengan sentuhan spiritual di lembaga spesifik. Namun, perbedaannya terletak pada jenis masalah utama yang ditangani (NAPZA vs. Gangguan Jiwa), jenis intervensi yang menjadi fokus (rehabilitasi sosial yang luas vs. terapi spesifik seperti Syahadat dan Alam), serta penekanan pada hasil akhir (fungsi sosial vs. penyembuhan gangguan jiwa).

## **G. Kajian Teori**

### **1. Terapi**

Definisi terapi bervariasi antar disiplin ilmu, adapun tujuan utama terapi adalah membantu pasien menerima dirinya apa adanya dan tidak menyalahkan hidupnya membayangkan bahwa ada tempat yang sempurna untuk tinggal dan Akulah tempat itu, untuk mencapai kesempurnaan. Terapi dapat menawarkan banyak perubahan namun memberikan kontribusi yang terbesar berisi persetujuan penerimaan diri dan keadaan membantu pasien mencapai potensi penuh mereka. Pasien harus mencoba terapis pada awalnya untuk mencari validasi atau persetujuan, sering disebut umpan balik. Ini adalah proses yang normal dinamika pengobatan pada tahap awal, saat pasien masih kecil ingin dicintai, yang sebenarnya ingin disetujui oleh orang tua atau terapis.<sup>23</sup>

Al-Quran dan Sunnah mengenalkan berbagai jenis terapi mental yang dapat dijadikan dasar dan pedoman, seperti terapi mental melalui melakukan shalat. Salat lima waktu diwajibkan setelah peristiwa miraj, sebagai bentuk ibadah yang melibatkan kebersihan diri (thaharah). Terapi mental melalui zakat dan sedekah melibatkan memberikan sumbangan

---

<sup>23</sup> Sattu Alang, "Manajemen Terapi Islam Dan Prosedur Pelayanannya," *Bimbingan Penyuluhan Islam* 7, no. 1 2020: hlm 80.

kepada orang yang membutuhkan. Selain memenuhi salah satu rukun iman, zakat dan sedekah juga dapat menjadi terapi mental. Dengan bersedekah, seseorang dapat membersihkan dan menyucikan jiwa mereka, Puasa juga dapat menjadi terapi mental, karena melibatkan latihan dan pengendalian diri. Selain itu, puasa juga dapat membantu mengendalikan syahwat dan hawa nafsu, serta memberikan latihan bagi jiwa, Haji ke Baitullah juga dapat menjadi terapi mental. Melakukan ibadah haji merupakan kewajiban bagi mereka yang mampu melakukannya. Melalui haji, seseorang dapat menguatkan kepribadian mereka dan menghadapi berbagai tantangan kehidupan, Kesabaran juga merupakan terapi mental yang penting.<sup>24</sup>

Dalam Al-Quran, kesabaran disebutkan sebagai keberuntungan, karena dapat membantu seseorang meraih kemenangan dan kebahagiaan di akhirat. Kesabaran sebagai ibadah memiliki manfaat yang luar biasa dalam mendidik jiwa dan menguatkan kepribadian, Istighfar dan taubat juga dapat menjadi terapi mental. Kita sebagai manusia tidak luput dari dosa, dan terapi ini dapat membantu menyembuhkan mental yang tidak sehat. Dengan beristighfar dan bertaubat, seseorang dapat memohon ampunan kepada Allah, Terapi mental melalui zikir juga penting. Dengan berzikir, seseorang akan selalu mengingat Allah setiap saat. Hal ini dapat membuat seseorang merasa terjaga dan mengharapkan ampunan dari Allah.<sup>25</sup>

Terapi religi merujuk pada proses penyembuhan atau pengobatan yang berasal dari keyakinan kepada Tuhan, dengan mengikuti ajaran dan petunjuk agama. Dalam konteks Islam, Al-Quran dijadikan sebagai panduan bagi seluruh umat manusia untuk memahami tanda-tanda kebesaran Allah. Dzikir merupakan sebuah metode yang digunakan untuk mengingat, memotivasi, mengendalikan diri, beribadah kepada Allah SWT dan memperbanyak dzikir, seseorang bisa memperoleh kesadaran akan betapa pentingnya mendekatkan diri kepada-Nya. Semakin

---

<sup>24</sup> Wulan Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, "Model-Model Terapi Mental Dalam Islam."

<sup>25</sup> Wulan Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

dekat dengan Allah, seseorang semakin menyadari kebesaran-Nya dan merasa selalu berada dalam pengawasan dan perlindungan-Nya.<sup>26</sup>

Terapi Doa memiliki kekuatan rohani yang mampu meningkatkan keyakinan diri dan sikap optimis yang merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan mental. Metode doa dapat membantu menjaga sikap optimis dan menghindari perasaan pesimis dan putus asa. Doa juga memiliki peran penting dalam menciptakan kesehatan mental dan semangat hidup. Selain itu, doa juga dapat membantu dalam penyembuhan stres dan gangguan kejiwaan, serta mencegah terjadinya guncangan jiwa dan gangguan kejiwaan. Lebih lanjut, doa juga memiliki manfaat dalam membangun dan meningkatkan semangat hidup. Secara sederhana, doa memiliki peran dalam menyembuhkan, mencegah, dan membangun kesehatan mental. Doa yang berkualitas tinggi mampu menghidupkan perasaan kehadiran Tuhan, Kedamaian, ketenangan, semangat hidup, sugesti dan motivasi positif, optimisme, serta keyakinan diri individu secara internal adalah faktor penting dalam proses penyembuhan gangguan kecemasan dan depresi. Bagi para terapis, doa yang memperkaya spiritualitas dapat menjadi elemen penting dalam memfasilitasi pencapaian hal tersebut, mereka memiliki dampak yang signifikan dalam membantu menjaga kesehatan mental.<sup>27</sup>

## 2. Gangguan Jiwa

Banyak orang mengalami gangguan mental atau perasaan yang disebabkan oleh beberapa hal. Pertama, mungkin karena melakukan tindakan yang bertentangan dengan hati nurani mereka. Kedua, mungkin karena mereka merasa terhalang dalam proses aktualisasi diri. Ketiga, mungkin karena mereka menyadari bahwa mereka sebenarnya tidak sebanding dengan apa yang mereka perkirakan. Keempat, mungkin karena mereka khawatir kehilangan posisi sosial mereka. Kelima, mungkin karena

---

<sup>26</sup> Mulyanti, M., & Massuhartono, M. 2019. *Terapi Religi Melalui Dzikir Pada Penderita Gangguan Jiwa*. 2(2), 201–214.

<sup>27</sup> Ulfi Putra Sany, “Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al Qur’an.” *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia* 7.1,” *Jurnal Ilmiah Indonesia*, no. February 2022: 1262–78.

mereka tidak mampu melepaskan kebiasaan buruk yang ingin mereka tinggalkan. Keenam, mungkin karena mereka dipimpin oleh atasan yang otoriter. Ketujuh, mungkin karena mereka mendapat hukuman yang tidak adil. Kedelapan, mungkin karena keinginan mereka ditentang oleh orang lain. Kesembilan, mungkin karena mereka merasa ambisi mereka jauh dari kemampuan yang mereka miliki. Kesepuluh, mungkin karena mereka merasa mereka seharusnya memiliki lebih banyak dan lebih besar daripada yang mereka miliki sekarang. Dan yang kesebelas, mungkin karena mereka melihat orang lain yang hidup dengan kenyamanan dan kemudahan, meskipun menurut mereka orang tersebut sebenarnya tidak pantas mendapatkannya.<sup>28</sup>

Manusia memiliki kemampuan untuk membedakan antara keadaan sakit dan sehat, mencakup kesejahteraan fisik dan mental. Sayangnya, kesehatan mental sering dikaitkan dengan stigma negatif, Terutama dalam konteks masalah kesehatan mental, gangguan jiwa merujuk pada ketidakseimbangan psikologis yang menyebabkan perilaku yang tidak normal. Kamus Besar Bahasa Indonesia dan Asosiasi Psikiatri Amerika mendefinisikan gangguan jiwa sebagai pola pikiran yang memengaruhi perilaku dan emosi, perasaan, atau perilaku yang menyebabkan tekanan psikologis atau perilaku yang memiliki signifikansi klinis pada tingkat individu, yang ditandai dengan munculnya distress (seperti gejala nyeri atau penderitaan) atau disabilitas (gangguan pada salah satu bagian atau beberapa fungsi penting) Atau gangguan jiwa dapat diidentifikasi dengan peningkatan yang mencolok dalam keinginan untuk mengakhiri hidup, mengalami penderitaan, mengalami ketidakmampuan, atau kehilangan kebebasan.<sup>29</sup>

Gangguan mental sering terhubung dengan isu-isu seperti depresi dan penurunan fungsi kognitif secara menyeluruh. Orang yang mengalami

---

<sup>28</sup> Wulan Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, "Model-Model Terapi Mental Dalam Islam."

<sup>29</sup> Fatimatuz Zahroh and Dewi Mulyani, "Program Rehabilitasi ODGJ Melalui Terapi Spiritual Di Pondok Pesantren X," *Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam*, 2022, 95–102.

gangguan mental seringkali mengalami perlakuan kekerasan, diskriminasi, dan stigmatisasi dari masyarakat. Konsekuensinya tidak hanya berdampak pada individu yang mengalami gangguan mental tersebut, tetapi juga oleh keluarga yang memiliki anggota keluarga yang terkena dampak gangguan mental, Proses pembentukan stigma ini membutuhkan waktu yang lama dan berkembang seiring dengan pengetahuan yang ada tentang gangguan jiwa dan objek stigma. Hal ini dimulai dari pengenalan terhadap tanda-tanda pada objek stigma, berkembangnya stereotip di masyarakat, persetujuan terhadap stereotip yang mengarah pada prasangka, dan akhirnya, prasangka ini dapat termanifestasikan dalam perilaku diskriminasi.<sup>30</sup>

Stigma yang ada di masyarakat terhadap orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) yang berasal dari keluarga atau komunitas, serta kurangnya pengetahuan mengenai ODGJ, dapat menghambat upaya perawatan ODGJ dan menyebabkan perawatan yang kurang optimal. Jika hal ini terus berlanjut, ODGJ dapat mengalami kekambuhan berulang. Oleh karena itu, diperlukan psikoedukasi untuk keluarga agar mereka lebih memahami bagaimana merawat ODGJ dengan tepat dan mendukung program Desa Siaga Sehat Jiwa. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk Membahas upaya yang dilakukan untuk menyembuhkan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) serta mengidentifikasi hambatan yang mungkin muncul, lalu merancang serta menjalankan program intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam merawat ODGJ.<sup>31</sup>

Adapun Perawat memiliki peran strategis dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat dan keluarga. Tujuannya adalah agar masyarakat dan keluarga dapat mandiri dalam mengatasi masalah kesehatan. Melalui pendidikan kesehatan, diharapkan pengetahuan dan

---

<sup>30</sup> Ulfi Putra Sany, “Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al Qur’an.’ Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia 7.1.”

<sup>31</sup> Adita Lintang Kharisma Putri et al., “Optimalisasi Perawatan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Berbasis Komunitas,” *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3, no. 4 2022: 869–79.

perilaku yang tepat terhadap orang dengan gangguan jiwa seperti skizofrenia dapat meningkat, sehingga stigma yang masih ada di masyarakat dapat dicegah. Selain itu, keluarga juga diharapkan dapat menjadi sistem pendukung bagi orang dengan gangguan jiwa, merawat mereka di rumah, melakukan resosialisasi, dan mencegah kekambuhan. Namun, keterbatasan sumber informasi membuat keluarga masih membutuhkan Panduan untuk memberikan perawatan kepada individu yang mengalami gangguan mental, dan juga untuk meningkatkan pemahaman serta keterampilan masyarakat dan keluarga.<sup>32</sup>

### 3. Metode Syahadat dan Alam

Penggunaan lafadz syahadat diyakini memiliki potensi untuk mengembangkan sifat zuhud, di mana hati menjadi terbebas dari ikatan dengan hal-hal dunia dan munculnya sikap tawakkal. Dalam artikelnya yang berjudul "Analisis Semiotika Roland Barthes Pada Terapi Zikir Menghadapi Pandemi Covid 19 di Pondok Pesantren Singa Putih Munfaridin" menyampaikan bahwa makna dari kata syahadatain adalah menunjukkan ketaatan terhadap perintah Allah, mengakui kebenaran apa yang diberitakan-Nya, dan menjauhi larangan-Nya. Sebagai bagian dari tindakan spiritual, mengucapkan kalimat syahadat oleh seorang Muslim dianggap sebagai bentuk ketaatan dan ibadah kepada Allah SWT. Orang Muslim yang melaksanakan ibadah dengan ikhlas kepada Allah SWT diyakini dapat merasakan ketenangan jiwa. Oleh karena itu, mengucapkan kalimat syahadat dianggap sebagai bagian integral dari aktivitas spiritual yang diterapkan oleh umat Islam. Jika makna syahadatain diinternalisasikan dengan baik, hal tersebut dapat menjadi suatu prinsip keagamaan yang memiliki dampak yang sangat besar bagi individu yang menerapkannya.<sup>33</sup>

<sup>32</sup> Bloom, N., & Reenen, J. Van. 2019. No Title No Title No Title. *NBER Working Papers*, 6, 89.

<sup>33</sup> Faridah, S. 2022. Psikologi Ibadah Menyingkap Rahasia Ibadah Perspektif Psikologi. In *Jakarta: Amzah*.

Dengan metode alam seperti sinar matahari adalah bagian dari radiasi elektromagnetik yang dipancarkan oleh matahari. Komponen sinar ultraviolet (UVA) dalam sinar matahari telah terbukti memiliki efek positif pada kehidupan di bumi. Ketika sinar matahari bersentuhan dengan kulit manusia, terjadi penguraian nitric oxide, nitrite, dan nitrate yang membentuk nitric oxide vasoaktif. Nitric oxide ini berperan dalam relaksasi pembuluh darah dan merupakan vasodilator pada sistem vaskular, Pemaparan sinar UVA dapat meningkatkan pelepasan dan penyimpanan nitric oxide pada kulit.<sup>34</sup>

#### 4. Majelis Nur Hasan

Majelis Nur Hasan sendiri yaitu berdiri pada tahun 2017 yang didirikan oleh Bapak Felly, Majelis Nur Hasan yang dibagikan khusus untuk memberikan perawatan dan dukungan kepada individu yang mengalami gangguan jiwa. Tempat majelis ini bertujuan untuk memberikan lingkungan yang aman dan mendukung bagi individu yang mengalami gangguan jiwa. Disini, mereka dapat menerima perawatan yang tepat, seperti terapi individu dan kelompok, pengobatan, serta intervensi medis yang diperlukan. Selain itu, tempat majelis juga menyediakan dukungan kepada keluarga pasien agar mereka dapat memahami dan mendukung proses pemulihan, di majelis Nur Hasan dibuka juga untuk rawat jalan, Di majelis nur hasan ini mereka dapat menerima perawatan intensif dan pengawasan yang lebih ketat untuk menjaga keamanan dan kesejahteraan pasien gangguan jiwa.

### H. Metode Penelitian

#### 1. Pendekatan dan jenis penelitian

##### a. Pendekatan penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Mayoritas data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui wawancara mendalam, suatu

---

<sup>34</sup> Angela Dwi Pitri et al., “[ Review Article ] Exploration of the Benefits of Sunshine in Hypertension Sufferers : A Literature Review Pendahuluan” 01, no. 02 2023.

teknik yang menggunakan pertanyaan terbuka dan mengutamakan prinsip etika terhadap subjek yang sedang diteliti. Data yang dihimpun meliputi pandangan, opini, emosi, dan pengetahuan.<sup>35</sup>

b. Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis deskriptif. Penelitian deskriptif yaitu penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik atau fenomena yang ada, baik yang alami maupun yang disebabkan oleh manusia. penelitian ini berupaya memberikan gambaran yang komprehensif tentang bentuk, aktivitas, sifat, hubungan, persamaan, dan perbedaan dari berbagai fenomena.<sup>36</sup>

2. Tempat dan waktu

a. Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di Majelis Nur Hasan, Majelis ini berada di Jl. Brawijaya, Dusun III, Banjaranyar, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah 53181

b. Waktu penelitian

Adapun waktu pelaksanaan penelitian yaitu dilaksanakan pada awal bulan januari 2025, dimana penelitian harus dikelola dengan baik dan efektif agar penelitian dapat menghasilkan hasil yang akurat dan bermanfaat bagi masyarakat secara keseluruhan.

3. Subjek dan objek penelitian

a. Subjek penelitian

Menurut pandangan para ahli, kategori subjek penelitian memiliki peran yang sangat signifikan dan seharusnya dikelola secara baik sebelum peneliti memulai proses pengumpulan data, subjek peneliti dapat berupa objek, fenomena atau individu.<sup>37</sup> Subjek penelitian adalah

---

<sup>35</sup> Arnild Augina Mekarisce, "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat," *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12, no. 3 2020: 145–51.

<sup>36</sup> Rusandi and Muhammad Rusli, "Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif Dan Studi Kasus," *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 2, no. 1 2021: 48–60.

<sup>37</sup> Ridwan Jamaludin, "Pengaruh Anggaran Dan Gaya Hidup Terhadap Perilaku Konsumen "Survei Pada Konsumen Dari Penjual Pakaian Online Di Pasar Andir Kota Bandung," *Universitas Pendidikan Indonesia* ".

pengasuh serta yang mengobati pasien yaitu Bapak Felly, dua Pasien yaitu HN, WN, 2 Ibu Pasien yaitu Ibu S, Ibu K

b. Objek penelitian

Objek dalam penelitian ini yaitu target dari penelitian yang meliputi Metode Terapi Syahadat Dan Alam Bagi Penderita Gangguan Jiwa Di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas.

4. Metode pengumpulan data

a. Wawancara

Wawancara merupakan metode pengumpulan data yang melibatkan komunikasi langsung antara peneliti dan responden untuk memperoleh informasi yang diperlukan.<sup>38</sup> Wawancara dilakukan di Sokaraja untuk mengetahui metode terapi syahadat dan alam bagi penderita gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja.

b. Observasi

Observasi merupakan metode pengumpulan data yang terlibat dalam melihat secara langsung atau tidak langsung suatu objek atau fenomena. Menurut para pakar, Observasi juga dikenal sebagai proses mengamati objek penelitian.<sup>39</sup> Dalam penelitian yang dijalankan oleh penulis, metode observasi langsung digunakan untuk mengamati subjek penelitian, seperti metode terapi syahadat dan alam bagi penderita gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja.

c. Dokumentasi

Dokumentasi dapat mencakup berbagai jenis dokumen seperti laporan, catatan, petunjuk, atau diagram. Tujuan dari dokumentasi adalah untuk memudahkan akses dan pemahaman terhadap informasi yang relevan.<sup>40</sup> Proses pelaksanaan dilakukan dengan menerapkan

---

<sup>38</sup> Retrieved Mei 13, 2023, *Pengertian Studi Pustaka dan Ciri-cirinya dalam Penelitian*. (2022, November 8).

<sup>39</sup> Dhian Satria, "Strategi Pengembangan Lahan Perkebunan Kopi Desa Wonosalam Dusun Mangirejo Sebagai Camping Ground Dengan Konsep Ekowisata" 2, no. 2 2023: 48–55.

<sup>40</sup> John Doe. 2020. *Pengaruh Dokumentasi Terhadap Efisiensi Proses Bisnis*. Jurnal Manajemen Bisnis. 45-60

metode dokumentasi, dimana penulis mengambil foto-foto yang mencakup gambaran dari wawancara dengan subjek penelitian.

#### 5. Metode analisis data

Analisis informasi adalah prosedur mencari serta mengumpulkan data secara teratur menurut sistem dari hasil observasi dan wawancara, catatan lapangan, memilah yang sangat berarti serta objek yang untuk dipahami, serta menyimpulkannya sehingga bisa dengan gampang dimengerti oleh periset dan pembaca.<sup>41</sup> Metode analisis data penelitian ini menggunakan :

##### a. Reduksi Data

Jumlah data yang berasal dari lapangan yang datanya cukup banyak sehingga memerlukan pencatatan dan penyempurnaan yang harus dianalisis melalui reduksi data, dimana reduksi data berarti merangkum dan memilih isu-isu kunci yang fokus pada topik penelitian.

##### b. Penyajian Data

Setelah melakukan perhitungan data pribadi, Langkah berikutnya adalah menghadirkan informasi dalam bentuk deskripsi sesuai dengan metode penelitian kualitatif. Dengan menyajikan data ini, akan lebih memudahkan pemahaman tentang situasi yang sedang diteliti. Dalam penyajian data ini, akan dipaparkan hasil observasi dan wawancara dan dokumentasi di lokasi penelitian yaitu di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas.

##### c. Penarikan Kesimpulan

Langkah selanjutnya adalah penarikan kesimpulan. Kesimpulan merupakan suatu pengumpulan atau penemuan bukti kuat yang dijadikan proses pengumpulan sebuah data atau bisa disebut verifikasi data.<sup>42</sup> Dalam pengambilan kesimpulan diperoleh dari hasil reduksi dan penyajian data serta kemampuan penulis mencari tahu makna dari suatu fenomena yang dijumpai selama dilapangan, pada

<sup>41</sup> Abussamad, Zuchri., Metode Penelitian Kualitatif (Makasar:Syakir Media Press, 2021)

<sup>42</sup> Zuchri Abdussamad, Metode Penelitian Kualitatif, (Makassar: Syakir Media Press, 2021) hlm 180-181

bagian kesimpulan ini digunakan untuk mendapatkan informasi secara objektif, menyeluruh, dan mendalam mengenai terapi dengan metode syahadat dan alam dalam penyembuhan pasien gangguan jiwa.

## **I. Sistematika Pembahasan**

Sistematika penelitian adalah tata cara penyusunan skripsi yang dirancang agar memudahkan pembaca dalam memahami konten skripsi tersebut. Dalam penelitian ini, sistematika penelitian terdiri dari 5 BAB, yaitu:

**BAB I Pendahuluan** : Latar Belakang Masalah, penegasan istilah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Tinjauan Pustaka, Sistematika Penulisan.

**BAB II Landasan Teori** : Berisi tentang landasan teori yang akan digunakan dalam membahas terapi bagi penderita gangguan jiwa melalui metode syahadat dan alamiah.

**BAB III Metodologi Penelitian** : Pendekatan penelitian dan jenis, Tempat dan waktu penelitian, Subjek dan Objek penelitian, Metode pengumpulan data dan metode analisis data.

**BAB IV Hasil Penelitian** : Gambaran umum lokasi, Gambaran subjek, Penyajian data dan Analisis data mengetahui terapi bagi penderita gangguan jiwa melalui metode syahadat dan alamiah di Majelis Nur Hasan Sokaraja banyumas.

**BAB V Kesimpulan** : Kesimpulan, Saran-saran dan Penutup, kemudian dibagian akhir terdapat daftar pustaka.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Terapi

##### 1. Definisi Terapi

Menurut Andi Mappiare, istilah terapi atau *therapy* memiliki makna sebagai proses pengobatan dan penyembuhan. Dalam bahasa Arab, kata yang sepadan dengan terapi adalah al-istisyfa', yang berasal dari akar kata syafa-yasyfi-syifa', yang berarti menyembuhkan, bertujuan untuk memperbaiki kondisi seseorang, baik secara fisik maupun mental, dan sering kali digunakan dalam bidang kedokteran. Istilah ini kerap dianggap serupa atau bahkan digunakan secara bergantian dengan konseling (*counseling*) dan psikoterapi (*psychotherapy*), meskipun masing-masing memiliki pendekatan dan metode yang berbeda. Dalam praktiknya, terapi tidak hanya berfokus pada penyembuhan penyakit, tetapi juga pada peningkatan kualitas hidup individu, melalui proses yang mendalam untuk mengatasi berbagai gangguan kesehatan atau psikologis.<sup>43</sup>

Terapi adalah sebuah proses sistematis yang bertujuan untuk membantu individu mengatasi masalah fisik, psikologis, emosional, atau sosial melalui pendekatan tertentu yang terstruktur. Proses ini dilakukan dengan menggunakan metode yang sesuai dengan kebutuhan individu, baik melalui dukungan profesional, latihan, konseling, maupun teknik lainnya. Terapi bertujuan untuk memulihkan, meningkatkan, atau menjaga keseimbangan kesehatan tubuh dan pikiran, serta memberikan solusi terhadap berbagai tantangan atau gangguan yang dihadapi. Dengan pendekatan yang terarah, terapi dapat membantu individu mencapai kualitas hidup yang lebih baik dan memperkuat kemampuan mereka untuk beradaptasi dalam berbagai situasi.<sup>44</sup>

---

<sup>43</sup> Lahmuddin. 2019. *Konseling dan Terapi Islami*.

<sup>44</sup> Alang, H. A. 2020. Teknik Pelaksanaan Terapi Perilaku (Behaviour). *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7(1), 22–41.

Menurut Corey dalam bukunya "*Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*", terapi merupakan suatu proses interaksi yang terstruktur antara terapis dan klien yang bertujuan untuk membantu klien memahami diri mereka secara lebih mendalam, mengatasi masalah emosional yang mereka hadapi, serta mempelajari pola-pola perilaku baru yang lebih adaptif. Proses ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah saat ini tetapi juga mendukung klien dalam mencapai pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Terapi memberikan ruang bagi klien untuk memperoleh dukungan, wawasan, dan strategi dalam menghadapi berbagai konflik, baik internal maupun eksternal, yang dapat menghambat perkembangan mereka. Dengan demikian, terapi berfungsi sebagai alat untuk memberdayakan individu agar dapat menjalani hidup yang lebih seimbang dan bermakna.<sup>45</sup>

Menurut tokoh Indonesia, Chris W. Green dan Hertin Setyowati, terapi adalah sebuah upaya untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, tanpa terbatas pada metode medis atau penyembuhan penyakit. Terapi mencakup segala hal yang memberikan kesenangan, baik fisik maupun mental, bagi seseorang yang sedang sakit. Dalam konteks ini, terapi tidak hanya sebatas pengobatan tetapi juga mencakup berbagai kegiatan yang dapat membawa kebahagiaan, ketenangan, dan dukungan bagi proses penyembuhan.<sup>46</sup>

Secara umum, terapi dapat diartikan sebagai upaya pengobatan penyakit melalui pendekatan spiritual. Dalam konteks ini, terapi mencakup penerapan teknik-teknik khusus yang bertujuan untuk mengatasi gangguan mental atau kesulitan dalam menyesuaikan diri. Selain itu, terapi juga dapat melibatkan proses penyembuhan yang didasarkan pada nilai-nilai agama, serta melalui diskusi atau konsultasi mengenai masalah yang dihadapi

---

<sup>45</sup> Corey, G. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (8th ed.). Belmont: Brooks/Cole Cengage Learning.

<sup>46</sup> Meliana, D. 2023. *Terapi Insecure Perspektif Al-Qur'an*. *Skripsi*, hlm.1.

bersama tokoh agama, guru, teman, atau pihak lain yang dapat memberikan dukungan.<sup>47</sup>

## 2. Manfaat Terapi

Manfaat terapi dalam perspektif tokoh Islam mencakup berbagai aspek yang mendukung kesehatan fisik, mental, dan spiritual, dengan menitikberatkan pada tercapainya keseimbangan holistik. Berikut beberapa manfaat terapi menurut pandangan Islam:

- a. Kesehatan Mental, terapi berperan penting dalam mengatasi berbagai gangguan seperti kecemasan, depresi, dan stres. Dengan pendekatan spiritual, seperti pembacaan Al-Qur'an, dzikir, dan doa, individu dapat merasakan ketenangan batin, menemukan harapan baru, serta membangun pikiran yang lebih positif.
- b. Peningkatan Kualitas Hidup, melalui terapi seseorang dapat mengurangi rasa sakit baik fisik maupun emosional. Proses ini membantu meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan secara keseluruhan, sehingga hidup menjadi lebih produktif dan bermakna.
- c. Efek Relaksasi dan Ketenangan Jiwa, terapi yang melibatkan elemen-elemen spiritual seperti mendengarkan lantunan ayat-ayat Al-Qur'an mampu menciptakan suasana relaksasi yang mendalam. Hal ini tidak hanya menenangkan hati tetapi juga membantu individu menghadapi tantangan hidup dengan lebih optimis.
- d. Dukungan Spiritual, terapi dalam Islam memberikan landasan spiritual yang kuat. Dengan mendekatkan diri kepada Allah melalui ibadah dan doa, individu mendapatkan kekuatan untuk menghadapi berbagai ujian kehidupan serta meningkatkan keimanan dan ketakwaan mereka.
- e. Peningkatan Hubungan Sosial, salah satu manfaat terapi adalah mempererat hubungan sosial, baik dengan keluarga, teman, maupun komunitas. Dalam Islam, dukungan dari lingkungan sosial menjadi bagian penting dalam proses pemulihan dan penguatan mental.

---

<sup>47</sup> M. Solihin, Terapi Sufistik; Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasawuf (Bandung: Pustaka Setia, 2019), 83.

- f. Peningkatan Kesadaran Diri, terapi juga membantu individu mengenal diri mereka lebih baik, termasuk potensi, kekuatan, dan kelemahan mereka. Kesadaran ini memungkinkan seseorang untuk lebih bijaksana dalam mengambil keputusan dan menghadapi persoalan hidup.
- g. Keseimbangan Fisik dan Spiritual, pendekatan terapi Islami tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga mendorong harmoni antara tubuh dan jiwa. Dengan menjaga ibadah, pola hidup sehat, serta meningkatkan hubungan dengan Allah, individu dapat mencapai keseimbangan yang optimal dalam hidup mereka.<sup>48</sup>

### 3. Jenis-Jenis Terapi

#### a. Terapi Seni dan Musik

Menurut Filsuf Yunani kuno, Plato, memiliki pandangan mendalam tentang peran musik dalam kehidupan manusia. Menurutnya, musik bukan hanya sekadar hiburan, tetapi memiliki kekuatan yang sangat besar dalam membentuk karakter dan moral seseorang. Dalam pandangannya, musik dapat berfungsi sebagai sarana pendidikan moral dan spiritual, membantu menjaga keseimbangan antara emosi dan akal, Plato juga percaya bahwa musik memiliki pengaruh besar dalam bidang politik. Ia menyatakan bahwa musik dapat digunakan untuk memupuk kekuatan dan kebaikan, tetapi di sisi lain, juga dapat disalahgunakan untuk menimbulkan kerusakan dan kejahatan. Bahkan, Plato mengaitkan kejayaan dan keruntuhan suatu negara dengan musik yang dominan pada zamannya. Musik yang baik dapat memperkuat tatanan sosial dan harmoni dalam masyarakat, sementara musik yang buruk dapat merusak moralitas dan menyebabkan keruntuhan sebuah bangsa.<sup>49</sup>

#### b. Terapi Pijat

Menurut pengalaman Suntoro, terapi pijat merupakan salah satu metode yang dianggap efektif dalam menangani gangguan jiwa. Beliau

<sup>48</sup> Rosyanti, L., Hadi, I., & Akhmad, A. 2022. Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an sebagai Pengobatan Fisik dan Psikologis di Masa Pandemi COVID-19. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14(1), 89–114.

<sup>49</sup> Hutabarat, J. 2020. *Musculoskeletal Dicomfort dan Mental Workload*. Aldira Publishing, 1–119.

berpendapat bahwa banyak kasus stres dan gangguan mental disebabkan oleh penyumbatan di aliran darah serta ketidakseimbangan dalam sistem energi tubuh manusia. Sistem energi tubuh ini, menurut pandangannya, menjadi dasar utama dalam proses penyembuhan, di mana keseimbangan energi memiliki peran penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental seseorang, Terapi pijat yang dilakukan bertujuan untuk membuka kembali sumbatan di dalam aliran darah dan mengembalikan keseimbangan energi yang terganggu. Dengan pijatan yang tepat, aliran energi dalam tubuh bisa kembali lancar, sehingga tubuh akan merasa lebih segar dan rileks. Efek positif dari kelancaran energi ini diyakini dapat membantu menstabilkan kondisi psikologis pasien, yang pada akhirnya mendukung penyembuhan mental.<sup>50</sup>

c. Terapi Keluarga atau Sistemik

Menurut Sousa et al, terapi keluarga melalui pendekatan psikoedukasi adalah salah satu metode yang sangat penting dalam membantu pasien dengan gangguan jiwa. Psikoedukasi keluarga bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam kepada keluarga mengenai penyakit yang dialami oleh anggota keluarga mereka, serta memberikan informasi yang jelas mengenai pengobatannya. Dengan memahami penyakit dan pengobatannya, keluarga diharapkan dapat terlibat lebih aktif dalam proses penyembuhan pasien, Terapi keluarga juga membantu mengurangi stigma dan kesalahpahaman yang sering kali melekat pada gangguan jiwa. Dengan informasi yang benar, keluarga akan lebih siap menghadapi tantangan yang muncul selama proses penyembuhan, dan bisa menjadi sistem pendukung yang lebih kuat bagi pasien. Sousa et al. menekankan bahwa peran keluarga sangat penting dalam pemulihan pasien, karena dukungan emosional, fisik, dan

---

<sup>50</sup> Kristian Julianto, E., & Ardianti Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan, I. 2022. Pijat sebagai Terapi pada Gangguan Depresi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(4), 715–724.

mental dari keluarga bisa mempercepat proses penyembuhan dan meningkatkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan.<sup>51</sup>

d. Terapi Aromaterapi

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Judha dan Syafitri aromaterapi, khususnya menggunakan minyak esensial lemon, memiliki potensi yang signifikan sebagai terapi dalam mengatasi kecemasan pada pasien lanjut usia. Studi ini membuktikan bahwa penggunaan aromaterapi lemon mampu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien lansia di unit pelayanan lanjut usia, aromaterapi lemon memiliki efek positif pada pasien yang menjalani hemodialisis, khususnya bagi mereka yang mengalami kecemasan akibat gagal ginjal. Pasien dengan kondisi ini seringkali menghadapi tekanan emosional dan fisik yang tinggi karena proses perawatan yang berat dan mempengaruhi kualitas hidup mereka. Aromaterapi lemon, dengan sifatnya yang menenangkan, diyakini dapat membantu meredakan kecemasan yang dialami pasien selama sesi hemodialisis, membuat mereka lebih nyaman dan tenang. Penelitian ini memperkuat bukti bahwa aromaterapi, khususnya dengan lemon, dapat menjadi pendekatan non-invasif yang efektif untuk mengatasi kecemasan, terutama pada populasi yang rentan seperti lansia dan pasien dengan penyakit kronis seperti gagal ginjal.<sup>52</sup>

e. Terapi sholat Tahajud dan Sunnah

Menurut teori yang dikemukakan oleh Hardiyana AIF dan Sahrandi A, Shalat Tahajud diyakini memiliki potensi besar sebagai terapi dalam mengatasi gangguan jiwa seperti kecemasan dan stres. Mereka menyatakan bahwa melalui pelaksanaan sholat, individu dapat mencapai kedamaian batin, yang pada gilirannya mampu mengurangi tingkat kecemasan dan stres yang dirasakan. Shalat Tahajud, khususnya, adalah bentuk ibadah yang dilakukan pada waktu sepi di malam hari,

---

<sup>51</sup> Wahdah. 2022. Program studi pendidikan profesi ners fakultas kesehatan universitas aufa royhan di kota padangsidempuan 2022. *Jurnal Gema Keperawatan*, 3(2), 1–67.

<sup>52</sup> Sundara, A. K., Larasati, B., Meli, D. S., Wibowo, D. M., Utami, F. N., Maulina, S., Latifah, Y., & Gunarti, N. S. 2022. Review Article : Aromaterapi Sebagai Terapi Stres Dan Gangguan Kecemasan. *Jurnal Buana Farma*, 2(2), 78–84.

yang menawarkan kesempatan bagi individu untuk bermeditasi, introspeksi, dan memperkuat hubungan spiritual dengan Tuhan, Hardiyana dan Sahrandi menekankan bahwa terapi sholat, khususnya Shalat Tahajud, dapat menjadi salah satu pendekatan komplementer yang efektif dalam pengelolaan kecemasan dan stres. Namun, mereka juga menyatakan bahwa diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi efektivitas Salat Tahajud secara ilmiah dalam mengatasi gangguan-gangguan psikologis tersebut. Penelitian tambahan akan membantu memberikan bukti empiris yang lebih kuat mengenai manfaat ibadah ini dalam konteks kesehatan mental.<sup>53</sup>

## **B. Konsep Terapi Syahadat dan Terapi Alam**

### **1. Terapi Syahadat**

#### **a. Definisi Terapi Syahadat**

Syahadat adalah konsep yang menekankan bahwa setiap individu yang telah mengikrarkan dua kalimat syahadat wajib menjalankan hukum-hukum Islam sebagai bentuk konsekuensi logis dari pernyataan keyakinan tersebut. Dengan demikian, pengucapan syahadat tidak hanya dianggap sebagai pengakuan lisan, tetapi juga sebagai komitmen untuk menerapkan ajaran Islam secara menyeluruh dalam kehidupan sehari-hari. Teori ini menekankan bahwa syahadat bukan sekadar formalitas spiritual, melainkan memiliki implikasi yang nyata terhadap pola perilaku, tata nilai, dan kepatuhan individu terhadap syariat Islam.<sup>54</sup>

Terapi syahadat sejalan dengan teori otoritas penerimaan hukum yang diuraikan oleh H. A. R. Gibb dalam bukunya *The Modern Trends in Islam*. Gibb menjelaskan bahwa seorang Muslim yang telah menerima Islam sebagai agamanya berarti secara otomatis menerima otoritas hukum Islam atas dirinya, sedangkan terapi syahadat mengacu pada pendekatan terapeutik berbasis nilai-nilai spiritual Islam, yang

<sup>53</sup> Hikma, A., Meily, R., & Maysa, A. 2023. Mengatasi Stres dan Kecemasan dengan Salat Tahajud. *Religion : Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 1075–1085.

<sup>54</sup> S.H, J., & M.Sos, F. 2024. Teori Syahadat Dan Teori Eksistensi Hukum Islam Dalam Upaya Legislasi Hukum Islam Di Indonesia. *AL-SYAKHSHIYYAH Jurnal Hukum Keluarga Islam Dan Kemanusiaan*, 61, 65–72.

menggunakan dua kalimat syahadat sebagai titik awal pemulihan spiritual dan mental. Prinsipnya adalah bahwa pengakuan terhadap keesaan Allah dan penerimaan ajaran Rasulullah dapat menjadi langkah awal dalam proses penyembuhan seseorang dari berbagai krisis emosional atau spiritual. Teori ini memperlihatkan keterkaitan erat antara pengucapan syahadat dan penerapan hukum Islam sebagai satu kesatuan yang tidak terpisahkan.<sup>55</sup>

Teori syahadat dalam konteks penyembuhan melalui pendekatan spiritual sering dikaitkan dengan pemahaman mendalam mengenai inti tauhid dan kesaksian iman. Penelitian dari Indonesia mengungkapkan bahwa salah satu elemen utama dari syahadat adalah integrasi tiga dimensi akal, hati, dan lidah, dalam mengikrarkan bahwa "tidak ada Tuhan selain Allah" (*La ilaha illallah*) dan bahwa "Muhammad adalah utusan Allah" (Muhammadur Rasulullah). Dalam pendekatan ini, syahadat tidak hanya dimaknai sebagai pernyataan verbal, melainkan juga sebagai pondasi spiritual yang dapat memberikan dampak terapeutik terhadap kesehatan mental dan jiwa.<sup>56</sup>

Melalui syahadat, seseorang diajak untuk menginternalisasi nilai-nilai tauhid secara holistik, mengharmonisasikan pikiran, perasaan, dan ucapan dalam satu kesatuan yang mendalam. Proses ini dipercaya dapat menciptakan ketenangan batin, memperkuat keyakinan, dan membantu individu menghadapi tekanan psikologis maupun spiritual. Dengan kata lain, syahadat berfungsi sebagai "pembersih" hati dan penguat identitas spiritual, yang relevan dalam mendukung proses penyembuhan dari berbagai gangguan mental atau emosional.<sup>57</sup>

Terapi Syahadat merupakan metode penyembuhan yang berakar pada ajaran Islam, dengan fokus pada penanaman kembali keyakinan tauhid yang murni. Syahadat, sebagai inti ajaran Islam, tidak hanya

---

<sup>55</sup> H. A. R. Gibb. 2020 dalam bukunya *The Modern Trends in Islam*. Hal.

<sup>56</sup> "Syifa al-Qulub: Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik" dan beberapa penelitian oleh tokoh Islam kontemporer yang berfokus pada aspek spiritual sebagai metode penyembuhan, *EJOURNAL OF SUNAN GUNUNG DJATI*

<sup>57</sup> Nurjannah. 2021. Teori-teori Pemberlakuan Hukum Islam di Indonesia. *Asas*, 4(2), 2.

merupakan pernyataan keimanan tetapi juga bentuk pendekatan spiritual yang mendalam terhadap Allah SWT. Dalam konteks terapi, mengucapkan dan merenungkan Syahadat secara berulang-ulang dipercaya dapat membawa ketenangan batin, menghilangkan gangguan spiritual, dan membantu proses penyembuhan jiwa.<sup>58</sup>

#### **b. Penerapan Terapi Syahadat**

Penerapan terapi syahadat dalam penyembuhan berfokus pada pemulihan kesehatan mental, spiritual, dan hubungan individu dengan Allah. Menurut Saifuddin terapi syahadat termasuk dalam psikoterapi Islam, yang memanfaatkan pendekatan spiritual seperti membaca Al-Qur'an, zikir, dan penguatan keimanan untuk mengatasi gangguan mental dan emosional. Terapi ini juga bertujuan membantu individu kembali ke fitrah, yaitu kondisi alami manusia yang dekat dengan Sang Pencipta, sekaligus mendorong pemulihan dimensi psikologis, fisik, dan spiritual. Mujib menambahkan bahwa terapi berbasis Islam ini tidak hanya bersifat kuratif untuk menyembuhkan gangguan, tetapi juga konstruktif, membantu individu memperbaiki kepribadian mereka menuju ketakwaan. Psikoterapi semacam ini memperbaiki kualitas hubungan dengan Tuhan sebagai bagian penting dalam penyembuhan holistik. Dengan mengintegrasikan elemen keislaman dengan pendekatan psikologi modern, terapi ini menjadi lebih relevan untuk memenuhi kebutuhan psikososial dan spiritual masyarakat Muslim.<sup>59</sup>

Berikut beberapa contoh praktis penerapan terapi syahadat dalam proses penyembuhan, berdasarkan prinsip psikoterapi Islam:

- 1) Penguatan melalui Zikir dan Syahadat, salah satu teknik terapi adalah mengajak individu untuk mengucapkan kalimat syahadat secara berulang-ulang, dengan tujuan menguatkan keimanan dan menanamkan kesadaran mendalam bahwa Allah adalah pusat hidup.

<sup>58</sup> Zhirra Octaviani, V. 2022. Konsep Sufi healing menurut Mustamir Pedak dan Penerapannya dalam Proses Terapi di Klinik Griya Sehat Syafa'at (GRISS) 99 Semarang. *Mental Health Recovery*, 296–311.

<sup>59</sup> Reza, I. F. 2023. Islamic Self Psychotherapy Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Mental dalam Adaptasi Kebiasaan Baru. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(3), 147.

Praktik ini sering dikombinasikan dengan zikir untuk membantu individu menenangkan pikiran dan menjernihkan hati.

- 2) Membaca dan Memahami Ayat-Ayat Al-Qur'an, ayat-ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan keimanan dan tauhid, seperti Surat Al-Ikhlâs atau ayat-ayat yang memperkuat keyakinan kepada Allah, digunakan dalam terapi. Praktik ini dilakukan dalam suasana yang tenang, di mana klien diminta mendengarkan, membaca, atau menghafal ayat tersebut sambil memahami artinya.
- 3) Ritual Syahadat dalam Terapi Kelompok, dalam beberapa program rehabilitasi berbasis spiritual, seperti di pesantren atau lembaga rehabilitasi Islam, peserta diajak untuk melakukan deklarasi syahadat secara berjamaah. Hal ini dilakukan sebagai bentuk penegasan ulang keimanan, yang diyakini mampu memberikan kekuatan spiritual dan motivasi untuk berubah.
- 4) Pembimbingan Ibadah, terapi syahadat sering diterapkan dalam pembimbingan ibadah seperti salat, di mana individu diarahkan untuk menghayati makna syahadat dalam tasyahud dan menjadikannya sebagai landasan untuk meningkatkan hubungan dengan Allah. Proses ini bertujuan memperbaiki kualitas ibadah sekaligus memberikan efek penyembuhan secara spiritual.
- 5) Konseling dengan Fokus pada Tauhid, dalam sesi konseling berbasis Islam, terapi syahadat digunakan sebagai inti pembahasan. Klien diajak untuk mengaitkan setiap permasalahan hidup dengan keimanan kepada Allah. Sebagai contoh, saat klien menghadapi kesulitan, konselor akan mengingatkan bahwa Allah adalah pemberi solusi dan penolong utama.
- 6) Meditasi Islami Berbasis Syahadat, Terapi ini mengadaptasi meditasi dengan pendekatan Islami, di mana klien diajak untuk duduk dengan tenang, memusatkan perhatian pada Allah, dan mengucapkan kalimat

syahadat atau zikir tertentu. Teknik ini memberikan efek relaksasi yang membantu mengurangi stres dan menciptakan rasa tenang.<sup>60</sup>

### c. Manfaat Terapi Syahadat

Berikut Salah satu tokoh yang menyoroti manfaat terapi syahadat untuk menyembuhkan gangguan jiwa yaitu Mustamir Pedak, pendiri Klinik Griya Sehat Syafa'at 99 di Semarang. Menurut Mustamir, terapi syahadat memiliki manfaat utama dalam memperbaiki kesehatan mental dan spiritual seseorang sebagai berikut :

- 1) Terapi Syahadat dapat membantu individu untuk Ketenangan Batin, dengan Pengulangan kalimat syahadat dalam zikir membantu mengurangi kecemasan dan memberikan rasa damai.
- 2) Terapi syahadat dapat membantu individu untuk Meningkatkan Kesadaran Spiritual, Terapi ini menekankan hubungan langsung antara manusia dan Allah, sehingga membantu pasien merasa lebih terkoneksi dengan tujuan hidupnya.
- 3) Dengan Menyelaraskan Pikiran dan Emosi, Melalui refleksi spiritual, terapi ini membantu individu memusatkan pikiran mereka pada nilai-nilai keimanan, yang berdampak positif pada stabilitas emosional.
- 4) Terapi syahadat dapat membantu individu menyembuhkan gangguan jiwa dengan mengintegrasikan aspek spiritual sebagai inti dari proses penyembuhan, yang tidak hanya berfokus pada tubuh, tetapi juga jiwa dan hati.
- 5) Dengan mengucapkan syahadah secara rutin, individu dapat secara signifikan meningkatkan kesejahteraan emosional mereka, merasakan ketenangan dan kedamaian dalam diri, yang membantu mengurangi perasaan cemas dan stres, serta menciptakan ruang untuk refleksi diri yang lebih positif. Hal ini tidak hanya memperkuat ikatan spiritual mereka, tetapi juga memungkinkan mereka untuk lebih mudah mengatasi tantangan emosional sehari-hari dan menemukan makna yang lebih dalam dalam hidup.

<sup>60</sup> Saifuddin, A. 2022. Peluang dan Tantangan Psikoterapi Islam. *Buletin Psikologi*, 30(1), 22.

## 2. Terapi Alam

### a. Definisi Terapi Alam

Terapi Alam adalah pendekatan penyembuhan yang memanfaatkan unsur-unsur dan pengalaman dari lingkungan alam untuk meningkatkan kesehatan fisik, mental, dan emosional. Terapi ini bertumpu pada prinsip bahwa interaksi dengan alam dapat mengurangi stres, meningkatkan kesejahteraan emosional, dan memulihkan energi tubuh. Aktivitas dalam terapi alam biasanya melibatkan berjalan di hutan (forest bathing), berkebun, meditasi di alam terbuka, atau sekadar menghabiskan waktu di lingkungan alami seperti taman, pegunungan, atau pantai. Pendekatan ini dianggap efektif karena paparan terhadap lingkungan alami dapat menurunkan kadar hormon stres (kortisol), meningkatkan suasana hati, dan memfasilitasi koneksi spiritual dengan alam. Selain itu, terapi alam sering dikaitkan dengan praktik mindfulness, yang mengajak individu untuk hadir sepenuhnya dalam momen saat berada di tengah alam, sehingga menciptakan rasa tenang dan keseimbangan hidup.<sup>61</sup>

Dr. Tirta Nugraha, seorang ahli kesehatan masyarakat, mendefinisikan terapi alam sebagai metode penyembuhan yang mengandalkan elemen alami dan lingkungan sebagai bagian dari proses rehabilitasi. Ia menjelaskan bahwa interaksi dengan alam dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental. Selain itu, ia menekankan bahwa terapi alam juga menciptakan kesempatan bagi individu untuk terhubung dengan lingkungan sekitar, yang dapat memperkuat rasa kedamaian dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan memanfaatkan keindahan alam,

---

<sup>61</sup> Hafidz, I. Y. N., & Nugrahaini, F. T. 2020. Konsep Healing Environment untuk Mendukung Proses Penyembuhan Pasien Rumah Sakit. *Sinektika: Jurnal Arsitektur*, 16(2), 94–100.

individu tidak hanya dapat merasakan ketenangan, tetapi juga dapat memperbaiki kesehatan fisik dan mental mereka secara bersamaan.<sup>62</sup>

Terapi Alam melibatkan berbagai aktivitas yang dilakukan di lingkungan alami, seperti berjalan-jalan di hutan (*forest bathing*), berkebun, atau hanya menikmati keindahan alam sekitar. Kegiatan ini dirancang untuk membantu mengurangi tingkat stres, menurunkan tekanan darah, serta memperbaiki suasana hati dan kesehatan mental secara keseluruhan. Selain itu, terapi alam juga dapat meningkatkan koneksi spiritual seseorang dengan alam, yang berkontribusi pada pemulihan kognitif dan emosional. Selain manfaat kesehatan fisik dan mental, terapi ini juga mendorong individu untuk lebih menghargai alam dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pelestarian lingkungan sebagai bagian dari kesejahteraan bersama.<sup>63</sup>

Menurut tokoh Howard Clinebell dalam bukunya "*Ecotherapy: Healing with Nature in Mind*". Teori Terapi Alam adalah Teori Ekoterapi, Clinebell menjelaskan bahwa ekoterapi adalah pendekatan yang mengintegrasikan alam dengan praktik penyembuhan, dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan mental dan emosional individu melalui interaksi dengan lingkungan alami. Ekoterapi berfokus pada pemulihan melalui aktivitas yang melibatkan alam, seperti berjalan di hutan, berkebun, atau bahkan sekadar duduk di luar ruangan untuk menikmati alam. Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi stres, meningkatkan kesejahteraan, serta mengembangkan koneksi spiritual dengan alam.<sup>64</sup>

---

<sup>62</sup> Nugraha, T. 2020. Manfaat Terapi Alam untuk Kesehatan Mental. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 25-32.

<sup>63</sup> CIFOR-ICRAF 2022. Terapi Alam dan Manfaatnya untuk Kesehatan Mental dan Fisik. Center for International Forestry Research (CIFOR) & World Agroforestry (ICRAF).

<sup>64</sup> Clinebell, H. 2021. *Ecotherapy: Healing with Nature in Mind* (2nd ed.). W.W. Norton & Company.

## b. Penerapan Terapi Alam

Zakiah Daradjat, seorang tokoh terkemuka dalam psikologi Islam, menyatakan bahwa terapi berbasis alam dapat mendukung proses penyembuhan dengan memperbaiki keseimbangan mental, spiritual, dan emosional seseorang. Menurutnya, interaksi dengan alam berperan sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Dalam bukunya, "Peranan Agama dalam Kesehatan Mental", Daradjat menekankan bahwa pendekatan terapi alam yang dikombinasikan dengan praktik-praktik spiritual seperti doa dan refleksi diri memiliki efek menenangkan pada jiwa. Ia juga mengaitkan pengalaman berada di alam dengan konsep pensucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), yang melibatkan tahapan seperti *takhalli* (membersihkan diri dari hal-hal negatif), *tahalli* (mengisi diri dengan nilai-nilai positif), dan *tajalli* (menyadari secara mendalam kehadiran Tuhan dalam hidup). Pendekatan ini diyakini dapat membantu individu mencapai kedamaian spiritual dan keseimbangan psikologis.<sup>65</sup>

Penerapan terapi alam untuk menyembuhkan gangguan jiwa, atau yang lebih dikenal dengan ekoterapi, menurut Clinebell dan Bratman menyarankan bahwa integrasi alam ke dalam rutinitas harian dapat menjadi alternatif atau pelengkap bagi pengobatan tradisional dalam mengatasi gangguan jiwa, seperti kecemasan, stres, dan depresi. Berikut adalah beberapa contoh praktis penerapan terapi alam atau ekoterapi:

- 1) Berjalan di Alam Terbuka, salah satu metode paling sederhana dan efektif adalah dengan berjalan-jalan di taman atau di alam terbuka. Hal ini memungkinkan seseorang untuk merasakan ketenangan, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan suasana hati. Penelitian oleh Gregory Bratman dari Universitas Stanford menunjukkan bahwa berjalan di alam terbuka mengurangi gejala depresi dan meningkatkan kemampuan kognitif.

---

<sup>65</sup> Nada Aulia Rahmah, 2020. "penerapan terapi spiritual islami pada penanganan penderita gangguan jiwa di panti rehabilitasi sosial maunatul mubarak sayung, demak", 53(9), 60–107.

- 2) Mandi Hutan (Shinrin-yoku), di Jepang shinrin-yoku mengacu pada aktivitas menghabiskan waktu di hutan, baik dengan berjalan santai atau hanya duduk menikmati keindahan alam sekitar. Aktivitas ini dipercaya dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan perasaan relaksasi.
- 3) Meditasi Alam, melakukan meditasi atau refleksi diri di lingkungan alam juga merupakan metode yang bermanfaat dalam terapi alam. Fokus pada suara alam, seperti gemericik air atau suara angin di pepohonan, dapat membantu menenangkan pikiran dan memperbaiki kesejahteraan mental
- 4) Aktivitas Berkebun, berkebun baik itu di kebun komunitas atau di halaman rumah, memberi kesempatan bagi seseorang untuk terhubung dengan alam sambil melakukan aktivitas fisik yang menenangkan. Aktivitas ini juga dapat membantu mengurangi rasa cemas dan meningkatkan mood.<sup>66</sup>

### **c. Manfaat Terapi Alam**

Berikut manfaat dari terapi alam Menurut Dr. Agus Harimurti Yudhoyono :

- 1) Interaksi dengan alam dapat memberikan efek menenangkan dan memperbaiki suasana hati, yang sangat bermanfaat dalam membantu individu mengatasi gejala depresi dan kecemasan, dengan menghabiskan waktu di lingkungan alami, seseorang dapat merasakan keindahan dan ketenangan yang ditawarkan oleh alam, sehingga menciptakan ruang mental yang lebih positif dan mengurangi tekanan emosional. Pengalaman ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan mental, tetapi juga mendorong individu untuk lebih terhubung dengan diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka, yang pada akhirnya mendukung proses penyembuhan secara keseluruhan.

---

<sup>66</sup> Supatra, S., & Terapi, T. 2019. PENGHIJAUAN SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN UNTUK ORANG DENGAN GANGGUAN MENTAL. *1*(2), 1211–1220.

- 2) Terapi alam memberikan kesempatan bagi individu untuk merenung, mengenali masalah yang dihadapi, dan menemukan solusi yang lebih baik; melalui interaksi dengan elemen alami, individu dapat mengakses ketenangan yang mendorong refleksi mendalam, sehingga mereka dapat menganalisis situasi secara lebih jernih dan obyektif. Proses ini tidak hanya membantu mereka dalam mengidentifikasi tantangan yang ada, tetapi juga memberikan wawasan baru yang dapat memfasilitasi pengambilan keputusan yang lebih baik.
- 3) Penyembuhan gangguan jiwa, Dalam konteks ini, aktivitas seperti berjalan di hutan, meditasi di alam terbuka, atau berjemur di bawah sinar matahari pagi mampu menciptakan efek menenangkan yang mendalam. Yoga menyebut bahwa kontak langsung dengan alam memicu pelepasan hormon serotonin, yang dikenal sebagai "hormon kebahagiaan," sehingga membantu mengurangi stres, kecemasan, dan gejala depresi.
- 4) Melalui praktik spiritual dan hubungan dengan alam, individu dapat mengembangkan ketahanan mental yang penting untuk menghadapi tantangan hidup; dengan terhubung dengan elemen-elemen alami dan menerapkan prinsip-prinsip spiritual, mereka mampu membangun fondasi emosional yang kuat yang dapat membantu mereka mengatasi kesulitan dan stres. Keterlibatan dalam aktivitas yang mempromosikan kedamaian batin ini tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri.<sup>67</sup>

## **C. Gangguan Jiwa**

### **1. Pengertian Gangguan Jiwa**

Menurut Depkes, gangguan jiwa merupakan perubahan dalam fungsi jiwa yang mengakibatkan gangguan pada keseimbangan jiwa, menyebabkan penderitaan pada individu, dan menghambat pelaksanaan peran sosial. Kondisi ini juga dapat dianggap sebagai kesulitan yang harus dihadapi oleh seseorang karena mengganggu hubungannya. selanjut menjelaskan

---

<sup>67</sup> Yudhoyono, A. H. 2020. Kesehatan Mental dan Lingkungan. Jakarta: Penerbit Kesehatan.

bahwa gangguan jiwa melibatkan gangguan alam pada aspek- aspek seperti cara berpikir (*kognitif*), kemauan (*volisi*), emosi (*afektif*), dan tindakan (*psikomotor*).<sup>68</sup>

Gangguan jiwa adalah kumpulan gejala atau pola perilaku yang dapat dikenali secara klinis, yang terjadi pada seseorang dan sering dikaitkan dengan rasa sakit atau kesulitan dalam menjalankan aktivitas penting sehari-hari. Gangguan ini berdampak pada berbagai aspek, seperti fungsi psikologis, perilaku, dan biologis, dan mempengaruhi tidak hanya hubungan individu dengan orang-orang terdekat, tapi juga interaksinya dengan lingkungan sosial dan masyarakat.<sup>69</sup>

Gangguan Mental, menurut Yusak Burhanuddin, juga dapat disebabkan oleh kurangnya kesadaran individu akan adanya konflik emosional yang tidak teratasi, yang sering kali membuat mereka merasa terjebak dalam keadaan yang sulit. Ketidakberanian untuk menghadapi tantangan dan kesulitan yang muncul akibat kehidupan di tengah masyarakat dapat menimbulkan disorganisasi maupun disintegrasi sosial. Selain itu, krisis yang melanda masyarakat dapat menciptakan ketidakpastian dan ketidakstabilan, mendorong individu untuk mencari pelarian dari realitas hidup yang mereka hadapi. Dalam situasi seperti ini, individu mungkin merasa terasing dan kehilangan arah, yang pada akhirnya memperburuk kondisi mental mereka. Keberadaan berbagai faktor sosial dan emosional ini menunjukkan betapa pentingnya kesadaran dan keberanian untuk menghadapi tantangan hidup agar dapat mencegah terjadinya gangguan mental yang lebih serius.<sup>70</sup>

Kemudian, Santrock mengemukakan bahwa penyebab penyakit mental dapat diklasifikasikan berdasarkan aspek biologis, termasuk faktor

---

<sup>68</sup> Machrom, M. A. N., & Destrity, N. A. 2023. Komunikasi Terapeutik Rohaniawan pada Pelayanan Spiritual Pasien Gangguan Jiwa. *Tuturlogi: Journal of Southeast Asian Communication*, 3(1), 43–53.

<sup>69</sup> Dewi Norma Palupi, Mury Ririanty, and Iken Nafikadini, “Karakteristik Keluarga ODGJ dan Kepesertaan JKN Hubungannya dengan Tindakan Pencarian Pengobatan bagi ODGJ,” *Jurnal Kesehatan* 7, No. 2 Agustus 2019.

<sup>70</sup> Tamama Rofiqah, “Upaya Mengatasi Gangguan Mental Melalui Terapi Zikir,” *Jurnal Dimensi* 4, no. 3 2020.

keturunan, obesitas yang berpotensi mengarah pada kondisi psikosis, gangguan manik-depresif, serta skizofrenia, hipersensitivitas, dan dampak dari penyakit atau cedera fisik. Selain itu, Santrock juga menyoroti pentingnya unsur psikologis, di mana pengalaman seperti frustrasi, kegagalan, dan pencapaian dapat memengaruhi perilaku, kebiasaan, dan karakter seseorang dalam jangka panjang. Ia berpendapat bahwa kehidupan manusia dapat dibagi menjadi tujuh periode, dan dalam konteks tertentu, setiap periode tersebut dapat berkontribusi pada munculnya penyakit mental.<sup>71</sup>

Menurut Yusak Burhanuddin, gangguan kesehatan jiwa yang sering dialami oleh masyarakat saat ini mencakup beberapa hal, antara lain:

#### 1) Perasaan Cemas

Gejala kecemasan seperti rasa tidak aman, serangan panik, dan ketakutan yang tidak rasional dapat membuat seseorang merasa tidak nyaman. Contohnya, seorang ibu mungkin merasakan ketakutan berlebihan saat anaknya terlambat pulang, berpikir negatif tentang kemungkinan anaknya mengalami kecelakaan atau penculikan.

#### 2) Kecemburuan

Perasaan cemburu sering kali muncul pada individu, tetapi bukan disebabkan oleh sifat dengki, melainkan karena mereka merasa belum menemukan kebahagiaan dalam hidup mereka sendiri.

#### 3) Kesedihan

Perasaan sedih kadang-kadang merupakan akibat dari masalah kecil yang berhubungan dengan kondisi kesehatan mental seseorang, dan bukan disebabkan oleh faktor-faktor yang langsung menyebabkan kesedihan tersebut.

#### 4) Perasaan Depresi dan Kehilangan Kepercayaan Diri

Rendahnya harga diri dapat membuat seseorang mudah terluka dan kurang berkeinginan untuk berinteraksi dengan orang lain. Individu

---

<sup>71</sup> Adisty Wismani Putri, Budhi Wibhawa, and Arie Surya Gutama, "Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)," PROSIDING KS: Riset & PKM 2, no. 2 2015: 147 - 300

ini sering kali kurang inisiatif dan enggan untuk mengekspresikan pandangannya. Seiring waktu, keyakinan mereka menurun, dan mereka mulai merasa takut berinteraksi dengan orang lain, menjadi apatis dan murung. Abdullah Gymnastiar juga menyebutkan bahwa perasaan minder adalah pola pikir yang membuat seseorang merasa malu dan rendah diri di hadapan orang lain.

#### 5) Emosional

Individu yang sering menunjukkan emosi tanpa alasan jelas sering kali mengalami masalah kesehatan mental. Pada dasarnya, kemarahan sering kali merupakan cara untuk mengungkapkan kekecewaan atau frustrasi yang dirasakan, adanya tekanan batin yang tidak terselesaikan, seperti stres, gangguan kecemasan, atau depresi. Ketidakmampuan untuk mengekspresikan emosi secara sehat dapat memperburuk kondisi mental seseorang, yang akhirnya memengaruhi hubungan sosial, produktivitas, dan kualitas hidup secara keseluruhan.<sup>72</sup>

## 2. Jenis-jenis Gangguan Jiwa

Menurut Keliat, jenis-jenis gangguan jiwa mencakup berbagai kategori seperti gangguan jiwa organik dan simtomatik, skizofrenia, gangguan skizotipal, gangguan waham, gangguan suasana perasaan, gangguan neurotik, gangguan somatoform, sindrom perilaku yang terkait dengan gangguan fisiologis dan faktor fisik, gangguan kepribadian dan perilaku pada masa dewasa, retardasi mental, gangguan perkembangan psikologis, serta gangguan perilaku dan emosional yang muncul pada masa kanak-kanak dan remaja.<sup>73</sup>

### a. Skizofrenia

Istilah skizofrenia berasal dari bahasa Yunani, yaitu schizo yang berarti "terpecah" dan phren yang berarti "jiwa." Istilah ini digunakan untuk menggambarkan kondisi di mana pikiran individu mengalami

<sup>72</sup> Nasriati, R. 2020. Stigma dan Dukungan Keluarga dalam Merawat Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). *Jurnal Ilmiah Ilmu - Ilmu Kesehatan*, XV(1), 56–65.

<sup>73</sup> Eka Sri H., "Kesehatan Mental (Mental Higienic)," (Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Asryad Al-Banjari Banjarmasin, 2022: 135-143.

perpecahan, namun tidak berkaitan dengan adanya kepribadian ganda atau multiple personality, definisi skizofrenia terus berkembang, terutama setelah berbagai gejala klinis yang berbeda mulai dikenali. Istilah ini pertama kali diperkenalkan oleh Eugene Bleuler, yang menggambarkan gangguan ini sebagai pecahnya hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku penderita. Bleuler juga merumuskan "4A" untuk menjelaskan karakteristik utama skizofrenia, yaitu asosiasi (gangguan pola pikir), afek (gangguan emosi), autisme (penarikan diri dari realitas), dan ambivalensi (konflik dalam membuat keputusan). Selain itu, gejala tambahan skizofrenia meliputi halusinasi dan waham.<sup>74</sup>

Berikut adalah jenis-jenis skizofrenia beserta penjelasannya menurut Eugene Bleuler :

#### 1) Skizofrenia Paranoid

Skizofrenia paranoid merupakan salah satu tipe skizofrenia di mana penderitanya mengalami gejala spesifik, seperti merasa diperintah, diawasi, dikejar, atau dikendalikan oleh orang lain. Beberapa penderita juga memiliki waham kecemburuan berlebihan, yaitu keyakinan yang salah bahwa pasangan mereka tidak setia, meskipun tidak ada bukti yang mendukung keyakinan tersebut. Selain itu, penderita sering mengalami halusinasi pendengaran, yang dapat memengaruhi cara mereka berpikir dan berperilaku.<sup>75</sup>

#### 2) Skizofrenia hebefrenik

Skizofrenia hebefrenik bisa disebut juga skizofrenia disorganisasi, adalah gangguan psikologis yang ditandai dengan halusinasi dan delusi yang tidak nyata, serta perilaku yang aneh dan khas. Penderita cenderung memiliki pola pikir yang kacau dan tidak logis, berbeda dari orang pada umumnya. Jenis skizofrenia ini dianggap sebagai

---

<sup>74</sup> Sarni, S., & Nurul Sri Wahyuni. 2024. Pengidap Skizofrenia sebagai Mukallaf dalam Perspektif Fikih Islam. *AL-QIBLAH: Jurnal Studi Islam Dan Bahasa Arab*, 3(2), 142–177.

<sup>75</sup> Anas Ahmadi, *Metode Penelitian Sastra*, (Cet. I; Gresik: Graniti, 2019), h. 109

salah satu yang paling parah, karena pengidapnya sering kesulitan untuk menjalani aktivitas dan rutinitas dengan baik.<sup>76</sup>

### 3) Skizofrenia Katatonik

Skizofrenia katatonik adalah gangguan mental yang ditandai oleh perubahan aktivitas motorik yang ekstrem. Penderita dapat mengalami dua fase yang berlawanan: fase dengan sedikit gerakan akibat kehilangan semangat hidup, dan fase hiperaktif tanpa alasan yang jelas. Dalam fase dengan sedikit gerakan, penderita sering kali tidak mampu mengikuti instruksi dari orang lain.<sup>77</sup>

### 4) Skizofrenia Residual

Penderita skizofrenia residual biasanya tidak menunjukkan gejala khas seperti halusinasi, gangguan berbicara, atau perilaku tidak teratur yang umumnya ditemukan pada jenis skizofrenia lainnya. Gangguan ini baru dapat didiagnosis setelah penderita mengalami salah satu dari empat jenis skizofrenia lainnya sebelumnya.<sup>78</sup>

### b. Depresi

Menurut Beck dan Alford, depresi adalah gangguan psikologis yang ditandai oleh ketidakseimbangan emosi, pola pikir, dan perilaku seseorang. Orang yang mengalami depresi cenderung merasa sedih, kesepian, memiliki konsep diri yang rendah, serta cenderung menarik diri dari interaksi sosial, depressed mood merujuk pada keadaan emosi tertekan, di mana seseorang merasa sedih dan mengalami berbagai emosi negatif lainnya dalam jangka waktu yang relatif singkat akibat kegagalan menyelesaikan tugas tertentu, Depresi ditandai dengan gejala berupa perilaku dan emosi yang mencerminkan afeksi negatif.<sup>79</sup>

<sup>76</sup> Meilanny Budiarti Santoso, Hetty Krisnani, dan Ifani Handrasari, “Intervensi Pekerja Sosial Terhadap Orang Dengan Skizogrenia ”, *Social work Jurnal* 7, no. 2, 2020, h. 4.

<sup>77</sup> Syamsuddin Widodo, “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Skizofrenia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Gantrung Kabupaten Madiun”, Skripsi (Madiun: Fak. Kesehatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan, 2019), h. 31-32

<sup>78</sup> Meilanny Budiarti Santoso, Hetty Krisnani, dan Ifani Handrasari, “Intervensi Pekerja Sosial Terhadap Orang Dengan Skizogrenia ”, *Social work Jurnal* 7, no. 2, 2020, h. 5

<sup>79</sup> Rahma. 2019. *Jurnal Depresi. Jurnal Keperawatan*, 14–27.

### c. Kecemasan

Boeree menyatakan bahwa kecemasan adalah kondisi emosional yang muncul ketika seseorang merasa tertekan atau terancam akibat konflik antara kekuatan superego dan id yang berusaha mendominasi ego. Kecemasan ini berfungsi sebagai sinyal bagi ego untuk waspada, karena meskipun ego mencoba bertahan sambil mempertimbangkan kelangsungan hidup individu, ancaman terhadap dirinya tetap ada. Dengan kata lain, kecemasan timbul ketika superego dan id bersaing untuk mengendalikan realitas yang sedang dihadapi seseorang, menciptakan perasaan terancam terhadap keseimbangan internalnya.<sup>80</sup>

### d. Gangguan Kepribadian Klinik

Gangguan kepribadian klinik menunjukkan gejala yang mirip antara gangguan kepribadian (psikopatia) dan gangguan neurosis, yang dapat terjadi pada individu dengan tingkat intelegensi tinggi maupun rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa gangguan kepribadian, neurosis, dan tingkat intelegensi tidak saling tergantung atau berkorelasi. Jenis-jenis gangguan kepribadian termasuk kepribadian paranoid, kepribadian afektif atau siklotemik, kepribadian skizoid, kepribadian eksplosif, kepribadian anankastik atau obsesif-kompulsif, kepribadian histerik, kepribadian astenik, kepribadian antisosial, kepribadian pasif-agresif, dan kepribadian tidak memadai.<sup>81</sup>

### e. Gangguan Mental Organik

Menurut Maramis, W.F. & Albert, A.M. Gangguan mental organik mencakup gangguan jiwa yang bersifat psikotik atau non-psikotik yang disebabkan oleh kelainan dalam fungsi jaringan otak. Gangguan ini dapat disebabkan oleh penyakit yang berhubungan dengan otak atau kondisi yang berada di luar otak. Jika bagian otak yang terkena cukup luas, maka gangguan mental yang terjadi akan

---

<sup>80</sup> Cahyani, R. D., & Burhanuddin, D. 2021. Anxiety Figures Ichi Prihatini in the Script of Monologue Drama Wanci Works From Imas Sobariah: Psychological Analysis of Literature, hlm 1-10.

<sup>81</sup> Eka Sri H., "Kesehatan Mental (Mental Higienic)," (Banjarmasin: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Asyad Al-Banjari Banjarmasin, 2022: 135-143.

serupa, terlepas dari penyakit yang mendasarinya. Namun, jika hanya bagian otak tertentu yang terganggu, gejala dan sindrom yang muncul akan ditentukan oleh lokasi kerusakan, bukan penyakit itu sendiri. Klasifikasi antara psikotik dan non-psikotik lebih mencerminkan tingkat keparahan gangguan otak dalam suatu penyakit dibandingkan dengan pembagian akut dan kronis.<sup>82</sup>

#### f. Gangguan Psikosomatik

Gangguan psikosomatik melibatkan aspek psikologis yang diikuti oleh gangguan pada fungsi fisik. Ini sering kali berhubungan dengan perkembangan neurotik yang sebagian besar disebabkan oleh masalah fungsi organ tubuh yang dikendalikan oleh sistem saraf vegetatif. Gangguan ini sebelumnya dikenal sebagai neurosis organ, karena biasanya hanya fungsi fisiologis yang terganggu. Oleh karena itu, gangguan ini juga sering disebut sebagai gangguan psikofisiologis.<sup>83</sup>

#### g. Retardasi Mental

Retardasi mental merupakan suatu kondisi di mana perkembangan mental seseorang berhenti atau tidak mencapai kematangan yang semestinya, sehingga menghambat pencapaian berbagai keterampilan selama masa pertumbuhan. Kondisi ini memengaruhi tingkat kecerdasan secara keseluruhan, termasuk kemampuan berpikir, memahami bahasa, koordinasi motorik, serta interaksi sosial. Akibatnya, individu dengan retardasi mental sering menghadapi tantangan dalam menjalani aktivitas sehari-hari yang memerlukan keterampilan tersebut.<sup>84</sup>

---

<sup>82</sup> Yuniarti, T. 2019. Gambaran Karakteristik Pasien Mental Organik. *Jurnal Ilmu Kesehatan UMP*, 12–39.

<sup>83</sup> SHELEMO, A. A. 2023. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.

<sup>84</sup> Ariana, R. 2019. *Gangguan Retardasi Mental dan Penyalahgunaan Zat Adiktif dan Alkohol*. 1807016028, 1–23.

### 3. Faktor Penyebab Terjadinya Gangguan Jiwa

Menurut Kartini Kartono, gangguan psikologis sering kali muncul karena seorang anak, sejak usia dini, mengalami perlakuan yang tidak layak dalam lingkungan keluarganya. Meskipun tidak ada niat dari orang tua untuk secara sengaja menciptakan lingkungan yang buruk, berbagai faktor seperti kondisi ekonomi, budaya, atau masalah sosial lainnya sering kali menyebabkan kekacauan dalam rumah tangga. Akibatnya, anggota keluarga bisa bercerai-berai, dan muncul perilaku yang tidak bermoral.<sup>85</sup>

Perilaku kriminal atau tidak etis dari salah satu anggota keluarga, baik secara langsung maupun tidak langsung, dapat memengaruhi anak untuk mengembangkan pola perilaku serupa. Selain itu, pengaruh negatif dari teman sebaya yang nakal atau perilaku tetangga yang tidak bertanggung jawab juga dapat memberikan tekanan dan gangguan pada kepribadian anak, yang pada akhirnya dapat menghambat perkembangan mentalnya. Kombinasi dari berbagai faktor ini menciptakan iritasi emosional yang berdampak serius pada kesehatan jiwa anak.<sup>86</sup>

Gangguan psikis hampir selalu disebabkan oleh kombinasi berbagai faktor, bukan oleh satu penyebab tunggal. Faktor-faktor tersebut meliputi:

a Faktor organis atau somatis, seperti kerusakan pada otak atau kondisi seperti demensia, dapat memengaruhi fungsi mental seseorang secara langsung, menyebabkan gangguan dalam kemampuan berpikir, memori, dan pengambilan keputusan. Kerusakan pada struktur otak, baik yang disebabkan oleh cedera fisik, penyakit, atau faktor genetik, dapat merusak proses kognitif dan emosi, mengarah pada perubahan perilaku dan penurunan kualitas hidup. Demensia, misalnya, merupakan kondisi yang menyebabkan penurunan fungsi

---

<sup>85</sup> Kartini Kartono, "Patologi Sosial tiga Gangguan-Gangguan Kejiwaan", (Jakarta: CV.Rajawali, 2018, h. 8.

<sup>86</sup> Safnal Gusnawan, "Kondisi Psikologis Orang Tua Yang Memiliki Anak Gangguan Jiwa Di Desa Kilangan Kecamatan Singkil Kabupaten Aceh Singkil", Skripsi "Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam", (UIN Medan, 2017)

mental yang progresif, mempengaruhi daya ingat dan kemampuan untuk menjalani aktivitas sehari-hari.<sup>87</sup>

- b Faktor psikis dan struktur kepribadian, seperti reaksi neurotik, psikotik, atau gangguan kepribadian seperti psikopati. Emosi negatif seperti kecemasan, kesedihan, kekecewaan, depresi, dan rasa rendah diri dapat memicu gangguan psikis, mengakibatkan ketidakseimbangan mental serta desintegrasi kepribadian. Struktur kepribadian yang lemah dan pengelolaan pengalaman yang salah juga dapat menjadi penyebab gangguan jiwa.<sup>88</sup>
- c Faktor lingkungan atau sosial, yang mencakup pengaruh dari pergaulan dan masyarakat secara umum. Proses pembangunan, modernisasi, urbanisasi, mekanisasi, dan industrialisasi telah membuat masyarakat menjadi lebih kompleks. Kondisi ini menyebabkan penyesuaian diri terhadap perubahan sosial yang cepat dan arus modernisasi menjadi semakin sulit. Sebagai akibatnya, banyak orang yang merasakan ketakutan, kecemasan, kebingungan, frustrasi, serta mengalami konflik batin dan pertentangan terbuka, yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan mental mereka secara negatif.<sup>89</sup>

#### **4. Tanda dan Gejala Gangguan Jiwa**

Menurut teori yang dikemukakan oleh Juma'adil, halusinasi pada pasien gangguan jiwa disebabkan oleh ketidakmampuan pasien dalam menghadapi stresor serta kurangnya pemahaman dan keterampilan dalam mengenali serta mengontrol halusinasi. Ketika pasien tidak mampu mengelola stres atau tekanan yang dihadapinya, mereka menjadi lebih rentan terhadap munculnya halusinasi. Hal ini diperburuk oleh ketidakmampuan mereka untuk membedakan antara realitas dan persepsi yang salah, sehingga membuat mereka semakin terjebak dalam kondisi halusinatif, Tanda dan gejala halusinasi yang umum terjadi meliputi perilaku seperti berbicara sendiri, tersenyum atau tertawa tanpa alasan yang jelas, menarik diri dari interaksi sosial, serta kesulitan membedakan antara yang nyata dan yang tidak nyata. Pasien sering

---

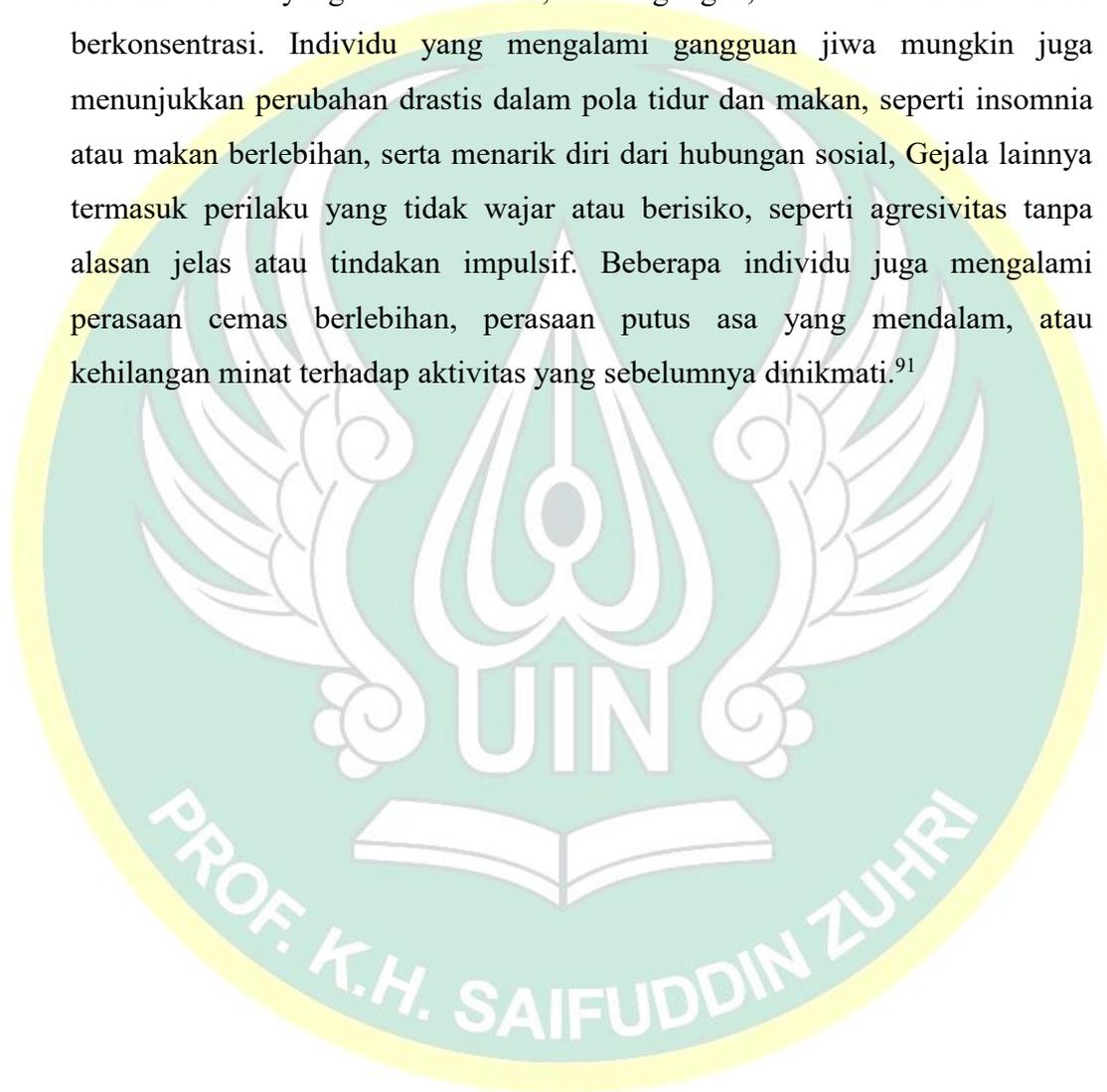
<sup>87</sup> Jordan. 2019. Changed Behaviours and Dementia. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

<sup>88</sup> Susilawati, "Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat". Skripsi "Jurusan Bimbingan Konseling Dan Islam Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi", (UIN Raden Intan Lampung, 2020)

<sup>89</sup> akiah Daradjat, "Kesehatan Mental", (Jakarta: Gunung Agung, 2019, h. 35.

kali menunjukkan perilaku ini sebagai respons terhadap rangsangan halusinatif yang hanya mereka rasakan, Juma'adil juga menjelaskan bahwa halusinasi yang dialami pasien dapat bervariasi dalam hal intensitas dan tingkat keparahannya, tergantung pada fase halusinasi yang dialami.<sup>90</sup>

Secara umum, tanda-tanda ini meliputi kesulitan mengelola stres, suasana hati yang tidak stabil, kebingungan, atau kesulitan untuk berkonsentrasi. Individu yang mengalami gangguan jiwa mungkin juga menunjukkan perubahan drastis dalam pola tidur dan makan, seperti insomnia atau makan berlebihan, serta menarik diri dari hubungan sosial. Gejala lainnya termasuk perilaku yang tidak wajar atau berisiko, seperti agresivitas tanpa alasan jelas atau tindakan impulsif. Beberapa individu juga mengalami perasaan cemas berlebihan, perasaan putus asa yang mendalam, atau kehilangan minat terhadap aktivitas yang sebelumnya dinikmati.<sup>91</sup>



---

<sup>90</sup> Firmawati Firmawati, Fadli Syamsuddin, & Restivera Botutihe. 2023. Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Perubahan Tanda Dan Gejala Halusinasi Pada Pasien Dengan Gangguan Presepsi Sensori Halusinasi Di Rsud Tombulilato. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 15–24.

<sup>91</sup> Kusumawaty, I., Yunike, Y., & Pastari, M. 2020. Penyegaran Kader Kesehatan Jiwa Mengenai Deteksi Dini Gangguan Jiwa dan Cara Merawat Penderita Gangguan Jiwa. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 25–28.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode deskriptif untuk memahami fenomena secara mendalam. Mayoritas data diperoleh melalui wawancara mendalam, yaitu teknik pengumpulan data yang menggunakan pertanyaan terbuka serta menjunjung tinggi prinsip etika terhadap subjek penelitian. Data yang dikumpulkan mencakup beragam aspek, seperti pandangan, opini, perasaan, dan pengetahuan subjek. Selain itu, metode ini memberikan ruang bagi subjek untuk menyampaikan pengalaman dan perspektifnya secara bebas, sehingga informasi yang diperoleh menjadi lebih kaya dan relevan untuk tujuan penelitian.<sup>92</sup>

Metode penelitian kualitatif adalah pendekatan yang mempelajari fenomena secara alamiah. Pendekatan ini digunakan untuk mengkaji objek dalam kondisi alami, di mana peneliti bertindak sebagai instrumen utama dalam proses penelitian. Data dikumpulkan melalui teknik triangulasi, yang memungkinkan validasi dari berbagai sumber data. Selain itu, analisis data dilakukan secara induktif untuk mengidentifikasi pola atau makna yang muncul dari temuan lapangan. Hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pemahaman mendalam terhadap makna fenomena yang diteliti daripada menghasilkan generalisasi yang luas.<sup>93</sup>

Jadi pendekatan ini akan menggunakan pendekatan kualitatif dimana peneliti mendeskripsikan validitas data yang diperoleh selama proses penelitian secara faktual dan terperinci. Pendekatan ini memungkinkan penggalian informasi yang mendalam dan menyeluruh, sehingga hasil penelitian dapat mencerminkan kondisi nyata dari objek yang diteliti.

---

<sup>92</sup> Arnild Augina Mekarisce, "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat," *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12, no. 3 2020: 145–51.

<sup>93</sup> Dr. H. Zuchri Abdussamad, S.I.K., M.Si, *Metode Penelitian Kualitatif*, Syakir Media Press, Makassar, 2021, hlm 7.

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian lapangan, di mana peneliti secara langsung mengamati dan mengumpulkan data di lokasi penelitian, yaitu ke Majelis Nur Hasan Sokaraja, Banyumas. Melalui penelitian ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang kondisi nyata, interaksi sosial, serta praktik yang berlangsung di tempat tersebut. Selain itu, keterlibatan langsung memungkinkan peneliti untuk menggali informasi lebih akurat dan kontekstual, sehingga hasil penelitian menjadi lebih valid dan relevan.

## **B. Tempat dan Waktu**

### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Majelis Nur Hasan, Majelis ini berada di Jl. Brawijaya, Dusun III, Banjaranyar, Kec. Sokaraja, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah 53181.

### **2. Waktu Penelitian**

Adapun waktu pelaksanaan penelitian yaitu dilaksanakan pada awal bulan Januari 2025.

## **C. Subjek dan Objek Penelitian**

### **1. Subjek Penelitian**

Menurut pendapat para ahli, kategori subjek penelitian memegang peran yang sangat penting dan harus dikelola dengan baik sebelum proses pengumpulan data dimulai. Subjek penelitian dapat mencakup objek, fenomena, atau individu yang menjadi fokus kajian. Pemilihan subjek yang tepat akan berkontribusi pada validitas dan relevansi data yang diperoleh, sehingga penelitian dapat menghasilkan temuan yang lebih akurat dan bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan.<sup>94</sup> Subjek penelitian adalah 1 Terapis, 2 Pasien, dan 2 Orang tua Pasien.

#### **a. Terapis**

Terapis yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah Bapak Felly, seorang praktisi sekaligus pembimbing dalam pelaksanaan terapi

---

<sup>94</sup> Ridwan Jamaludin, "Pengaruh Anggaran Dan Gaya Hidup Terhadap Perilaku Konsumen "Survei Pada Konsumen Dari Penjual Pakaian Online Di Pasar Andir Kota Bandung," *Universitas Pendidikan Indonesia* "

syahadah dan terapi alam. Beliau berperan aktif dalam mendampingi proses pemulihan pasien gangguan jiwa melalui pendekatan spiritual dan alami. Pengalaman serta pandangan Bapak Felly menjadi sumber informasi utama mengenai prosedur terapi, media yang digunakan, serta perubahan yang dialami pasien selama proses terapi berlangsung.

#### b. Pasien

Dua pasien yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah individu dengan inisial HN dan WN. Keduanya pernah mengalami gangguan jiwa dan menjalani proses terapi syahadah dan terapi alam di Majelis Nur Hasan. Pasien HN merupakan laki-laki berusia 18 tahun dari Sokawera, sementara pasien WN adalah laki-laki berusia 36 tahun dari Tegal yang juga mengalami gangguan kejiwaan. Melalui wawancara dengan kedua pasien, peneliti menggali pengalaman mereka selama menjalani terapi serta dampaknya terhadap kondisi mental dan spiritual mereka.

#### c. Orang tua

Dua orang tua yang menjadi subjek pendukung dalam penelitian ini adalah orang tua dari pasien HN dan WN, masing-masing berinisial S dan K. Orang tua HN berinisial S, sementara orang tua WN berinisial K. Keduanya memberikan informasi tambahan mengenai perubahan yang terjadi pada anak mereka sebelum, selama, dan setelah menjalani terapi. Peran orang tua dalam mendukung proses penyembuhan serta pengamatan mereka terhadap perkembangan anak menjadi data penting dalam melihat efektivitas terapi dari sudut pandang keluarga.

### 2. Objek Penelitian

Objek penelitian mengacu pada aspek utama yang menjadi fokus kajian, termasuk waktu dan lokasi pelaksanaannya. Objek ini berperan penting dalam memberikan gambaran yang jelas mengenai konteks penelitian serta sebagai sumber utama dalam proses pengumpulan data. Dalam penelitian ini, objek yang dikaji adalah metode terapi yang

diterapkan bagi penderita gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja, Banyumas.

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

##### 1. Observasi

Observasi merupakan metode pengumpulan data yang terlibat dalam melihat secara langsung atau tidak langsung suatu objek atau fenomena. Menurut para pakar, observasi juga dikenal sebagai proses mengamati objek penelitian. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan informasi yang akurat dan mendalam tentang perilaku, interaksi, dan konteks di mana objek penelitian berada.<sup>95</sup> Dalam penelitian yang dijalankan oleh penulis, metode observasi langsung digunakan untuk mengamati subjek penelitian, seperti metode terapi syahadat dan alam bagi penderita gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja.

##### 2. Wawancara

Wawancara merupakan metode pengumpulan data yang melibatkan komunikasi langsung antara peneliti dan subjek untuk memperoleh informasi yang diperlukan. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menggali lebih dalam mengenai pandangan, pengalaman, dan perasaan subjek, serta memberikan kesempatan untuk klarifikasi dan elaborasi jawaban yang diberikan.<sup>96</sup> Wawancara terstruktur, dimana data dikumpulkan melalui pertanyaan tertulis dengan pilihan jawaban alternatif. Subjek diwawancarai dengan pertanyaan yang sama, dan peneliti mencatat hasilnya yang dilakukan di Sokaraja untuk mengetahui bagaimana metode dari terapi syahadat dan alam bagi penderita gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja.

---

<sup>95</sup> Dhian Satria, "Strategi Pengembangan Lahan Perkebunan Kopi Desa Wonosalam Dusun Mangirejo Sebagai Camping Ground Dengan Konsep Ekowisata" 2, no. 2 2023: 48–55.

<sup>96</sup> Retrieved Mei 13, 2023, *Pengertian Studi Pustaka dan Ciri-cirinya dalam Penelitian*. 2022, November 8.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi dapat mencakup berbagai jenis dokumen seperti laporan, catatan, petunjuk, atau diagram. Tujuan dari dokumentasi adalah untuk memudahkan akses dan pemahaman terhadap informasi yang relevan. Selain itu, dokumentasi juga berfungsi sebagai sumber referensi yang dapat digunakan untuk mendukung analisis dan pengambilan keputusan dalam penelitian.<sup>97</sup> Proses pelaksanaan dilakukan dengan menerapkan metode dokumentasi, dimana penulis mengambil foto-foto yang mencakup gambaran dari wawancara dengan subjek penelitian.

#### D. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan proses mengidentifikasi dan mengatur data secara sistematis yang diperoleh melalui wawancara, catatan lapangan, serta dokumentasi. Proses ini dilakukan sesuai dengan tujuan penelitian agar data tersebut dapat diolah menjadi informasi yang memiliki karakteristik tertentu, sehingga lebih mudah dipahami dan bermanfaat dalam menyelesaikan permasalahan.<sup>98</sup>

##### 1. Reduksi Data

Untuk menyederhanakan data, informasi dari catatan lapangan perlu dipilih, difokuskan, disimpan, dan diubah. Proses ini terjadi sebelum pengumpulan data, sebagaimana ditunjukkan oleh kerangka konseptual penelitian, tujuan penelitian, serta metode pengumpulan data yang digunakan. Dalam penelitian ini, reduksi data dilakukan dengan mengumpulkan informasi dari berbagai pernyataan, dokumen, dan sumber data lain yang relevan dan mendukung, khususnya terkait dengan metode terapi syahadat dan alam bagi penderita gangguan jiwa.

Reduksi dalam konteks ini merujuk pada proses penyederhanaan dan pemilihan data yang bertujuan untuk mendalami arah serta hasil penelitian guna merumuskan kesimpulan yang lebih akurat. Proses ini membantu

---

<sup>97</sup> John Doe. 2020. *Pengaruh Dokumentasi Terhadap Efisiensi Proses Bisnis*. Jurnal Manajemen Bisnis. 45-60.

<sup>98</sup> Hardiansyah, Haris. *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Sosial*, Jakarta:Salemba Humaika, 2018. h. 157

mengelimnisi informasi yang kurang relevan, sehingga analisis dapat lebih fokus dan menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap temuan penelitian.

## 2. Penyajian Data

Penyajian data merupakan proses mengorganisir informasi agar memungkinkan penarikan kesimpulan dan tindak lanjut. Dalam penelitian kualitatif, data dapat disajikan dalam bentuk narasi tertulis berdasarkan pengalaman lapangan, tabel, grafik, jaringan informasi, atau diagram. Berbagai bentuk penyajian ini menyusun informasi secara terstruktur dan mudah dipahami, sehingga membantu pemahaman situasi, mengevaluasi keakuratan kesimpulan, serta mendukung analisis ulang.<sup>99</sup>

Penyajian data dalam konteks ini merujuk pada proses menyusun dan menampilkan hasil penelitian yang telah dilakukan. Tujuannya adalah agar informasi yang diperoleh dapat disajikan secara sistematis dan mudah dipahami, sehingga memudahkan analisis, interpretasi, serta pengambilan keputusan berdasarkan temuan penelitian.

## 3. Penarikan Kesimpulan

Menarik kesimpulan merupakan proses merumuskan hasil berdasarkan data yang telah diperoleh setelah menganalisis berbagai permasalahan yang muncul di lokasi penelitian, kesimpulan yang diambil harus didukung oleh bukti yang kuat dan relevan, sehingga dapat menggambarkan temuan penelitian secara akurat. Selain itu, proses ini juga memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi kembali temuan yang ada dan memberikan rekomendasi yang dapat digunakan dalam penelitian lanjutan atau penerapan di lapangan.<sup>100</sup>

Penggambaran dalam penelitian sebaiknya dilakukan secara berkelanjutan, karena kesimpulan yang diambil menjadi landasan bagi penelitian berikutnya. Dalam studi ini, kesimpulan diperoleh melalui proses

---

<sup>99</sup> Rijali Ahmad, Analisis Data Kualitatif, Jurnal Alhadharah 17(33) halm 84-94.

<sup>100</sup> Galang Surya Gumilang, "Metode Penelitian Kualitatif Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling", Jurnal Fokus Konseling 2, no. 2 : 15.

pengolahan data atau informasi yang telah dikumpulkan, dengan tujuan merangkum dan memberikan kejelasan terhadap temuan yang ada.



## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Profil Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas.**

##### **1. Sejarah Berdirinya Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas.**

Majelis Nur Hasan Sokaraja didirikan oleh Bapak Felly pada tahun 2017 dan beralamat di Desa Banjaranyar, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Sebelum resmi didirikan, sebenarnya gagasan awal untuk mendirikan majelis ini sudah muncul sejak tahun 2009. Namun karena berbagai kendala, baik dari segi kesiapan tempat, waktu, maupun sumber daya, realisasi pendirian baru benar-benar terwujud pada tahun 2017.

Majelis ini didirikan atas dasar kepedulian Bapak Felly terhadap kondisi orang-orang dengan gangguan jiwa terutama mereka yang terlantar di pinggir jalan atau tidak mendapatkan perawatan yang layak dari keluarga maupun instansi kesehatan. Pengalaman beliau yang sering diminta masyarakat untuk membantu menyembuhkan orang-orang dengan gangguan jiwa di lingkungannya menjadi latar belakang kuat pendirian majelis ini. Bahkan, beliau kerap kali secara sukarela menolong orang dengan gangguan jiwa yang ditemui di pinggir jalan, termasuk yang berada di kota-kota besar seperti Semarang, Jakarta, dan Tasikmalaya.

Bapak Felly menerima pasien orang dengan gangguan jiwa dengan latar belakang penyebab gangguan yang beragam, seperti trauma masa lalu, kecanduan narkoba, tekanan ekonomi, gangguan spiritual, serta keturunan. Tidak hanya pasien yang datang langsung ke majelis, beliau juga sering diundang untuk datang ke rumah pasien, terutama jika pasien tidak bisa diajak komunikasi atau sulit dikendalikan. Selain itu, terdapat pula pasien yang menjalani program rawat jalan dengan kontrol secara berkala.

Dalam proses penyembuhannya, Bapak Felly menggunakan dua pendekatan utama yang menjadi ciri khas Majelis Nur Hasan, yaitu terapi syahadat dan terapi alam. Terapi syahadat adalah metode yang berfokus

pada pemulihan spiritual pasien melalui penguatan aspek keimanan dan pengucapan dua kalimat syahadat secara intens sebagai bentuk pengikatan diri kepada Tuhan. Sementara itu, terapi alam dilakukan dengan melibatkan pasien dalam aktivitas-aktivitas yang bersentuhan langsung dengan alam, seperti mandi di sungai alami, berkebun, atau sekadar berjalan kaki di area terbuka untuk menenangkan pikiran dan menyeimbangkan kondisi jiwa.

Ilmu dan metode terapi yang digunakan oleh Bapak Felly sebagian besar diperoleh dari pengalaman spiritual pribadi, pembelajaran dari para guru spiritual, serta pengamatan langsung terhadap kondisi pasien selama bertahun-tahun. Beliau juga aktif mengikuti pengajian-pengajian tarekat dan memperdalam pemahaman agama sebagai landasan penyembuhan.

Hingga kini, Majelis Nur Hasan telah berhasil menangani dan membantu menyembuhkan kurang lebih 100 pasien dengan gangguan jiwa. Keberhasilan tersebut turut membangun kepercayaan masyarakat, sehingga tidak jarang pasien datang dari luar kota. Melihat perkembangan yang positif dan kebutuhan yang terus meningkat, Bapak Felly berencana untuk membuka cabang majelis di daerah lain agar manfaat dari terapi syahadat dan alam bisa dirasakan oleh lebih banyak orang.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan dan wawancara peneliti kepada beberapa Subjek, diantaranya Bapak Felly selaku Terapis di Majelis Nur Hasan Sokaraja, berikut adalah tempat untuk melakukan terapi syahadat



Gambar 1. Tempat Pelaksanaan Terapi Syahadah

Gambar diambil di area utama Majelis Nur Hasan Sokaraja, yang menjadi lokasi pelaksanaan terapi syahadah. Tempat ini merupakan ruang dzikir dan tazkiyah, di mana pasien-pasien dengan gangguan jiwa diajak membaca syahadah berulang-ulang sebagai bagian dari metode penyucian jiwa dan stabilisasi kesadaran spiritual. Lingkungan yang bersih, tenang, dan bernuansa religius sangat mendukung proses terapi. Di sebelah kanan tampak meja kecil tempat meletakkan sajadah dan perlengkapan dzikir.



Gambar 2. Tempat Pelaksanaan Terapi Alam

Tempat menunjukkan area terbuka yang digunakan untuk pelaksanaan terapi alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja. Terapi ini dilaksanakan di lingkungan hijau yang penuh dengan pepohonan dan elemen alam seperti batu-batuan serta suara alam dari burung di sangkar. Pasien-pasien orang dalam gangguan jiwa diajak duduk, berjalan, dan berinteraksi dengan alam sekitar sebagai bentuk penyegaran mental dan spiritual. Nuansa alami dan terbuka menciptakan suasana ketenangan yang membantu proses pemulihan jiwa.

## 2. Visi dan Misi Majelis Nur Hasan Sokaraja

Majelis Nur Hasan Sokaraja memilih Visi yaitu “Menyambungkan urusan dunia dan akhirat melalui pendekatan spiritual, sosial, dan penyembuhan holistik”.

Sedangkan Misi dimajelis Nur Hasan Sokaraja yaitu :

- 1) Menyelaraskan kehidupan dunia dan akhirat, sehingga tercipta keseimbangan dalam beribadah dan bermuamalah.
- 2) Menyelenggarakan kegiatan rutin dzikir untuk mengingat Allah sebagai sumber ketenangan jiwa.
- 3) Melaksanakan kajian ilmu agama, mulai dari dasar hingga pembahasan tasawuf untuk memperdalam pemahaman dan pengamalan ajaran Islam.
- 4) Menampung dan memperhatikan kebutuhan mustahik dari delapan golongan yang berhak menerima bantuan.
- 5) Mengobati berbagai macam penyakit, baik lahiriah maupun batiniah, termasuk gangguan kesurupan, pengaruh sihir/guna-guna, hingga gangguan kejiwaan.

## B. Gambaran Umum Subjek Penelitian

### 1. Identitas subjek

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| a) Nama terapis       | : R Felly Gesit Dwi Pramesti                                     |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Banyumas, 25 Maret 1983  |
| Alamat                | : Desa Banjaranyar, Kecamatan sokaraja,<br>Kabupaten Banyumas    |
| Umur                  | : 42 Tahun   |
| Pendidikan            | : MI, SMP, SMK, UNSOED   |
| b) Nama Pasien        | : HN   |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Purwokerto Banyumas 3 Januari 2007                             |
| Alamat                | : Desa Kradenan, Kecamatan Sumpiuh,<br>Kabupaten Banyumas        |
| Umur                  | : 18 Tahun   |
| Pendidikan            | : SD, SMP  |
| c) Nama Pasien        | : WN   |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Banyumas, 22 Maret 1990  |
| Alamat                | : Desa Salamerta, Kecamatan Mandiraja,<br>Kabupaten Banjarnegara |
| Umur                  | : 35 Tahun   |

- Pendidikan : SD, SMP, SMK
- d) Nama Ibu Pasien HN : Ibu S
- Tempat, Tanggal Lahir : Banyumas, 12 Agustus 1977
- Alamat : Desa Kradenan, Kecamatan Sumpiuh,  
Kabupaten Banyumas
- Umur : 47 Tahun
- Pendidikan : SD, SMP
- e) Nama Ibu Pasien WN : Ibu K
- Tempat, Tanggal Lahir : Banyumas, 7 April 1972
- Alamat : Desa Salamerta, Kecamatan Mandiraja,  
Kabupaten Banjarnegara
- Umur : 53 Tahun
- Pendidikan : SD

## 2. Kondisi awal sebelum Terapi

### a. Pasien HN

Sebelum menjalani terapi, kondisi HN sangat mengkhawatirkan baik secara fisik, psikis, maupun sosial. HN sering mengalami kebingungan, berbicara dan tertawa sendiri, serta menunjukkan emosi yang labil, mudah marah atau menangis tanpa sebab yang jelas. Dalam banyak kesempatan, HN tampak tidak mampu membedakan antara kenyataan dan halusinasi yang dialaminya. HN mengaku sering melihat bayangan atau mendengar suara-suara yang tidak dapat ditangkap oleh orang lain, yang membuatnya semakin merasa takut dan terancam.

Secara emosional, HN tampak tidak stabil, sering ketakutan, gelisah berlebihan, dan lebih sering mengurung diri di dalam kamar, menjadi sangat tertutup dan sulit diajak berkomunikasi, bahkan oleh anggota keluarganya sendiri. Beberapa kali HN mencoba melarikan diri dari rumah tanpa arah tujuan yang jelas, dan ketika ditemukan, HN tampak bingung dan tidak mengenali tempat di sekitarnya. Kondisi ini tentu sangat membebani ibunya secara mental dan fisik karena harus terus mengawasi serta menjaga keselamatannya.

Dalam aspek spiritual, HN mulai meninggalkan kebiasaan beribadah seperti salat dan membaca Al-Qur'an. HN menjadi semakin jauh dari kegiatan keagamaan yang sebelumnya masih HN lakukan secara sporadis. Kehidupannya menjadi pasif ia tidak memiliki semangat untuk melakukan aktivitas sehari-hari, seperti makan, mandi, atau berinteraksi sosial. Dalam beberapa kasus, HN bahkan menunjukkan sikap agresif terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan sekitar.

Kondisi ini berlangsung selama berbulan-bulan dan semakin memburuk, keluarga sempat membawa HN ke layanan medis dan mencoba berbagai pendekatan pengobatan, namun hasilnya belum memuaskan. Akhirnya, keluarga memutuskan untuk membawa HN ke Majelis Nur Hasan Sokaraja dengan harapan mendapatkan pendekatan penyembuhan yang lebih menyeluruh melalui terapi syahadah dan terapi alam.

#### **b. Pasien WN**

Sebelum menjalani terapi di Majelis Nur Hasan Sokaraja, WN, seorang pria berusia 35 tahun, mengalami kondisi kejiwaan yang cukup berat akibat depresi mendalam setelah mengalami perceraian dengan istrinya. Peristiwa perceraian tersebut menjadi titik balik dalam kehidupannya yang semula stabil, hingga akhirnya memicu perubahan drastis dalam aspek fisik, psikis, sosial, dan spiritual.

Secara psikis, WN menunjukkan gejala-gejala klasik dari gangguan depresi berat. WN kerap merasa putus asa, tidak berdaya, dan kehilangan makna hidup. WN sering termenung dalam waktu lama, kehilangan minat terhadap hal-hal yang sebelumnya ia sukai, dan tampak tidak lagi memiliki tujuan atau motivasi dalam hidup. Dalam kesehariannya, WN juga mulai menarik diri dari lingkungan sosial. WN lebih memilih menyendiri di kamar dan enggan berbicara dengan keluarga maupun teman-temannya. Upaya komunikasi yang dilakukan oleh orang-orang terdekat sering kali ditolak, bahkan tidak jarang dibalas dengan amarah atau sikap acuh tak acuh.

Secara emosional, WN sangat labil, mudah tersinggung, sering menangis tiba-tiba, atau tiba-tiba merasa marah tanpa alasan jelas. Suasana hatinya berubah-ubah dan tidak menentu. Bahkan, dalam beberapa kesempatan, mengungkapkan keinginannya untuk mengakhiri hidup karena merasa tidak ada lagi yang pantas WN perjuangkan setelah ditinggalkan oleh istrinya. Pernah suatu ketika, menghilang dari rumah selama beberapa hari tanpa kabar dan ditemukan dalam kondisi lemah secara fisik dan mental di tempat umum.

Secara fisik, WN mulai mengalami penurunan berat badan akibat kehilangan nafsu makan dan gangguan tidur yang parah. WN menjadi malas merawat diri jarang mandi, berpakaian seadanya, dan tampak lesu sepanjang hari. Aktivitas sehari-hari seperti bekerja, bersosialisasi, atau sekadar berolahraga sudah tidak lagi dilakukan.

Dalam aspek spiritual, WN mengalami keterputusan dari nilai-nilai agama yang sebelumnya WN jalani, tidak lagi melaksanakan ibadah salat, tidak membaca Al-Qur'an, dan bahkan mulai mempertanyakan keberadaan Tuhan. WN merasa bahwa hidupnya tidak adil dan semua penderitaan yang WN alami adalah hukuman tanpa sebab.

Kondisi tersebut terus berlarut selama beberapa bulan, dan berbagai upaya medis maupun psikologis telah dicoba oleh keluarganya. Namun, perubahan positif belum juga terlihat. Akhirnya, atas rekomendasi kerabat, keluarga membawa WN ke Majelis Nur Hasan Sokaraja untuk menjalani terapi syahadat dan terapi alam sebagai bentuk pendekatan penyembuhan yang menyentuh aspek spiritual dan emosional secara lebih mendalam.

## **C. Metode Terapi Syahadat dan Alam di Majelis Nur Hasan**

### **1. Metode Terapi Syahadat**

Salah satu metode utama dalam proses pemulihan pasien gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja adalah terapi syahadat. Terapi ini menjadi ciri khas pendekatan keagamaan yang diterapkan oleh pengasuh untuk menanamkan kembali kesadaran tauhid pada diri pasien. Pendekatan

ini menekankan pembacaan dua kalimat syahadat serta pelengkap-pelengkapnya seperti Al-Fatihah, sholawat, dzikir, dan doa khusus yang dilafalkan dalam kondisi tenang dan penuh khidmat.

Berdasarkan hasil wawancara sebagaimana yang disampaikan Bapak Felly pada tanggal 18 Maret 2025 di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas :

“Setiap Awal mau terapi membaca 3 kalimat syahadat baik mandi di air, berjemur sinar matahari di sawah atau kebun mandi di sungai dan mata air gunung sama mandi di laut semuanya dawali dengan klimah syahadat, solawat dan dzikir”.

pernyataan ini menunjukkan bahwa pembacaan kalimat syahadat, sholawat, dan dzikir bukan sekadar ritual pembuka, melainkan sebuah langkah dalam membangun kesadaran spiritual sebelum menjalani terapi fisik. Tindakan tersebut menjadi ritus pemurnian yang menyatukan kembali ruhani dan jasmani pasien kepada fitrah ilahiah. Syahadat sebagai inti keimanan mengingatkan kembali pada prinsip dasar tauhid (keesaan Allah), sholawat menghubungkan batin dengan Rasulullah SAW sebagai uswah hasanah, dan dzikir memperkuat ketenangan jiwa serta menghadirkan hudhurul qalb dalam setiap detik aktivitas yang dijalani.

Kegiatan tersebut membentuk semacam ruang transisi spiritual, yakni kondisi batin yang bersih, tenang, dan siap untuk menerima efek dari terapi fisik. Dalam psikologi Islam, kondisi batin yang berserah dan terhubung dengan nilai-nilai ketauhidan akan membuka jalan bagi penerimaan dan kesembuhan, baik secara psikologis maupun fisiologis. Maka dari itu, pendekatan ini tidak hanya merawat tubuh, tetapi juga membangun ulang struktur ruhani pasien yang sebelumnya tercerai-berai oleh gangguan mental dan trauma

Dengan demikian, pasien tidak hanya menjalani terapi secara lahiriah, tetapi juga memasuki dimensi penyembuhan batin, mempersiapkan diri untuk menerima energi spiritual yang memancar melalui alam dan lantunan lafaz-lafaz Ilahiah.

Melalui pendekatan ini, terapi di Majelis Nur Hasan Sokaraja memadukan dua kekuatan besar kekuatan alam dan kekuatan iman. Alam bukan hanya diperlakukan sebagai latar tempat terapi, melainkan sebagai sarana refleksi dan kontemplasi, tempat manusia menghayati kebesaran Allah dan merasakan kembali keintiman relasi makhluk dengan Pencipta. Mandi di sungai yang jernih, berjalan di antara hamparan sawah, atau duduk tenang menghadap laut bukan hanya memberi ketenangan fisik, tetapi juga menyentuh sisi terdalam jiwa yang mendambakan kedamaian.

Dalam kerangka ini, terapi bukan sekadar upaya medis atau psikologis, melainkan perjalanan spiritual yang membawa pasien untuk bertaubat, muhasabah (*introspeksi*), dan membersihkan hati dari segala bentuk noda duniawi yang selama ini membelenggu. Terapi ini mengajak pasien untuk kembali ke dalam pelukan Ilahi, menyadari kelemahan diri, memperbaiki hubungan dengan Tuhan serta menjalin hubungan yang baik dengan sesama manusia.

#### a. Prosedur dan Tata Cara

Pelaksanaan terapi syahadat dimulai dengan proses penyucian diri, yaitu mengambil air wudhu. Selanjutnya, pasien diajak duduk di ruangan khusus dzikir yang telah disiapkan, dalam suasana yang tenang dan khidmat. Terapi dilaksanakan dalam beberapa tahapan berikut:

- 1) Pembacaan dua kalimat syahadat, diulang tiga kali.
- 2) Pembacaan surat Al-Fatihah sebanyak tujuh kali.
- 3) Sholawat kepada Nabi Muhammad SAW dibaca tiga kali.
- 4) Dzikir, adapun Membaca bacaan dzikir tiga kali yang digunakan meliputi:
  - a. Lailahaillallah, diulang beberapa kali untuk meneguhkan tauhid dan kesadaran keberadaan Allah dalam diri pasien.
  - b. Subhanallah, sebagai bentuk pengagungan dan penyucian terhadap Allah.
  - c. Alhamdulillah, sebagai bentuk syukur atas nikmat Allah, termasuk nikmat kesehatan.

- d. Allahu Akbar, untuk menanamkan kesadaran akan kebesaran Allah, di atas segala masalah dan gangguan yang dialami.
- e. Astaghfirullah, sebagai istighfar dan permohonan ampun atas dosa yang bisa menjadi beban psikologis atau spiritual.
- f. Lahawla wala quwwata illabillah, untuk menguatkan hati bahwa tidak ada daya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah.

Berdasarkan hasil wawancara sebagaimana yang disampaikan Bapak Felly pada tanggal 18 Maret 2025 di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas :

"Biasanya saya pegang pundaknya atau kepalanya, sambil saya baca doa. Biar pasien ngerasa diterima, dirangkul, dan disayang. Itu penting buat mereka."

Seluruh proses dilakukan dalam suasana yang mendukung ketenangan batin pasien. Pengasuh juga menyisipkan nasihat-nasihat ringan, kisah hikmah, atau ajakan untuk introspeksi diri, agar pasien merasa didengar dan dimotivasi untuk membuka diri terhadap proses penyembuhan.

#### b. Media dan Bahan yang Digunakan

Adapun media dan bahan yang digunakan dalam terapi syahadat menurut Bapak Felly adalah sebagai berikut:

- 1) Air wudhu, sebagai bentuk penyucian lahir sebelum memulai dzikir.
- 2) Botol atau gelas untuk air minum yang digunakan untuk menyajikan air yang telah dibacakan doa dan dziki.
- 3) Karpet sajadah, sebagai tempat duduk yang bersih dan tenang.
- 4) Ruang dzikir, yaitu ruangan khusus berukuran sedang, dengan pencahayaan remang, tenang, dan wangi minyak kayu putih atau aroma terapi.
- 5) Buku dzikir dan mushaf Al-Qur'an untuk membimbing bacaan pasien.

Berdasarkan hasil wawancara sebagaimana yang disampaikan Bapak Felly pada tanggal 18 Maret 2025 di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas :

"Kami ngga pakai alat yang aneh-aneh. Cuma botol atau gelas untuk air minum, sajadah, dan ruangan yang nyaman. Paling penting itu suasana tenangnya."

b. Durasi dan Frekuensi

Terapi syahadat dilakukan secara rutin setiap hari, umumnya dua kali dalam sehari, yaitu pada pagi hari sebelum aktivitas dan malam hari menjelang istirahat, satu sesi terapi berlangsung sekitar 30 hingga 60 menit, tergantung pada kondisi emosional, konsentrasi, dan kesiapan spiritual pasien, frekuensi dan durasi ini bersifat fleksibel, disesuaikan dengan kebutuhan dan respons pasien terhadap terapi.

## 2. Metode Terapi Alam

Selain pendekatan spiritual, Majelis Nur Hasan juga menerapkan terapi berbasis alam sebagai bagian integral dari proses pemulihan jiwa. Terapi ini dirancang untuk menghadirkan kembali kepekaan batin pasien terhadap ciptaan Allah, serta membantu mereka melepaskan beban psikologis melalui hubungan yang sehat dan harmonis dengan lingkungan alami. Terapi alam ini melibatkan interaksi langsung pasien dengan elemen-elemen alam seperti sungai, kebun, tanah, pepohonan, sinar matahari, dan suara-suara alami seperti kicauan burung atau gemericik air.

Tujuan dari terapi ini adalah menyatukan kembali pasien dengan unsur-unsur fitrah, karena manusia sejatinya adalah bagian dari alam dan diciptakan dari tanah. Dalam proses ini, pasien belajar untuk merasakan kehadiran Allah melalui ciptaan-Nya, menenangkan jiwa melalui pengalaman yang menyentuh pancaindra, dan menyembuhkan luka batin melalui keheningan serta keindahan alam.

Dalam wawancara dengan Bapak Felly pada tanggal 18 Maret 2025 di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas :

“Untuk terapi alam kegiatannya juga ada yang ke sawah atau kebun untuk proses terapi sinar matahari sambil berkebum baik nyiramin tanaman, atau nanam tanaman atau lainnya. Habis dari sawah istirahat sambil menghilangkan keringat terus berendam di bak yang ada di majlis”.

Pernyataan ini memperlihatkan bahwa terapi alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja tidak hanya bersifat pasif seperti berjemur, tetapi juga aktif

melalui kegiatan berkebun di sawah atau kebun kemudian ke kali atau sungai. Aktivitas seperti menyiram dan menanam tanaman dilakukan sebagai bagian dari proses terapi, dan bukan semata-mata kegiatan pertanian biasa.

Dari segi psikologis dan terapeutik, kegiatan berkebun sambil terpapar sinar matahari mengandung banyak manfaat. Terpaparnya tubuh pada sinar matahari pagi membantu proses sintesis vitamin D, yang penting untuk kesehatan fisik dan kestabilan suasana hati. Aktivitas fisik dalam berkebun juga dapat memicu produksi hormon endorfin yang berperan dalam meningkatkan perasaan bahagia dan mengurangi stres.

Lebih dari itu, interaksi langsung dengan tanah dan tanaman memberi pengalaman menyentuh alam secara konkret. Hal ini memberikan efek grounding, yaitu membawa seseorang kembali pada "kesadaran saat ini" dan menurunkan beban pikiran berlebih. Kegiatan ini sangat relevan dalam konsep terapi berbasis alam (*nature-based therapy*) dan hortikultura terapi (*horticultural therapy*), yang banyak digunakan dalam pendekatan pemulihan kesehatan mental secara alami.

Melalui kegiatan sederhana seperti berkebun, berjemur, mandi di sungai, atau duduk di bawah pohon, pasien diberikan kesempatan untuk kembali merasakan kedamaian dalam dirinya.

#### a. Prosedur dan Tata Cara

Terapi alam dilakukan pada pagi dan sore hari. Kegiatan dimulai dengan pembacaan syahadat, sholawat, dan dzikir di luar ruangan. Selanjutnya, pasien menjalani aktivitas berikut:

- 1) Berjemur di bawah sinar matahari pagi selama 20 menit.
- 2) Berkebun, termasuk menyiram tanaman, mencabut rumput liar, dan menanam bibit.
- 3) Duduk tenang di bawah pohon, sambil mendengarkan suara alam dan berdzikir.
- 4) Mandi atau berendam di sungai kecil, sebagai bagian dari penyucian jiwa dan relaksasi.

Berdasarkan hasil wawancara sebagaimana yang disampaikan Bapak Felly pada tanggal 18 Maret 2025 di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas :

"Sebelum ke sungai atau berkebun, pasien selalu saya ajak dzikir dulu, itu penting alam harus ditemui dengan hati yang sadar."

Aktivitas fisik ini tidak hanya berfungsi untuk merilekskan tubuh, tetapi juga membantu pasien membuka kesadaran batin bahwa mereka adalah bagian dari ciptaan Allah yang luas dan indah.

#### b. Media dan Bahan yang Digunakan

Media dan bahan yang digunakan dalam terapi alam meliputi:

- 1) lingkungan hijau yang penuh dengan pepohonan dan elemen alam seperti batu-batuan serta suara alam dari burung di sangkar.
- 2) Sungai alami, tempat mandi dan berendam.
- 3) Kebun organik, sebagai tempat berkebun dan menyatu dengan tanah.
- 4) Alat berkebun sederhana (cangkul kecil, gayung, ember).
- 5) Lingkungan alam terbuka, bebas polusi dan suara kendaraan.

Berdasarkan hasil wawancara sebagaimana yang disampaikan Bapak Felly pada tanggal 18 Maret 2025 di Majelis Nur Hasan Sokaraja Banyumas :

"Suara burung, suara angin, air yang mengalir semua itu jadi terapi buat pasien alam itu nggak pernah menolak mereka."<sup>101</sup>

#### c. Durasi dan Frekuensi

Terapi alam biasanya dilakukan selama 1–2 jam per sesi, dua kali dalam sehari, terutama pada waktu pagi dan sore, saat udara segar dan sinar matahari tidak terlalu terik. Kegiatan ini dilakukan secara konsisten dan terstruktur selama masa terapi, yang bisa berlangsung 12 hari, 40 hari, atau menyesuaikan dengan tingkat keparahan dan kebutuhan individu pasien.

---

<sup>101</sup> Wawancara dengan Bapak R Felly Gesit Dwi Pramesti selaku Terapis di Majelis Nur Hasan pada 18 Maret 2025 pukul 10.00 WIB

Dalam penelitian ini, data diperoleh tidak hanya dari observasi dan studi pustaka, tetapi juga melalui wawancara langsung dengan pasien yang pernah menjalani terapi syahadah dan terapi alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja. Pendekatan ini penting untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman subjektif pasien selama proses terapi. Melalui wawancara, peneliti dapat mengetahui bagaimana latar belakang gangguan yang dialami pasien, alasan mengikuti terapi, serta perubahan-perubahan yang dirasakan setelah menjalani proses penyembuhan. Salah satu narasumber yang memberikan kesaksian adalah HN dan WN.

Hasil wawancara dengan pasien pertama yaitu HN asal dari Keradenan pada tanggal 8 april 2025 :

“Sebenarnya semuanya berawal dari saya sering dibully sejak SMP, Mba, awalnya dikatain, dijauhin, terus makin lama ada yang mulai kasar, nyorakin di depan umum, bahkan sempat didorong dan dijambak, lama-lama saya merasa nggak ada gunanya hidup. Saya jadi takut ketemu orang, sering nangis sendiri, dan mulai denger suara-suara yang bikin saya tambah takut”.

Berdasarkan hasil wawancara, HN mengungkapkan bahwa gangguan jiwa yang dialaminya berawal dari seringnya ia mengalami bullying sejak SMP. Bullying tersebut dimulai dari ejekan dan pengucilan, kemudian berkembang menjadi tindakan kekerasan fisik seperti didorong dan dijambak di depan umum, pengalaman tersebut menyebabkan HN merasa kehilangan harga diri dan merasa hidupnya tidak berarti. Dampak psikologis yang dirasakannya semakin berat, berupa ketakutan bertemu orang lain, sering menangis sendiri, dan munculnya halusinasi suara yang membuatnya semakin takut. Hal ini menunjukkan bahwa bullying memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi mental dan emosional HN sebelum menjalani terapi.

Berdasarkan hasil wawancara perubahan setelah melakukan terapi syahadat dan alam HN mengatakan :

“Saya lebih tenang Mba, nggak marah-marah sendiri, bisa tidur nyenyak, saya juga mulai percaya diri dan bisa bantu orang tua di rumah. Sekarang saya juga udah bisa cerita tanpa takut”.<sup>102</sup>

Bedasarkan wawancara tersebut menunjukkan adanya perubahan positif signifikan dalam kondisi psikologis dan emosional HN setelah menjalani terapi HN mengungkapkan bahwa dirinya merasa lebih tenang dan tidak lagi mudah marah seperti sebelumnya, yang menandakan stabilitas emosi yang mulai pulih. Kemampuan untuk tidur nyenyak juga mencerminkan adanya perbaikan dalam kualitas kesehatannya secara keseluruhan. Selain itu, HN menyatakan peningkatan rasa percaya diri, yang penting dalam proses pemulihan mental dan sosialnya, serta kemampuannya untuk berperan aktif membantu orang tua di rumah, menunjukkan peningkatan kemandirian dan fungsi sosial. Terakhir, kemauan HN untuk mulai bercerita tanpa rasa takut menggambarkan keberhasilan terapi dalam mengurangi kecemasan dan membangun rasa aman dalam komunikasi, yang sangat penting dalam proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial. Secara keseluruhan, pernyataan ini mengindikasikan bahwa terapi yang dijalani telah membawa dampak positif yang signifikan pada kesejahteraan mental dan kualitas hidup HN.

Untuk memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai proses perubahan pasien, peneliti juga melakukan wawancara dengan pihak keluarga yang menjadi saksi langsung selama masa pemulihan, salah satu informan adalah ibu dari pasien, yang memiliki peran penting dalam mendampingi anaknya selama menjalani terapi, pendapat ibu pasien sangat berharga karena dapat memperkuat validitas data yang telah diperoleh dari wawancara sebelumnya dengan pasien. Selain itu, pandangan dari keluarga juga memberikan perspektif tambahan terkait perubahan perilaku, kondisi emosional, serta tanggapan terhadap terapi yang dijalani.

---

<sup>102</sup> Wawancara dengan Pasien HN di Desa Kradenan, Kecamatan Sumpiuh, Kabupaten Banyumas pada 8 April 2025 pukul 13.00 WIB

Hasil wawancara dengan ibu pasien yaitu ibu S, Ibu dari pasien HN pada tanggal 8 april 2025 :

“Perubahannya besar sekali mba. Sekarang dia bisa bantu nyapu, nyuci sendiri, salatya mulai rajin lagi, baca Qur’an juga, ngga pernah lagi saya lihat dia ngomong sendiri atau ngamuk-ngamuk. Saya benar-benar merasa HN kembali jadi anak saya yang dulu si mba”.<sup>103</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu S selaku orang tua pasien, terlihat bahwa terdapat perubahan signifikan pada kondisi HN setelah menjalani terapi di Majelis Nur Hasan. Ibu S menggambarkan bahwa HN menunjukkan peningkatan kemampuan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri, seperti membantu membersihkan rumah dan mencuci, yang sebelumnya sulit dilakukan oleh HN. Selain itu, aspek spiritual HN juga mengalami kemajuan, terbukti dari keseriusannya kembali dalam melaksanakan salat dan membaca Al-Qur’an secara rutin. Perubahan perilaku negatif seperti berbicara sendiri atau menunjukkan kemarahan yang berlebihan sudah tidak lagi terlihat, menunjukkan stabilitas emosi yang lebih baik. Pernyataan Ibu S ini menegaskan bahwa terapi yang dijalani telah berhasil mengembalikan HN ke kondisi yang lebih normal dan sehat, sekaligus memperkuat ikatan emosional dan harapan keluarga terhadap kesembuhan penuh HN.

Keterlibatan keluarga, khususnya dari Ibu S, memberikan dukungan moral yang besar bagi proses pemulihan pasien. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan emosional dan spiritual dari orang terdekat menjadi faktor penting dalam keberhasilan terapi syahadah dan terapi alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja.

Selanjutnya Berdasarkan wawancara dengan pasien ke dua yaitu WN asal dari Salamerta pada tanggal 10 april 2025 :

“Yaa waktu itu saya memang sedang jatuh banget, setelah cerai sama istri, saya kaya orang kehilangan arah. Tiap hari nangis, gak mau makan, tidur pun susah, saya cuma pengen menyendiri terus, ngga mau ketemu orang”

---

<sup>103</sup> Wawancara dengan Ibu S di Desa Kradenan, Kecamatan Sumpiuh, Kabupaten Banyumas pada 8 April 2025 pukul 13.40 WIB

Berdasarkan hasil wawancara dengan pasien kedua, yaitu WN, diketahui bahwa sebelum menjalani terapi, ia berada dalam kondisi psikologis yang sangat memprihatinkan. Perceraian dengan istrinya menjadi titik awal krisis dalam kehidupannya, yang kemudian memicu gejala-gejala depresi berat. Ungkapan “saya kayak orang kehilangan arah” mencerminkan adanya disorientasi dalam menjalani kehidupan, yang disertai dengan gejala emosional seperti menangis terus-menerus, kehilangan nafsu makan, gangguan tidur, serta keinginan untuk menyendiri dan menghindari interaksi sosial. Keadaan tersebut menunjukkan bahwa WN mengalami tekanan batin yang mendalam, kehilangan motivasi hidup, serta mengalami keterasingan baik secara sosial maupun spiritual. Kondisi ini mencerminkan bentuk krisis eksistensial, di mana individu merasa kehilangan makna hidup setelah kehilangan relasi yang signifikan.

Setelah melakukan terapi syahadat dan terapi alam pasien WN mengalami perubahan berikut wawancara dengan pasien WN

“Alhamdulillah, pelan-pelan saya mulai tenang. Di sini diajari salat lagi, dzikir, syahadat. Rasanya beda kaya ada yang menguatkan hati. Saya juga mulai ikut dzikir malam, mandi di sungai, berjemur di pagi hari, awalnya berat, tapi lama-lama badan jadi lebih segar, pikiran juga ngga semrawut lagi”.<sup>104</sup>

Setelah menjalani terapi syahadat dan terapi alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja, pasien WN menunjukkan perubahan yang signifikan secara psikologis, spiritual, maupun fisik. Berdasarkan wawancara, WN mengungkapkan bahwa dirinya mulai merasakan ketenangan batin secara perlahan. Ia mendapatkan bimbingan untuk kembali melaksanakan salat, berdzikir, dan mengucapkan syahadat secara rutin. Aktivitas-aktivitas spiritual tersebut memberikan pengaruh positif terhadap kondisi jiwanya, seperti yang ia sampaikan bahwa ada kekuatan batin yang mulai menguatkan dirinya. Selain itu, terapi alam yang dilakukan melalui kegiatan mandi di sungai dan berjemur di pagi hari turut membantu dalam menyegarkan tubuh serta menjernihkan pikiran. Pada awalnya, WN merasa

---

<sup>104</sup> Wawancara dengan Pasien WN di Desa Salamerta, Kecamatan Mandiraja, Kabupaten Banyumas pada 10 April 2025 pukul 15.00 WIB

kesulitan menjalani aktivitas tersebut, namun seiring waktu, ia merasakan manfaat fisik dan psikis yang nyata. Pikiran yang sebelumnya semrawut perlahan menjadi lebih teratur dan stabil. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi terapi spiritual dan alam memberikan dampak yang menyeluruh terhadap pemulihan WN, baik dalam mengatasi tekanan emosional maupun dalam membentuk kembali kestabilan hidup secara utuh.

Untuk memperkuat jawaban pasien akan perubahan yang dialami pasien WN, peneliti melakukan wawancara dengan ibu dari WN yaitu ibu K,

“Aduh, Mba dulu itu anak saya benar-benar berubah sejak cerai sama istrinya. Biasanya anaknya pendiam tapi masih bisa diajak ngobrol, tapi setelah itu jadi murung, nangis terus, tidur susah, ngga mau makan, dan ngga mau ketemu siapa-siapa”.

Berdasarkan kutipan wawancara dengan Ibu K, ibu dari pasien WN, dapat dianalisis bahwa WN mengalami perubahan kondisi psikologis yang sangat signifikan pasca perceraian. Sebelum peristiwa tersebut, WN dikenal sebagai pribadi pendiam namun masih dapat berkomunikasi secara normal. Namun setelah perceraian, ia menunjukkan gejala-gejala yang mengarah pada gangguan depresif, seperti menarik diri dari interaksi sosial, menangis terus-menerus, gangguan tidur (*insomnia*), kehilangan nafsu makan, dan kecenderungan mengisolasi diri. Ungkapan "benar-benar berubah" menunjukkan bahwa perubahan perilaku ini berlangsung secara drastis dan sangat berbeda dari kondisi WN sebelumnya. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada dirinya sendiri, tetapi juga dirasakan secara langsung oleh keluarga, terutama sang ibu yang menjadi saksi utama dalam keseharian WN. Pernyataan tersebut memperkuat bahwa WN mengalami tekanan emosional yang mendalam, dan menjadi bukti tambahan atas kebutuhan akan pendekatan pemulihan yang tidak hanya medis, tetapi juga menyentuh aspek spiritual dan sosial. Wawancara ini menjadi bagian penting dalam validasi data lapangan mengenai kondisi awal pasien sebelum menjalani terapi di Majelis Nur Hasan Sokaraja.

Berikut wawancara dengan Ibu K Ibu dari Pasien WN, perubahan apa setelah melakukan terapi sayahadat dan alam :

“MasyaAllah Mba, sekarang WN sudah mau salat, udah bisa senyum, bisa ngobrol sama saya, ngga terus-terusan sedih”.<sup>105</sup>

Berdasarkan kutipan wawancara tersebut, terlihat bahwa pasien WN mengalami perubahan positif yang sangat signifikan setelah menjalani terapi. Ungkapan “MasyaAllah, Mba perubahannya terasa banget” menunjukkan bahwa ibu pasien, Ibu K, benar-benar merasakan dampak ibu dari nyata dari proses pemulihan yang dijalani anaknya. Perubahan-perubahan yang disampaikan mencakup dimensi spiritual, emosional, dan sosial.

Secara spiritual, WN yang sebelumnya meninggalkan aktivitas ibadah, kini telah mulai menjalankan salat kembali, ini menunjukkan adanya pemulihan hubungan antara individu dengan aspek keagamaannya, yang dalam konteks terapi syahadat menjadi unsur kunci dalam proses penyembuhan. Secara emosional, ia sudah mampu tersenyum dan tidak lagi larut dalam kesedihan berlarut-larut, yang menandakan kestabilan emosi mulai terbentuk. Dari sisi sosial, WN mulai membuka diri untuk berkomunikasi kembali dengan ibunya, sesuatu yang sebelumnya sangat sulit dilakukan karena kecenderungannya untuk menarik diri dari interaksi.

Kesaksian ini menegaskan bahwa terapi syahadat dan terapi alam memberikan dampak yang tidak hanya bersifat individual, tetapi juga dirasakan langsung oleh keluarga pasien. Hal ini menjadi bukti keberhasilan pendekatan penyembuhan holistik yang tidak hanya menasar aspek medis, melainkan juga menyentuh sisi kejiwaan, spiritual, dan hubungan interpersonal pasien.

---

<sup>105</sup> Wawancara dengan Ibu K, selaku Ibu pasien WN di Desa Salamerta, Kecamatan Mandiraja, Kabupaten Banyumas pada 10 April 2025 pukul 15.30 WIB.

Tabel 1 Latar Belakang, Kondisi Awal dan Kondisi Setelah Terapi

No	Subjek	Latar Belakang Gangguan Jiwa	Kondisi Awal	Kondisi Setelah Terapi
1	HN	Bullying sejak SMP muncul halusinasi dan kecemasan	Sering kebingungan, emosi labil, halusinasi, jarang berkomunikasi, sering menyendiri, jarang beribadah	Lebih tenang, tidak marah-marah, mulai percaya diri, bisa berbicara terbuka, membantu orang tua
2	WN	Perceraian, kehilangan makna hidup, depresi berat	Depresi setelah perceraian, hilang arah, menyendiri, gangguan tidur dan makan tidak beribadah	Hati lebih tenang dan kuat, kembali solat, berdzikir, pikiran tidak lagi berantakan

Berdasarkan tabel di atas bahwa kedua subjek, yaitu HN dan WN mengalami gangguan jiwa dengan latar belakang berbeda HN karena bullying, WN karena perceraian namun keduanya menunjukkan perbaikan signifikan setelah menjalani terapi syahadah dan terapi alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja. HN membaik secara emosional, sosial, dan spiritual, sementara WN pulih dari depresi dan krisis eksistensial. Terapi ini terbukti efektif dalam pemulihan psikologis, spiritual, dan sosial pasien yang mengalami trauma psikis dan emosional.

Tabel 2 Sebelum Terapi dan Sesudah Terapi Pasien HN

Aspek	Sebelum Terapi	Sesudah Terapi
Kondisi Psikologis	Sering linglung, marah-marah sendiri, ketakutan, tidak bisa membedakan mimpi/realita	Pikiran lebih jernih, tenang, percaya diri, tidak takut lagi, bisa tidur nyenyak
Kondisi Spiritual	Tidak disebutkan secara eksplisit, namun tampak	Rutin dzikir, mengucapkan syahadat, shalat, membaca Al-

	jauh dari praktik keagamaan	Qur'an, ikut kegiatan solawatan
Sosial dan Komunikasi	Sulit diajak komunikasi, menutup diri	Lebih terbuka, mampu berkomunikasi dengan orang lain tanpa takut
Perilaku Sehari-hari	Sempat lari dari rumah, menyulitkan orang tua	Membantu pekerjaan rumah bersemangat bantu orang tua
Hubungan dengan Keluarga	Sempat lari dari rumah, menyulitkan orang tua	Hubungan membaik, lebih patuh dan membantu di rumah
Respons terhadap Terapi	Awalnya menolak dan melawan	Menerima, merasa tenang, merasakan manfaat terapi
Kegiatan Selama Terapi	–	Dzikir, syahadat, doa, mandi di sungai, berjemur pagi, refleksi diri
Pemulihan Umum	Dalam kondisi gangguan jiwa.	Sudah dinyatakan sembuh, tetap kontrol bulanan dan menjaga stabilitas

Berdasarkan data yang disajikan, sebelum terapi, pasien mengalami gangguan psikologis berat seperti linglung, ketakutan berlebihan, dan marah-marah sendiri. Setelah menjalani terapi, kondisinya membaik secara signifikan, pikirannya lebih jernih, emosinya stabil, rasa takut hilang, dan tidur menjadi nyenyak. Secara spiritual, pasien yang awalnya jauh dari ibadah mulai rutin berdzikir, salat, membaca Al-Qur'an, dan mengikuti kegiatan keagamaan. Secara sosial, ia menjadi lebih terbuka, mampu berkomunikasi, dan tidak lagi mengisolasi diri. Dalam kehidupan sehari-hari, pasien menjadi lebih mandiri dan bertanggung jawab, aktif membantu orang tua. Hubungan keluarga juga membaik, dari sebelumnya menyulitkan menjadi hangat dan kooperatif. Awalnya menolak terapi, pasien kemudian menerima dan menyadari manfaatnya. Terapi yang dijalani menggabungkan pendekatan spiritual dan alam, seperti dzikir, mandi di sungai, dan refleksi diri, yang terbukti efektif secara holistik. Kini pasien dinyatakan sembuh dengan anjuran kontrol rutin untuk menjaga kestabilan.

Tabel 3 Sebelum Terapi dan Sesudah Terapi Pasien WN

Aspek	Sebelum Terapi	Sesudah Terapi
Kondisi Psikologis	Mengalami depresi berat, sering menangis, merasa putus asa, tidak bersemangat, menyendiri, dan pernah ingin mengakhiri hidup.	Lebih tenang, mulai menerima kenyataan, berpikir positif, semangat hidup kembali, dan dapat mengelola emosi lebih baik
Kondisi Spiritual	Tidak melaksanakan solat, jauh dari aktivitas keagamaan, mempertanyakan keberadaan tuhan.	Rutin salat lima waktu, berdzikir, membaca Al-Qur'an, mengikuti pengajian dan kegiatan keagamaan di majelis
Sosial dan Komunikasi	Menarik diri dari lingkungan sosial, sulit diajak bicara, cenderung acuh tak acuh	Lebih komunikatif, bisa berbicara dengan orang lain, mulai aktif berinteraksi dengan keluarga dan lingkungan sekitar
Perilaku Sehari-hari	Tidak terurus, jarang mandi, tidak mau makan, tidak melakukan aktivitas harian, kehilangan motivasi hidup	Kembali merawat diri, mulai menjalani rutinitas seperti makan teratur, mandi, serta membantu pekerjaan rumah
Hubungan dengan Keluarga	Sering menyakiti perasaan keluarga, mudah marah, dan tidak peduli terhadap kehadiran anggota keluarga	Hubungan membaik, lebih dekat dengan ibu dan saudara, bersikap lebih hangat dan menunjukkan rasa sayang
Respons terhadap Terapi	Awalnya pasif dan tidak yakin terhadap terapi, sempat menolak Berinteraksi dengan	Merasa nyaman dan tenang selama terapi, mulai percaya dan mengikuti setiap kegiatan dengan sukarela

	lingkungan majelis	
Kegiatan Selama Terapi	–	Dzikir, mengucapkan syahadat, salat berjamaah, mandi di sungai, berjemur di pagi hari, serta melakukan kegiatan refleksi diri
Pemulihan Umum	Mengalami depresi berat, berada dalam kondisi mental yang tidak stabil	Telah dinyatakan pulih secara signifikan, tetap melakukan kontrol bulanan untuk menjaga kestabilan kondisi mental dan spiritualnya

Berdasarkan data yang disajikan, sebelum terapi, pasien mengalami depresi berat, sering menangis, menyendiri, kehilangan semangat hidup, dan sempat ingin mengakhiri hidup. Setelah menjalani terapi, pasien menunjukkan perbaikan signifikan, lebih tenang, berpikir positif, semangat hidup kembali, dan mampu mengelola emosi. Kondisi spiritualnya juga berubah drastis dari yang awalnya jauh dari ibadah dan mempertanyakan Tuhan, menjadi rutin salat, berdzikir, membaca Al-Qur'an, dan mengikuti pengajian.

Secara sosial, pasien yang sebelumnya tertutup dan enggan berinteraksi kini menjadi lebih komunikatif dan aktif dalam bergaul dengan keluarga dan lingkungan. Dalam kehidupan sehari-hari, pasien mulai kembali merawat diri, makan dan mandi teratur, serta membantu pekerjaan rumah. Hubungan dengan keluarga pun membaik, ia menjadi lebih hangat dan peduli terhadap ibu dan saudara-saudaranya.

Respon terhadap terapi juga meningkat, dari awalnya pasif dan ragu, menjadi lebih percaya dan mengikuti kegiatan secara sukarela. Terapi yang dijalani meliputi dzikir, syahadat, salat berjamaah, mandi di sungai, berjemur pagi, dan refleksi diri, yang secara holistik menyentuh aspek fisik, psikis, dan spiritual.

Secara keseluruhan, pasien berhasil pulih dari depresi berat dan kini berada dalam kondisi mental yang lebih stabil, meski masih memerlukan kontrol bulanan untuk menjaga kestabilan jangka panjang. Terapi yang dilakukan terbukti efektif mengangkat pasien dari krisis menuju kehidupan yang lebih sehat dan bermakna.

#### **D. Analisis Data**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Majelis Nur Hasan Sokaraja mengenai terapi penyembuhan penderita gangguan jiwa, ditemukan bahwa metode yang digunakan meliputi terapi syahadah dan terapi alam. Kedua metode ini mengintegrasikan pendekatan keagamaan dan pendekatan naturalistik sebagai fondasi utama dalam proses pemulihan pasien. Terapi syahadah merupakan bentuk terapi spiritual yang menekankan pada pengucapan dua kalimat syahadat secara berulang, disertai dengan dzikir, sholawat, dan pembacaan surat Al-Fatihah. Pengulangan lafaz syahadat tidak hanya menjadi simbol kembali pada nilai-nilai ketauhidan, tetapi juga sarana pembersihan batin dan penyadaran diri terhadap eksistensi spiritual pasien yang selama ini terganggu akibat kondisi kejiwaannya. Pelaksanaan terapi ini dilakukan dalam suasana khusyuk dan tenang, biasanya dua kali sehari, sebagai upaya untuk menanamkan kembali ketenangan jiwa, kesadaran spiritual, serta penguatan iman yang diyakini mampu menstabilkan kondisi psikologis pasien.

Sementara itu, terapi alam dilaksanakan dengan mengajak pasien untuk berinteraksi langsung dengan lingkungan sekitar seperti berkebun, berjemur di bawah sinar matahari pagi, duduk di bawah pohon sambil berdzikir, serta mandi atau berendam di sungai alami. Aktivitas-aktivitas ini bertujuan untuk mengembalikan keseimbangan mental dan emosional pasien melalui pengalaman sensori yang menenangkan. Dalam konteks terapi ini, alam diposisikan bukan hanya sebagai latar kegiatan, melainkan sebagai media aktif yang membawa efek penyembuhan melalui keindahan, ketenangan, dan keteraturannya. Hubungan antara manusia dengan alam dianggap mampu membangkitkan kesadaran akan keagungan ciptaan Tuhan, sehingga

menumbuhkan kembali rasa syukur, harapan, dan makna hidup dalam diri pasien. Kombinasi terapi syahadah dan terapi alam ini terbukti efektif dalam membantu pasien dengan gangguan jiwa untuk mencapai ketenangan batin, memperkuat spiritualitas, serta mengembalikan fungsi sosial dan perilaku ke arah yang lebih sehat.

Penelitian menunjukkan bahwa terapi syahadat dan terapi alam yang diterapkan di Majelis Nur Hasan Sokaraja memberikan dampak signifikan terhadap proses pemulihan pasien gangguan jiwa. Perubahan terlihat dari aspek psikologis, spiritual, sosial, hingga perilaku sehari-hari. Hal ini selaras dengan konsep dasar terapi menurut Andi Mappiare, yang menyatakan bahwa terapi merupakan proses pemulihan kondisi fisik dan mental seseorang melalui pendekatan yang terstruktur dan sesuai kebutuhan.

Terapi syahadat menekankan pada penyadaran kembali identitas spiritual seseorang melalui pengucapan dan perenungan kalimat syahadat. Dalam teori H.A.R. Gibb, syahadat bukan hanya pengakuan lisan, tetapi juga bentuk penerimaan terhadap otoritas hukum Islam dan nilai-nilai spiritual yang membentuk perilaku dan kepribadian.

Dalam praktiknya Bapak Felly menggunakan dzikir, pengucapan kalimat syahadat secara berulang, serta penguatan spiritual lewat salat dan membaca Al-Qur'an. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Ibu S, anaknya mengalami perubahan luar biasa setelah mengikuti terapi ini dari yang sebelumnya sering marah-marah dan berbicara sendiri, menjadi pribadi yang tenang, rajin salat, dan mulai membantu pekerjaan rumah.

Teori dari Muslih Abdullah dan Ali Moh. Rozi juga memperkuat temuan ini. Mereka menegaskan bahwa terapi syahadat bertujuan mengembalikan keselamatan spiritual individu dan menciptakan kedamaian batin melalui integrasi nilai-nilai tauhid dalam kehidupan sehari-hari.

Prosedur terapi syahadah dimulai dengan pendekatan melalui dzikir dan pengucapan syahadah secara berulang-ulang sebagai metode untuk menenangkan pikiran dan membawa pasien pada kesadaran spiritual. Berdasarkan wawancara dengan HN, terapi syahadah dilakukan secara rutin

setiap malam Jumat dan didampingi oleh guru spiritual. Hal ini sesuai dengan pendekatan dalam psikoterapi Islam menurut sholeh yang memanfaatkan dzikir sebagai media penyembuhan batin, dzikir tidak hanya berfungsi sebagai bentuk ibadah, tetapi juga sebagai teknik relaksasi spiritual yang mampu menenangkan hati, mengurangi kecemasan, dan memperkuat ketahanan emosional seseorang. Dalam konteks terapi, dzikir dipandang mampu menghubungkan individu dengan kekuatan Ilahi, sehingga tercipta rasa pasrah, ikhlas, dan penerimaan terhadap ujian hidup. Proses ini mendorong munculnya ketenangan jiwa dan mempercepat proses pemulihan dari gangguan psikologis.

Terapi alam yang dilakukan di Majelis Nur Hasan untuk pasiennya dengan kegiatan seperti mandi di sungai, berjemur di bawah sinar matahari pagi, duduk di bawah pohon sambil berdzikir, dan refleksi diri di alam terbuka. Pendekatan ini didukung oleh teori Ekoterapi dari Howard Clinebell, yang menyatakan bahwa interaksi dengan lingkungan alam membantu mengurangi stres, meningkatkan kesehatan mental, serta memperkuat koneksi spiritual.

Hal ini sejalan dengan pernyataan Bapak Felly yang menyebutkan bahwa terapi alam membantu pasien untuk kembali ke fitrah, mengenali dirinya, dan menyadari bahwa dirinya adalah bagian dari ciptaan Allah. Ini menunjukkan bahwa alam menjadi media untuk menenangkan jiwa, memperbaiki koneksi batin, dan membuka kembali kesadaran spiritual pasien.

Bapak Felly melakukan terapi alam dengan membawa pasien ke tempat terbuka, seperti sungai dan hutan sekitar, untuk berinteraksi langsung dengan alam melalui kegiatan mengumpulkan batu, menyiram bunga, bertani ringan, atau duduk bermeditasi. Durasi terapi berlangsung selama 1 sampai 2 jam per sesi, satu kali sehari dipagi hari. Menurut Setyowati Interaksi langsung dengan alam diyakini mampu mengurangi stres dan memperkuat keseimbangan emosi, Melalui pengalaman sensorik seperti mendengar gemericik air, merasakan sejuknya angin, serta melihat hijaunya pepohonan, seseorang dapat mengalami ketenangan batin yang sulit didapatkan dalam lingkungan perkotaan yang padat.

Berikut Hadis tentang manfaat alam dan lingkungan terdapat dalam hadist Riwayat Tirmidzi, Hasan yaitu ;

رِيَاضٌ وَمَا قِيلَ فَارْتَعُوا، الْجَنَّةِ بِرِيَاضٍ مَرَرْتُمْ إِذَا  
"الدِّكْرِ حَلْقُ: قَالَ الْجَنَّةِ؟"

Artinya : *"Jika kalian melewati taman-taman surga, maka berhentilah dan nikmatilah." Para sahabat bertanya, 'Apa itu taman-taman surga?' Beliau menjawab, 'Majelis-majelis dzikir.'"*

Meskipun makna utamanya adalah majelis dzikir dalam arti tempat berkumpulnya orang-orang untuk mengingat Allah, hadis ini juga dapat dimaknai secara kontekstual sebagai dorongan untuk menciptakan ruang-ruang spiritual yang menenangkan dan penuh keberkahan. Hal ini selaras dengan kegiatan dzikir di alam terbuka seperti yang dilakukan dalam terapi alam, di mana suasana tenang, suara alam, dan lingkungan yang asri menjadi pendukung utama dalam memperdalam perenungan, menenangkan jiwa, serta meningkatkan kesadaran spiritual pasien. Dengan demikian, dzikir yang dilakukan di tengah keindahan alam dapat menjadi perpanjangan dari konsep "taman-taman surga" di dunia yang membawa ketenangan dan kedekatan kepada Allah.

Menurut Zakiah Daradjat, terapi berbasis alam juga bisa dikaitkan dengan konsep tazkiyatun nafs (pensucian jiwa), yang mencakup tahapan takhalli (mengosongkan diri dari sifat buruk), tahalli (menghiasi diri dengan kebaikan), dan tajalli (mendekatkan diri pada Allah). Dalam konteks ini, terapi alam di Majelis Nur Hasan dapat dianggap sebagai media spiritual untuk mencapai pencerahan dan ketenangan jiwa

Gabungan antara terapi syahadat dan terapi alam memberikan efek holistik yang tidak hanya menyentuh aspek spiritual tetapi juga aspek emosional, sosial, dan perilaku pasien. Sebagaimana tergambar dalam tabel perbandingan sebelum dan sesudah terapi, pasien mengalami peningkatan

dalam kemampuan berkomunikasi, kemandirian, kepatuhan, dan stabilitas emosional. Lebih lanjut, dukungan keluarga juga terbukti berpengaruh besar terhadap keberhasilan terapi, sebagaimana ditegaskan oleh pengasuh majelis. Pasien yang mendapat perhatian dan pemahaman dari keluarga menunjukkan proses pemulihan yang lebih cepat dan stabil.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terapi syahadah dan terapi alam merupakan dua pendekatan utama yang efektif dalam proses pemulihan pasien gangguan jiwa di Majelis Nur Hasan Sokaraja. Keduanya bekerja secara terintegrasi, menyentuh dimensi spiritual, emosional, sosial, dan fisik pasien.

Pertama, terapi syahadah berfokus pada penguatan spiritual melalui pengucapan dua kalimat syahadat, dzikir, sholawat, dan doa-doa khusus dalam suasana khusyuk. Terapi ini tidak hanya bertujuan untuk memperbaiki hubungan pasien dengan Tuhan, tetapi juga menghidupkan kembali kesadaran diri, menghapus beban batin, dan menanamkan nilai tauhid yang menjadi dasar dalam pemulihan mental. Proses ini mampu memberikan ketenangan jiwa, kestabilan emosi, serta mendorong pasien untuk menjalani kehidupan dengan harapan dan makna baru.

Kedua, terapi alam dilaksanakan melalui kegiatan fisik dan reflektif yang dilakukan di lingkungan terbuka, seperti berkebun, berjemur, mandi di sungai, dan berdzikir di bawah pepohonan. Terapi ini berperan sebagai media pemulihan alami yang membantu pasien mengalami proses grounding, penguatan fisik, serta menumbuhkan kesadaran akan kebesaran ciptaan Tuhan. Interaksi langsung dengan alam memberikan efek relaksasi, membangkitkan energi positif, dan memperbaiki keseimbangan emosional pasien.

Dua bentuk terapi ini terbukti memberikan perubahan signifikan pada pasien, seperti yang terlihat pada kasus HN dan WN. Kedua pasien menunjukkan kemajuan pada aspek psikologis (lebih tenang, tidak marah-marah, tidak menyendiri), spiritual (kembali salat dan berdzikir), sosial (lebih komunikatif), dan perilaku sehari-hari (aktif membantu keluarga, menjaga kebersihan diri). Kesaksian dari keluarga masing-masing pasien turut menguatkan efektivitas metode yang digunakan.

Secara teoritis, pendekatan ini sesuai dengan teori tazkiyatun nafs, teori psikoterapi Islam, dan ekoterapi, yang menekankan pentingnya hubungan vertikal dengan Tuhan dan horizontal dengan alam dalam proses pemulihan jiwa. Oleh karena itu, terapi syahadah dan terapi alam di Majelis Nur Hasan dapat dianggap sebagai model penyembuhan holistik yang relevan untuk diterapkan dalam konteks masyarakat Indonesia yang religius dan dekat dengan alam.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, kami ingin menyampaikan beberapa saran untuk pengembangan lebih lanjut dalam penerapan metode terapi syahadat dan alam di Majelis Nur Hasan Sokaraja :

### **1. Bagi Terapis**

Diharapkan agar terapis terus meningkatkan kualitas pelayanan terapi syahadah dan terapi alam dengan pendekatan yang lebih sistematis dan profesional. Terapis juga sebaiknya melakukan pencatatan dan evaluasi berkala terhadap perkembangan pasien, serta memperbarui metode sesuai dengan kebutuhan masing-masing individu agar hasil terapi lebih maksimal.

### **2. Bagi Pasien**

Diharapkan pasien dapat mengikuti proses terapi dengan disiplin dan keterbukaan, serta terus membina hubungan spiritual dengan Allah sebagai bagian dari proses penyembuhan. Pasien juga diharapkan menjaga pola hidup sehat, menghindari hal-hal yang memicu kekambuhan, dan senantiasa berupaya membangun kembali motivasi hidup yang positif.

### **3. Bagi Ibu Pasien**

Ibu sebagai sosok yang paling dekat dengan pasien diharapkan dapat memberikan dukungan emosional dan spiritual yang berkelanjutan. Kehadiran dan perhatian seorang ibu sangat membantu proses pemulihan mental pasien. Selain itu, ibu juga diharapkan menjalin komunikasi yang baik dengan terapis dan terlibat aktif dalam pemantauan kondisi anaknya.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk meneliti lebih dalam dan luas terkait efektivitas terapi syahadah dan terapi alam, baik melalui pendekatan kualitatif maupun kuantitatif. Peneliti juga dapat membandingkan metode ini dengan terapi lain, serta menelusuri dampaknya dalam jangka panjang terhadap pemulihan kejiwaan pasien.



## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, D. L., & Budiyanto, B. 2020. Konsep Kesehatan Dalam Al-Qur'an Dan Hadis. *Al-Bayan: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Hadist*.
- Alang, Sattu. "Manajemen Terapi Islam Dan Prosedur Pelayanannya." *Bimbingan Penyuluhan Islam* 7, no. 1 2020: hlm 80.
- Arini Ashfia Ni'am, *pijat anatomi berbasis ilmu rogo jati sebagai terapi gangguan jiwa*, skripsi. Purwokerto 2022 , Universitas Islam Negeri prof. k.h. saifuddin zuhri purwokerto.
- Bab, I. 2022. *Skripsi full terapi zikir sebagai pengobatan pecandu narkoba di rehabilitasi ar rahman Palembang*.
- Bloom, N., & Reenen, J. Van. 2019. No Title No Title No Title. *NBER Working Papers*, 6, 89.
- Eka Sri H., "*Kesehatan Mental (Mental Higienic)*," (Banjarmasin: universitas islam kalimantan muhammad asryad al-banjari banjarmasin, 2022): 134
- Faridah, S.2022. Psikologi Ibadah Menyingkap Rahasia Ibadah Perspektif Psikologi. In *Jakarta: Amzah*.
- Fatimatuz Zahroh, and Dewi Mulyani. "Program Rehabilitasi ODGJ Melalui Terapi Spiritual Di Pondok Pesantren X." *Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam*, 2022, 95–102.
- Jamaludin, Ridwan. "Pengaruh Anggaran Dan Gaya Hidup Terhadap Perilaku Konsumen "Survei Pada Konsumen Dari Penjual Pakaian Online Di Pasar Andir Kota Bandung." *Universitas Pendidikan Indonesia "*.
- Jek Amidos Pardede; *Terapi Rehabilitasi Pasien Gangguan Jiwa*, Jurnal Keperawatan Jiwa Medan: Universitas Sari Mutiara Indonesia, 2019.
- John Doe. 2020. *Pengaruh Dokumentasi Terhadap Efisiensi Proses Bisnis*. Jurnal Manajemen Bisnis.
- Khamid, Ahmad. "Pengaruh Terapi Murottal Al - Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa." *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* 15, no. 1 2023: 147–55.
- Kesehatan, U., & Masyarakat, J. 2023. *9431-36952-1-Pb. 5*.

- Khatimah, Husnul, Namira Kamelia Putri, and Riena Maulida. "Terapi Islam Psikosis Pasca Bullying Di Indonesia." *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 1, no. 5 2023: 975–84.
- Kristian Julianto, Errix, and Ikha Ardianti Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan. "Pijat Sebagai Terapi Pada Gangguan Depresi." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 10, no. 4 2022: 715–24.
- Machrom, M. A. N., & Destrity, N. A. 2023. Komunikasi Terapeutik Rohaniawan pada Pelayanan Spiritual Pasien Gangguan Jiwa. *Tuturlogi: Journal of Southeast Asian Communication*.
- Mane, Gabriel, Herni Sulastien, and Maria K. Ringgi Kuwa. "Gambaran Stigma Masyarakat Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 10, no. 1 2022: 185.
- Mekarisce, Arnild Augina. "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat." *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12, no. 3 2020: 145–51.
- Mendrofa, F. A., Iswanti, D. I., & Cabral, G. C. 2022. Pengaruh Strategi Pelaksanaan Keluarga Terhadap Kekambuhan Pasien Odgj. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Mulyanti, M., & Massuhartono, M. 2019. *Terapi Religi Melalui Dzikir Pada Penderita Gangguan Jiwa*.
- Nurwati, D. "Analisis Semiotika Roland Barthez Pada Terapi Zikir Menghadapi Pandemi Covid 19 Di Pondok Pesantren Singa Putih Munfaridin." *Jurnal Heritage* 11 2023.
- Orang, P., Gangguan, D., Odgj, J., & Khamid, A. 2023. *Pengaruh Terapi Murotal Al- qur ' an Terhadap Kualitas Tidur Pendahuluan*. Pada awal September.
- Pargament, K.I., Smith, B.W., Koenig, H.G., dan Perez, L.M. pada tahun 2019. *The Role of Religious Coping in Mental Health Outcome*.
- Pitri, Angela Dwi, Elisabeth Wahyu Savitri, Agnes Dwiana, and Widi Astuti. "[ Review Article ] Exploration of the Benefits of Sunshine in Hypertension Sufferers : A Literature Review Pendahuluan" 01, no. 02

2023.

- Putri, Adita Lintang Kharisma, Sri Lestari, Setia Asyanti, Sepi Indriati, and Mir'atun Hasanah. "Optimalisasi Perawatan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Berbasis Komunitas." *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3, no. 4 2022: 869–79.
- Putri, Zahra Rima, Mohamad Muqoffa, and Bambang Triratma. "Lanskap Terapeutik Sebagai Strategi Pemulihan Pasien Kejiwaan." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Arsitektur* 4, no. 1 2021: 476–87.
- Retrieved Mei 13, 2023, *Pengertian Studi Pustaka dan Ciri-cirinya dalam Penelitian*.
- Satria, Dhian. "Strategi Pengembangan Lahan Perkebunan Kopi Desa Wonosalam Dusun Mangirejo Sebagai Camping Ground Dengan Konsep Ekowisata" 2, no. 2 2023: 48–55.
- Septia, Nor Izzati, Nihayatul Kamal, Politeknik Kesehatan Banjarmasin, and Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. "Kesehatan Mental Dan Ketenangan Jiwa." *Jurnal Islamic Studies* 1, no. 2 2023: 212–21.
- Syafinatu najah, medan 2021. *Implementasi Terapi Ruqyah Dalam Menyembuhkan Pasien Gangguan Jiwa Ringan dipondok Pesantren Zakiyun Najah Desa Firdaus Kecamatan Sirampah*, Universitas Islam Negeri Sumatera Medan.
- Sulistiawaty, Ardiah, Sattu Alang, and Syamsidar. "Metode Terapi Islam Dalam Merawat Pasien." *Jurnal Tabligh* 20, no. 2 2019: 286.
- Ulfah, M. "Psikoterapi Islam Santri Bina Gangguan Jiwa Di Pantj Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman-Yogyakarta," 2022.
- Ulfi Putra Sany. "'Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al Qur'an.' Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia 7.1." *Jurnal Ilmiah Indonesia*, no. February 2022: 1262–78.
- Understanding Therapy: A Comprehensive Review" oleh Andrade, Lillian, et al., dipublikasikan pada tahun 2020
- Understanding Therapy: A Comprehensive
- Waruwu, Marinu. "Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian

Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif Dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method).” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 1 2023: 2896–2910.

Wulan Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Ratna. “Model-Model Terapi Mental Dalam Islam.” *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 18, no. 01 2021: 14–29.





**LAMPIRAN - LAMPIRAN**

*Lampiran 1*

**PEDOMAN WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI DENGAN JUDUL  
“METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM BAGI PENDERITA  
GANGGUAN JIWA DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS”**

**Peneliti : Atik Nur Syafifah**

**A. Wawancara dengan Pimpinan majelis nur hasan sokaraja banyumas**

1. Bisa ceritakan sejarah tentang Majelis Nur Hasan ini ?
2. bisa diceritakan bagaimana proses penyembuhan pasien di sini dilakukan?
3. Apa maksudnya terapi alam di sini, Pak?
4. Jadi terapi ini lebih ke pemulihan jiwa melalui unsur alam?
5. Lalu bagaimana dengan terapi syahadah?
6. Apakah ada visi misinya, Pak?
7. Apa ada tantangan dalam proses ini?
8. Menurut Bapak, seberapa besar peran keluarga dalam proses pemulihan ini?
9. Pesan Bapak untuk masyarakat tentang penyembuhan gangguan jiwa?

**B. Wawancara dengan pasien majelis nur hasan sokaraja banyumas**

1. Bagaimana kondisi kesehatan mental Anda saat ini setelah menjalani proses terapi di Majelis Nur Hasan?
2. Apa yang menjadi latar belakang atau penyebab Anda mengalami gangguan jiwa?
3. Sejak usia berapa Anda mulai menggunakan obat-obatan, dan bagaimana perkembangan kondisi Anda setelahnya?
4. Bagaimana proses Anda bisa sampai mendapatkan perawatan di Majelis Nur Hasan?
5. Berapa lama Anda menjalani terapi di Majelis Nur Hasan, dan apa saja bentuk terapi yang Anda ikuti selama berada di sana?
6. Apa yang Anda rasakan selama menjalani proses terapi, baik secara fisik maupun psikologis?

7. Perubahan apa yang paling signifikan Anda rasakan setelah mengikuti rangkaian terapi selama 40 hari?
8. Apakah Anda masih menjalani proses kontrol atau pendampingan setelah kembali dari Majelis? Jika iya, bagaimana bentuknya?
9. Apa pesan atau nasihat yang ingin Anda sampaikan kepada anak-anak muda yang sedang berjuang melawan penyalahgunaan narkoba atau gangguan jiwa?

**C. Wawancara dengan ibu dari pasien di majelis nur hasan sokaraja banyums**

1. Bagaimana kondisi awal sebelum menjalani terapi di Majelis Nur Hasan?
2. Apa yang mendorong Ibu memutuskan untuk membawa anak Ibu mengikuti terapi di Majelis Nur Hasan?
3. Bagaimana proses terapi yang dijalani oleh Anak Ibu selama berada di Majelis Nur Hasan?
4. Setelah kembali ke rumah, perubahan apa saja yang paling terlihat ?
5. Apakah Ibu menilai bahwa telah benar-benar pulih setelah menjalani terapi?
6. Menurut Ibu, sejauh mana manfaat terapi syahadah dan terapi alam dalam proses pemulihan ?
7. Bagaimana tanggapan anggota keluarga terhadap perubahan yang terjadi setelah menjalani terapi?
8. Apakah hingga saat ini masih menjalin hubungan atau komunikasi dengan pihak Majelis Nur Hasan?
9. Apa pesan yang ingin Ibu sampaikan kepada para orang tua yang memiliki anak dengan kondisi serupa?

*Lampiran 2*

**HASIL WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI DENGAN JUDUL  
“METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM BAGI PENDERITA  
GANGGUAN JIWA DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS”**

Narasumber : R Felly Gesit Dwi Pramesti  
Tanggal Wawancara : 18 Maret 2025  
Tempat : Majelis Nur Hasan, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten  
Banyumas  
Wawancara oleh : Peneliti Atik Nur Syafifah

**Pertanyaan** : Bisa Bapak ceritakan sejarah tentang Majelis Nur Hasan ini, Pak?

**Jawaban** : Yaa bisa, Mba. Jadi sebenarnya gagasan awal untuk mendirikan Majelis Nur Hasan ini sudah ada sejak tahun 2009. Tapi baru bisa benar-benar berdiri secara resmi pada tahun 2017 karena waktu itu banyak kendala. Seperti belum siap tempatnya, keterbatasan waktu, dan juga belum ada sumber daya yang cukup. Saya mendirikan majelis ini karena kepedulian terhadap orang-orang dengan gangguan jiwa, terutama yang terlantar di jalanan, yang kadang tidak dirawat oleh keluarga maupun pihak manapun. Dulu saya sering diminta masyarakat untuk bantu menyembuhkan mereka. Bahkan saya pernah keliling dari Semarang, Jakarta, sampai Tasikmalaya untuk menolong mereka, kadang secara sukarela saya jemput sendiri dari jalanan. Banyak dari mereka datang ke sini dalam kondisi yang sangat berat, dengan latar belakang yang berbeda-beda. Ada yang karena trauma masa lalu, ada yang karena kecanduan narkoba, tekanan ekonomi, bahkan karena keturunan. Saya juga kadang datang ke rumah pasien, apalagi kalau pasiennya tidak bisa komunikasi atau susah dikendalikan. Tapi ada juga yang cukup rawat jalan, kontrol saja secara berkala ke sini.

**Pertanyaan** : Baik Pak, bisa diceritakan bagaimana proses penyembuhan pasien di sini dilakukan?

**Jawaban** : Ya, di sini kami menggunakan pendekatan alami dan spiritual. Terutama lewat terapi syahadah dan terapi alam. Pasien kita arahkan untuk kembali kepada dirinya sendiri, kepada fitrah yang bersih. Kalau sudah tenang, beban pikirannya akan jauh berkurang.

**Pertanyaan** : Apa maksudnya terapi alam di sini, Pak?

**Jawaban** : Alam itu penyembuh. Manusia asalnya dari tanah, air, udara, dan api. Jadi kalau diajak berinteraksi dengan alam misalnya mandi di sungai, duduk di bawah pohon, dengar suara burung jiwanya lebih mudah tenang. Kita ajak mereka menyatu dengan alam, supaya bisa menyatu juga dengan diri sendiri. Ada yang terapi sambil berkebun, menyiram bunga, atau sekadar jalan di sawah. Setelah itu biasanya mereka berendam di sungai atau di bak air di majelis ini. Itu semua bagian dari terapi.

**Pertanyaan** : Jadi terapi ini lebih ke pemulihan jiwa melalui unsur alam?

**Jawaban** : Betul iya mba, kita tidak hanya menyuruh mereka minum obat. Bahkan kadang tidak perlu obat, yang penting dia bisa mengenali dirinya lagi. Misalnya duduk di bawah pohon besar sambil dzikir, itu sangat membantu. Alam mengingatkan mereka bahwa mereka bagian dari ciptaan Allah.

**Pertanyaan** : Lalu bagaimana dengan terapi syahadah Pak?

**Jawaban** : Syahadah itu fondasi, kita ajak mereka mengucapkan syahadat, bukan hanya di mulut, tapi juga di hati, nah tujuannya supaya mereka kembali sadar siapa diri mereka sebagai hamba Allah, kita bimbing pelan-pelan, sambil dzikir dan doa, kalau sudah ada kesadaran spiritual, biasanya jiwanya jadi lebih stabil, syahadah ini kita mulai setiap kegiatan terapi, baik terapi alam maupun mandi di laut atau di sungai.

**Pertanyaan** : Apakah ada visi misinya, Pak?

**Jawaban** : Ada, Mba Visi kita di sini adalah menyambungkan urusan dunia dan akhirat melalui pendekatan spiritual, sosial, dan penyembuhan holistik. Kalau misinya, ya ada beberapa. Seperti menyelaraskan kehidupan dunia dan akhirat, menyelenggarakan dzikir rutin, kajian tasawuf, membantu mustahik, dan menyembuhkan penyakit lahir dan batin, termasuk kesurupan, gangguan sihir, sampai gangguan kejiwaan.

**Pertanyaan** : Apa ada tantangan dalam proses ini?

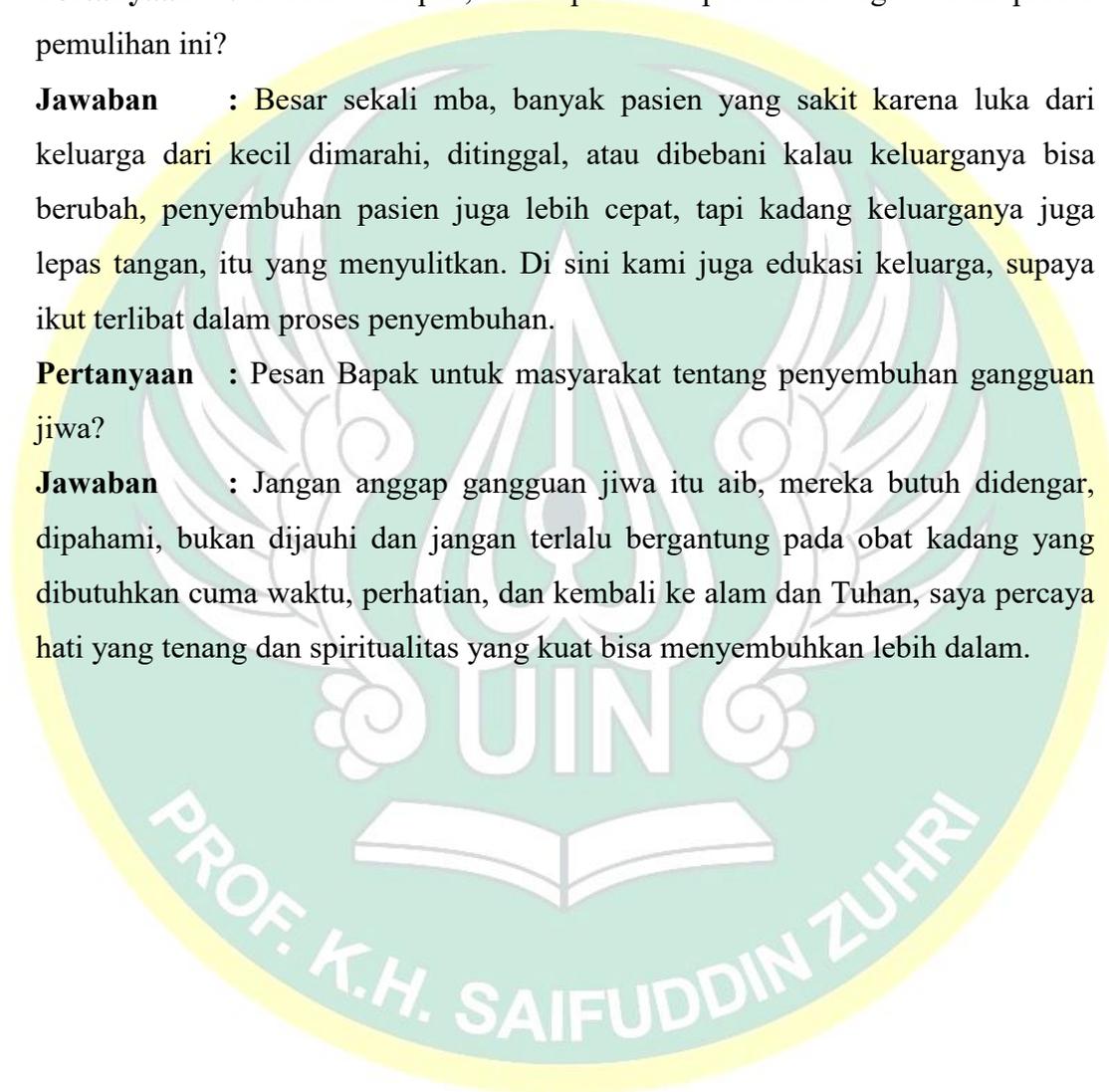
**Jawaban** : Banyak mba kadang pasien datang dalam kondisi yang sangat berat, emosional, bahkan sulit diajak komunikasi tapi dengan pendekatan lembut, pelan-pelan mereka mulai terbuka, yang penting sabar dan tidak menyerah. Kadang malah keluarganya yang kurang sabar.

**Pertanyaan** : Menurut Bapak, seberapa besar peran keluarga dalam proses pemulihan ini?

**Jawaban** : Besar sekali mba, banyak pasien yang sakit karena luka dari keluarga dari kecil dimarahi, ditinggal, atau dibebani kalau keluarganya bisa berubah, penyembuhan pasien juga lebih cepat, tapi kadang keluarganya juga lepas tangan, itu yang menyulitkan. Di sini kami juga edukasi keluarga, supaya ikut terlibat dalam proses penyembuhan.

**Pertanyaan** : Pesan Bapak untuk masyarakat tentang penyembuhan gangguan jiwa?

**Jawaban** : Jangan anggap gangguan jiwa itu aib, mereka butuh didengar, dipahami, bukan dijauhi dan jangan terlalu bergantung pada obat kadang yang dibutuhkan cuma waktu, perhatian, dan kembali ke alam dan Tuhan, saya percaya hati yang tenang dan spiritualitas yang kuat bisa menyembuhkan lebih dalam.



*Lampiran 3*

**HASIL WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI DENGAN JUDUL  
“METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM BAGI PENDERITA  
GANGGUAN JIWA DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS”**

Narasumber : HN  
Tanggal Wawancara : 8 April 2025  
Tempat : Desa Kradenan, Kecamatan Sumpiuh, Kabupaten  
Banyumas.  
Wawancara oleh : Peneliti Atik Nur Syafifah

**Pertanyaan** : Apa yang menjadi penyebab utama Mas HN mengalami gangguan jiwa sebelum menjalani terapi?

**Jawaban** : Semuanya bermula dari saya sering dibully sejak SMP Mba awalnya cuma dikatain dan dijauhin, tapi lama-lama jadi lebih kasar, seperti disoraki di depan umum malah saya pernah didorong dan dijambak itu yang bikin saya merasa hidup ini ngga ada gunanya dan saya mulai takut bertemu orang saya juga sering menangis sendiri dan bahkan dengar suara-suara yang membuat saya tambah takut

**Pertanyaan** : Berapa lama Mas HN mengalami kondisi tersebut, dan bagaimana dampaknya pada kehidupan sehari-hari?

**Jawaban** : Saya mengalami itu dari kelas 7 awal masuk sekolah mba, setiap hari sekolah terasa seperti menakutkan mba kadang pulang sekolah saya cuma nangis di kamar, ngomong sendiri, tertawa sendiri, dan marah-marah tanpa sebab yang jelas mba, saya juga sering melihat bayangan-bayangan yang bikin saya panik saya jarang mandi, malas makan, dan mulai meninggalkan salat saya sering mengurung diri dan pernah coba kabur dari rumah.

**Pertanyaan** : Bagaimana kondisi Mas HN saat itu dari sisi hubungan dengan keluarga?

**Jawaban** : Keluarga saya sangat bingung dan lelah mengurus saya karena perubahan saya yang drastis dan perilaku yang tidak bisa diprediksi.

**Pertanyaan** : Apa yang membuat Mas HN akhirnya memutuskan untuk menjalani terapi di Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : Sebelumnya saya sudah dibawa ke dokter, tapi kondisinya tidak banyak berubah si mba, jadi ada tetangga yang menyarankan saya untuk mencoba terapi di Majelis Nur Hasan karena terapi di sana menggabungkan pendekatan agama dan alam, akhirnya saya dibawa ke sana untuk menjalani terapi.

**Pertanyaan** : Berapa lama durasi terapi yang Bapak jalani dan seperti apa kegiatan terapi tersebut?

**Jawaban** : Saya menjalani terapi selama 40 hari. Setiap hari ada kegiatan seperti zikir, membaca syahadat, doa bersama, mandi di sungai, dan berjemur pagi. Awalnya memang berat, tapi seiring waktu hati saya mulai menjadi lebih tenang.

**Pertanyaan** : Apa perubahan yang paling Mas HN rasakan selama proses terapi berlangsung?

**Jawaban** : Yang paling terasa adalah ketenangan batin saya si mba, Suara-suara yang dulu sering saya dengar sekarang sudah hilang perlahan saya mulai bisa salat lagi dan bisa berinteraksi dengan orang lain saya juga ikut kegiatan solawatan bersama para santri, dan rasanya hidup saya mulai pulih secara perlahan.

**Pertanyaan** : Setelah menjalani terapi, apa perubahan terbesar yang dirasa Mas HN?

**Jawaban** : Saya menjadi lebih tenang, tidak mudah marah sendiri dan bisa tidur dengan nyenyak saya juga mulai percaya diri, bisa membantu orang tua di rumah, dan kini saya bisa bercerita tanpa rasa takut.

**Pertanyaan** : Apakah Mas HN masih melakukan kontrol setelah terapi selesai?

**Jawaban** : Iya, saya masih kontrol sebulan sekali. Biasanya saya ikut zikir dan ngobrol dengan Bapak di Majelis Nur Hasan supaya kondisi saya tetap stabil.

**Pertanyaan** : Apakah mas HN punya pesan untuk anak-anak muda yang mungkin mengalami masalah serupa?

**Jawaban** : Saya ingin bilang, kalau kamu dibully, jangan pendam sendiri ceritakan pada orang yang kamu percaya supaya tidak makin parah dan buat yang suka ngebully, tolong sadar bahwa ejekan kalian bisa sangat menyakitkan dan merusak kesehatan mental orang lain.



*Lampiran 4*

**HASIL WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI DENGAN JUDUL  
“METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM BAGI PENDERITA  
GANGGUAN JIWA DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS”**

Narasumber Pasien : WN

Tanggal Wawancara : 10 April 2025

Tempat Wawancara : Desa Salamerta, Kecamatan Mandiraja, Kabupaten  
Banjarnegara

Wawancara oleh : Peneliti Atik Nur Syafifah

**Pertanyaan** : Bagaimana kondisi Bapak sebelum mengikuti terapi syahadat dan terapi alam di Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : Waktu itu saya memang sedang terpuruk banget mba setelah cerai sama istri saya merasa seperti orang yang kehilangan arah, sepi tiap hari nangis, males makan, tidur pun susah saya cuma pengen menyendiri terus, ngga mau ketemu orang sama sekali.

**Pertanyaan** : Apakah saat itu Bapak pernah mengalami keinginan untuk menyakiti diri sendiri atau perasaan putus asa?

**Jawaban** : Iya... sangat saya sempat kepikiran buat ngilang aja dari dunia ini mba rasanya hidup udah ngga ada gunanya lagi bahkan saya pernah kabur dari rumah, jalan kaki muter-muter ngga jelas sampai ke luar desa karena bingung mau ke mana, itu saya saja ngga sadar mba, diceritain begitu.

**Pertanyaan** : Bagaimana Bapak akhirnya bisa sampai ke Majelis Nur Hasan untuk menjalani terapi?

**Jawaban** : Saya diajak sama saudara dia bilang di sini ada tempat yang bisa bantu orang-orang yang stres berat, yang ngerasa kehilangan arah kayak saya. Awalnya saya ragu, tapi karena udah ngga sanggup lagi, akhirnya saya nurut aja dan ikut ke sini.

**Pertanyaan** : Apa yang Bapak rasakan setelah menjalani terapi di Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : Alhamdulillah, pelan-pelan hati saya jadi lebih tenang, lebih ikhlas lagi mba, di sini saya diajarin salat lagi, dzikir, baca syahadat. Rasanya beda kaya ada kekuatan baru yang masuk ke hati saya juga ikut mandi di sungai, berjemur pagi. Awalnya berat, tapi lama-lama badan rasanya lebih segar dan pikiran ngga semrawut lagi.

**Pertanyaan** : Bagaimana kondisi Bapak saat ini setelah menjalani terapi tersebut?

**Jawaban** : Sekarang, insyaAllah, saya jauh lebih baik mba, saya sudah bisa salat lima waktu, meskipun baca Qur'an masih belum lancar saya juga udah mulai ngobrol sama orang lagi, ngga takut hubungan saya sama ibu juga makin dekat, saya sering bantu-bantu di rumah, gak nyusahin lagi kayak dulu.

**Pertanyaan** : Menurut Bapak, seberapa besar manfaat dari terapi syahadat dan terapi alam ini?

**Jawaban** : Besar banget manfaatnya mba menurut saya sendiri ngga cuma buat fisik tapi batin saya juga terasa lebih kuat, dulu saya ngerasa kosong banget sekarang hati saya mulai terisi lagi rasanya kaya lebih legowo menerima semua ini mba.

**Pertanyaan** : Selama menjalani terapi, apa kegiatan yang paling berkesan bagi Bapak?

**Jawaban** : Yang paling berkesan itu pas dzikir bareng dan mandi di sungai pagi-pagi rasanya adem banget, bukan cuma di badan tapi juga di hati saya jadi merasa lebih ringan dan ngga sesak kayak dulu ada suasana damai yang sulit dijelasin.

**Pertanyaan** : Apakah setelah terapi Bapak masih menjalani kontrol atau datang kembali ke Majelis?

**Jawaban** : Iya, saya masih sering ke sana si mba, Kadang seminggu sekali atau dua minggu sekali biasanya buat ikut dzikir atau cuma cerita-cerita gitu mba rasanya nyaman aja kalau balik kesana, semacam pengingat biar ngga balik ke kondisi dulu.

**Pertanyaan** : Apakah Bapak punya pesan untuk orang-orang yang sedang mengalami masalah seperti yang pernah Bapak alami?

**Jawaban** : Pesan saya, jangan dipendam sendiri Kalau merasa ngga kuat cari orang yang bisa dipercaya, cerita, minta bantuan jangan malu dan buat yang punya keluarga atau teman kaya saya dulu, tolong jangan tinggalin ladang cuma didengerin aja udah bikin hati tenang.



*Lampiran 5*

**HASIL WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI DENGAN JUDUL  
“METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM BAGI PENDERITA  
GANGGUAN JIWA DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS”**

Narasumber Ibu Pasien : Ibu S

Tanggal Wawancara : 8 April 2025

Tempat Wawancara : Desa Kradenan, Kecamatan Sumpiuh, Kabupaten  
Banyumas

Wawancara oleh : Peneliti Atik Nur Syafifah

**Pertanyaan** : Bagaimana kondisi anak Ibu, Mas HN, sebelum menjalani terapi di Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : Dulu HN itu anaknya ceria, rajin sekolah, dan suka bantu-bantu di rumah tapi waktu usianya masuk 14 tahun, mulai terlihat beda dia jadi murung, gampang marah, kami kira awalnya cuma stres biasa tapi setelah saya cari tahu, ternyata dia sering dibully di sekolah dikatain, dijauhin, bahkan kadang diperlakukan kasar secara fisik itu sedih banget mba saya sebagai orang tua, rasanya seperti ikut hancur melihat anak sendiri digituin mba.

**Pertanyaan** : Apa yang mendorong Ibu akhirnya membawa HN untuk mengikuti terapi di Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : Kami sudah coba banyak cara mulai dari periksa ke dokter, terapi medis, sampai minum obat. Tapi kondisi HN sering kambuh dia tidur ngga teratur, suka teriak-teriak ngga mau makan sama mandi mba kami hampir putus asa. terus ada tetangga yang cerita tentang Majelis Nur Hasan, tempat terapi yang mendekat dengan dzikir sama terapi alam mba, saya langsung ajak HN ke sana dengan harapan ada jalan kesembuhan.

**Pertanyaan** : Bagaimana proses terapi yang dijalani HN di Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : HN menjalani terapi selama 40 hari, kegiatannya meliputi dzikir, membaca syahadat setiap malam dan pagi, mandi di sungai, dan berjemur pagi.

Awalnya dia ngga mau nurut susah diajak komunikasi. Tapi lama-lama mulai tenang wajahnya tampak lebih adem dan ngga takut-takutan lagi dia juga mulai ikut kegiatan solawatan dan bisa ngobrol sama orang lain. Alhamdulillah perlahan ada perubahan sedikit-sedikit mba.

**Pertanyaan** : Setelah kembali ke rumah, apa saja perubahan yang paling terlihat dari HN?

**Jawaban** : Perubahannya sekarang dia bisa bantu nyapu, nyuci sendiri, shalatnya sudah rajin lagi bahkan mulai baca Al-Qur'an meskipun belum lancar yang paling bikin saya lega dia ngga ngomong sendiri atau ngamuk-ngamuk lagi saya merasa anak saya yang dulu akhirnya kembali.

**Pertanyaan** : Apakah Ibu merasa HN sudah benar-benar sembuh?

**Jawaban** : InsyaAllah sudah mba, tapi saya tetap hati-hati saya terus dampingi dia dan kami juga masih rutin kontrol ke Majelis Nur Hasan sebulan sekali saya selalu bersyukur atas perkembangan ini mba rasanya seperti Allah kasih saya kesempatan kedua bersama anak saya.

**Pertanyaan** : Apakah Ibu melihat manfaat dari terapi syahadat dan terapi alam bagi proses pemulihan HN?

**Jawaban** : Sangat terasa manfaatnya Mba Bukan cuma tenangin pikiran, tapi juga bikin dia lebih dekat sama agama mandinya di sungai, dzikir, syahadat, semuanya membentuk kebiasaan baik Itu yang bikin batinnya kuat lagi saya percaya si mba terapi ini menyentuh sisi yang dulu ngga tersentuh waktu terapi biasa.

**Pertanyaan** : Bagaimana tanggapan keluarga terhadap perubahan HN setelah terapi?

**Jawaban** : Keluarga yaa senang mba neneknya sampai nangis waktu lihat HN bisa senyum dan salat lagi adiknya juga sekarang bisa main bareng tanpa takut dulu rumah rasanya tegang terus sekarang lebih hangat semua seperti ikut sembuh bersama HN.

**Pertanyaan** : Apakah sampai saat ini HN masih menjalin hubungan dengan pihak Majelis?

**Jawaban** : Masih, kami biasanya datang ke sini sebulan sekali kadang cuma untuk dzikir bareng atau silaturahmi mba, menurut saya penting biar dia tetap kekontrol si mba dan HN juga senang kalau ke sana dia bilang suasananya bikin hati tenang.

**Pertanyaan** : Apa pesan Ibu untuk orang tua lain yang memiliki anak dengan gangguan serupa?

**Jawaban** : Pesan saya jangan anggap enteng perubahan sikap anak kalau anak mulai tertutup, murung, atau sering menyendiri, itu tanda yang harus diperhatikan Dan yang paling penting terus dampingi anak dengan sabar dan kasih sayang.



*Lampiran 6*

**HASIL WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI DENGAN JUDUL  
“METODE TERAPI SYAHADAT DAN ALAM BAGI PENDERITA  
GANGGUAN JIWA DI MAJELIS NUR HASAN SOKARAJA BANYUMAS”**

Narasumber Ibu Pasien : Ibu K

Tanggal Wawancara : 10 April 2025

Tempat Wawancara : Desa Salamerta, Kecamatan Mandiraja, Kabupaten  
Banjarnegara

Wawancara oleh : Peneliti Atik Nur Syafifah

**Pertanyaan** : Ibu, boleh diceritakan bagaimana kondisi Mas WN sebelum menjalani terapi di Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : Sebelum terapi WN itu berubah total sejak cerai sama istrinya, dulu anaknya pendiam tapi sopan tapi setelah kejadian itu jadi tertutup banget. Dia sering nangis sendiri, ngga mau makan, susah tidur dan selalu nyendiri kalau diajak bicara juga nggak nyambung, malah kadang marah.

**Pertanyaan** : Apa yang Ibu rasakan sebagai orang tua ketika melihat kondisi tersebut?

**Jawaban** : Sedih banget Mba, Saya sampai bingung harus gimana anak yang biasanya saya rawat dengan kasih sayang tiba-tiba seperti orang asing. Pernah juga dia hilang dari rumah, kami sekeluarga panik waktu ketemu dia lagi duduk di pinggir jalan, linglung, kaya ngga tahu dirinya ada di mana.

**Pertanyaan** : Apa saja yang sudah Ibu lakukan sebelum akhirnya membawa WN ke Majelis Nur Hasan?

**Jawaban** : Kami sempat bawa ke dokter jiwa di rumah sakit dikasih obat, iya, tapi cuma bikin tidur habis bangun ya tetap seperti itu lagi udah konsultasi ke beberapa orang bahkan coba pengobatan alternatif juga tapi belum ada hasil. Sampai akhirnya ada saudara yang cerita soal Majelis Nur Hasan ini katanya di

sini ada terapi agama dan terapi alam nah saya langsung tertarik dan bawa WN ke sini.

**Pertanyaan** : Bagaimana proses terapi yang dijalani WN selama di Majelis?

**Jawaban** : Di sini WN ikut dzikir dan syahadat tiap pagi, mandi di sungai, berjemur, dan salat berjamaah, dia susah banget diajak ikut tapi pelan-pelan, mungkin karena suasananya tenang dan pendampingnya sabar, dia mulai terbuka saya lihat sendiri dia mulai bisa senyum lagi.

**Pertanyaan** : Perubahan apa yang paling Ibu rasakan dari WN setelah mengikuti terapi?

**Jawaban** : Alhamdulillah, sekarang WN udah beda jauh dia bisa salat lagi, bisa ngobrol sama saya dan udah mulai bantu-bantu di rumah yang bikin saya terharu dia bilang sendiri ke saya, "Bu, sekarang aku pengen sembuh beneran." Dulu mah jangankan ngomong begitu manggil saya aja nggak mau.

**Pertanyaan** : Apakah Ibu merasa WN sudah benar-benar sembuh?

**Jawaban** : InsyaAllah sudah jauh lebih baik, Mba tapi ya saya tetap jaga dan pantau dia mba saya ajak ngobrol tiap hari salat bareng juga kalau bisa kami juga masih kontrol rutin ke Majelis tiap bulan saya ngga mau lengah.

**Pertanyaan** : Apa kegiatan terapi yang menurut Ibu paling berdampak pada perubahan WN?

**Jawaban** : Yang paling terasa itu syahadat, dzikir dan disungai. Saya lihat setelah itu dia jadi lebih tenang, ngga gelisah terus kaya dulu mungkin karena selain fisiknya dibersihkan, pikirannya juga ikut ringan.

**Pertanyaan** : Bagaimana peran keluarga dalam mendampingi WN setelah terapi?

**Jawaban** : Keluarga sekarang lebih perhatian adik-adiknya juga saya minta untuk lebih dekat dan ngajak ngobrol kami berusaha ciptakan suasana yang nyaman di rumah supaya WN merasa didukung dan dicintai.

**Pertanyaan** : Apakah ada pesan yang ingin Ibu sampaikan kepada orang tua lain yang mengalami hal serupa?

**Jawaban** : Ada Mba, Jangan pernah menyerah kalau lihat anak mulai berubah, segera cari bantuan dan jangan malu untuk minta pertolongan, baik itu

medis maupun spiritual, di Majelis Nur Hasan ini kami saya pribadi merasa sangat dibantu.



*Lampiran 7***Dokumentasi**

*Lampiran 8***DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. Data Pribadi**

Nama : Atik Nur Syafifah  
 Tempat dan Tanggal Lahir : Banyumas, 12 juni 2002  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Status Pernikahan : Belum Menikah  
 Warga Negara : Indonesia  
 Alamat : Desa Kemawi Rt 1/4, Kec. Somagede,  
 Kab. Banyumas, Prov. Jawa Tengah  
 E-mail : [atiknursyafifah@gmail.com](mailto:atiknursyafifah@gmail.com)  
 No. Hp : 081916639355

**B. Riwayat Pendidikan**

PAUD : Semangka 1 Kemawi  
 TK : Pertiwi 2 Kemawi  
 SD/ MI : SDN 3 Kemawi  
 SMP/ MTS : MTS N 1 Kemranjen  
 SMA/ SMK : MAN 1 Banyumas  
 Perguruan Tinggi : UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

**C. Pengalaman Organisasi**

IPPNU Ranting Desa Kemawi  
 Pengurus Pondok Pesantren Nurussyifa  
 PMII UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto