

TERAPI SUFISTIK DALAM MENGATASI GANGGUAN KEJIWAAN DI GRIYA TERAPI ELKAYYIS JATIBARANG BREBES

Zakiyatun¹; Eva Latipah²; Ismatul Izzah³

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

zakiyatunzak@gmail.com, eva.latipah@uin.suka.ac.id

Abstract

Good spiritual and mental endurance will fortify themselves from problems with disturbances in themselves or what are commonly called mental disorders. Therefore, it is necessary to have good spiritual and mental endurance, in order to be able to fortify himself from these disorders. The research method uses qualitative methods, namely research procedures that produce descriptive data. Data collection techniques use observation, documentation and interviews. This research took place at Griya Therapy Elkayyis in Jati Barang, Brebes, Central Java. This study describes the initial method, namely the general method by diagnosing mental disorders that occur starting from the background, symptoms, and therapy that will be carried out. The second step is to continue with the Sufistic therapy method, namely repentance, prayer, fasting, and dhiker. The obstacles that occur in the healing process of mental disorders at Elkayyis Therapy Center are the first lack of the number of therapists who handle, the lack of scientific aspects possessed and the lack of initial information to diagnose patients.

Keywords : *Therapy, Sufism, Mental Disorders*

Abstrak: Daya tahan spiritual dan mental yang baik akan membentengi diri dari permasalahan gangguan pada dirinya atau yang biasa disebut gangguan mental. Maka dari itu diperlukan daya tahan spiritual dan mental yang baik, agar dapat membentengi dirinya dari gangguan tersebut. Metode Penelitian menggunakan metode kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, dokumentasi dan wawancara. Penelitian ini mengambil lokasi di Griya Terapi Elkayyis di Jati Barang, Brebes, Jawa Tengah. Penelitian ini mendeskripsikan metode awal yaitu metode umum dengan mendiagnosa gangguan jiwa yang terjadi mulai dari latar belakang, gejala, dan terapi yang akan dilakukan. Langkah kedua adalah dilanjutkan dengan metode terapi sufistik yaitu dengan taubat, shalat, puasa, dan dzikir. Hambatan yang terjadi dalam proses penyembuhan gangguan jiwa di Griya Terapi Elkayyis adalah pertama adalah kurangnya jumlah terapis yang menangani, minimnya segi keilmuan yang dimiliki dan kurangnya informasi awal untuk mendiagnosa pasien.

Kata Kunci : Terapi, Tasawuf, Gangguan Jiwa

PENDAHULUAN

Dalam menjalani sebuah kehidupan manusia tidak akan terlepas dari sebuah interaksi yaitu interaksi dengan dirinya ataupun dengan orang lain. Dalam melakukan interaksi tersebut seseorang akan mengalami permasalahan kehidupan atau stresol psikososial yaitu keadaan yang merubah kehidupan seseorang Berdasarkan masalah yang terjadi tersebut, jika seseorang tidak memiliki daya tahan spiritual dan mental yang baik akan menyebabkan seseorang mudah mengalami sebuah gangguan pada dirinya atau yang biasa disebut gangguan mental. Maka dari itu diperlukan daya tahan spriritual dan mental yang baik, agar dapat membentengi dirinya dari gangguan tersebut. Gangguan kejiwaan itu sindrom atau sekelompok gejala yang mempengaruhi kondisi psikologi, pikiran, tingkah laku bahkan perasaan sampai kemudian mempengaruhi pola sikap dan sifat seseorang menjadi tidak normal atau diluar nalar. Para pakar dalam pskiatri sudah mengakui bahwa setiap jiwa manusia tentu mempunyai beberapa kebutuhan dasar untuk menlangsungkan kehidupannya. Tiga macam kebutuhan dasar yang harus dimiliki setiap manusia adalah kebutuhan rohani, kebutuhan jasmani dan kebutuhan sosial. Apabila tiga kebutuhan tersebut tidak terpenuhi maka, manusia akan mengikuti atau menyesuaikan diri dengan kondisinya. Masalah-masalah tersebut sangat banyak kita temui dalam kehidupan sehari-hari, tidak jarang kita temui banyak orang yang tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan dirinya. Hal tersebut menyebabkan terjadinya sebuah konflik atau pertentangan dalam dirinya atau yang biasa disebut konflik dalam batin. Konflik tersebut menimbullkan sebuah ketidakseimbangan dalam kebutuhan rohani Kebutuhan rohani akan mulai kusut jika konflik atau pertentangan tersebut tidak diatasi dengan baik. (Jalaluddin 2012) Gangguan jiwa adalah pola atau sindrom dalam perilaku, atau psikologik seseorang . Secara khusus tersebut gangguan jiwa merupakan sesuatu yang berkaitan dengan gejala penderitaan (*distress*) atau hendaya (*impairment/disability*) di dalam satu atau lebih fungsi yang penting dari manusia.(Rusdi, 2001)

Gangguan jiwa merupakan sebuah kondisi seseorang yang mengalami keterbelakanagan mental sehingga menyebabkan seseorang tersebut kesulitan dalam berinteraksi dengan masyarakat. Gangguan jiwa secara klinis adalah suatu hal yang berhubungan dengan penderitaan atau *distress* yang akan menyebabkan sebuah kecacatan atau disabilitas pada fungsi manusia. (Sarmila, Ahmad Ridfah 2022). Menurut Frederick H. Kanfer dan Arnold P gangguan jiwa merupakan kesulitan manusia ketika memahami sebuah presepsi kehidupan yaitu kesulitan dalam bersikap pada diri sendiri atau kesulitan jiwa manusia

karena hubungannya dengan orang lain atau. (Ancok, 2001). Gangguan jiwa juga dapat dipahami sebagai sekelompok reaksi dalam jiwa manusia yang mempunyai tanda pengunduran diri dalam gangguan emosional, kehidupan sosial, dan afektif yang tidak jarang akan disertai halusinasi, delusi, dan perbuatan yang akan menimbulkan beberapa dampak negatif pada dirinya sendiri. (Simanjuntak 2008).

Beberapa ciri yang menonjol pada masalah gangguan jiwa terlihat pada unsur kejiwaannya. Hal yang menjadi masalah atau unsur utama adalah pada badan seseorang (somatogenik), lingkungan sosial (sosiogenik), ataupun unsur psikis (psikogenik). Dalam beberapa kasus, penyebab yang menjadikan seseorang mengalami gangguan jiwa tidak hanya tunggal saja, melainkan dari beberapa komplikasi dari banyak unsur yang secara kebetulan terjadi atau bisa jadi saling mempengaruhi sehingga akan menimbulkan masalah dalam jiwa atau gangguan dalam badannya.

Manusia adalah makhluk sosial yang mempunyai keterbatasan dalam segala hal, yaitu terkadang untuk memenuhi kebutuhan hidup ia sering bertolak belakang dengan kemampuan dan ketidakberdayaan pada suatu sisi. Sementara pada sisi lain, misalnya dalam bermasyarakat ia terikat akan aturan yaitu landasan normalitas dan formalitas yang ada. Dalam hal ini Ketika orang tidak mempunyai landasan agama yang kuat akan terjadi gonjangan dalam dirinya. Maka agama merupakan obat jiwa pada seseorang agar dapat menciptakan suatu kondisi yang positif dalam dirinya. Agama sangat berakitan erat dengan kehidupan manusia, pengingkaran terhadap agama mungkin terjadi karena ada beberapa faktor yaitu faktor internal atau kepribadian ataupun faktor eksternal atau lingkungan. (Hamid, 2017) Agama merupakan pedoman hidup bagi manusia yang bertujuan memberikan arah hidup seseorang agar dapat menjalankan sebuah kehidupan yang tertata dengan baik. sehingga seseorang tersebut dapat mendapatkan dua kebahagiaan yaitu akhirat dan dunia. Dalam prespektif Islam seorang muslim yang mempunyai keyakinan tinggi pada agama apabila dia tertimpa suatu masalah, dia tidak akan berputus dan dapat menghadapi masalah tersebut dengan penuh ketenangan. Terapi sufistik merupakan sebuah proses pengobatan melalui berbagai terapi secara rohani yaitu terapi dengan doa, konseling sufistik, terapi fikir (mindhealing), atau penyembuhan dengan beberapa metode sufistik. Pada zaman modern saat ini, terapi sufistik menjadi suatu hal yang penting. Beberapa ahli dokter jiwa meyakini bahwa spiritual keagamaan akan mempengaruhi potensi keimanan seseorang yaitu semakin tinggi spiritualnya maka akan potensi keimanan dirinya kepada Tuhan akan meningkat. Hal tersebut kemudian menggerakkan jiwanya kepada pencerahan

dan spiritual batin sehingga dapat digunakan untuk penyembuhan penyakit. Pada dasarnya, kekuatan spiritual dalam keimanan bahwa Tuhan yang Maha Esa merupakan satu-satunya hal yang menjadi kekuatan dalam penyembuhan dari penyakit yang ia derita. (Abdurrahman, 2010)

Terapi sufistik merupakan sebuah terapi yang dilakukan untuk mengobati penyakit secara kebatinan atau pengobatan dengan metode khusus dalam penyembuhan penyakit mental seseorang karena ketidakmampuan dirinya menyesuaikan diri dalam kehidupan sehari-hari. Terapi sufistik juga dapat dipahami sebagai penyembuhan melalui keyakinan agama atau diskusi personal seseorang dengan guru spiritual. (Abdurrahman 2010). Terapi sufistik tidak hanya sekedar teori, namun juga bersifat praktis. Para sufi sudah membuat beberapa langkah terapi yang harus dilakukan untuk mengobati jiwa pasien. Langkah pertama yang dilakukan adalah memberikan pengertian kepada pasien mengenai jalan menuju keutuhan jiwa dengan cara meningkatkan roh keimanan yang masih lemah, mensucikan niat, memperkuat tekad untuk bertaqwa, dan mengembalikan segala permasalahan kepada Allah SWT sebagai pengatur kehidupan alam. Langkah selanjutnya yaitu memenuhi jiwa dengan keikhlasan, kejujuran, memenuhi kebutuhan jasmani dengan makanan halal, dan menerapi jiwa yang resah melalui dzikir agar menjadi tenang. (An-Najr, 2004). Terapi sufistik bisa dipahami juga sebagai terapi psikoreligius yaitu suatu metode penyembuhan dengan psikoterapi yang menggabungkan dua pendekatan yaitu aspek religius dan aspek kesehatan jiwa. Dua aspek tersebut dilakukan kepada pasien untuk menghilangkan permasalahan dalam jiwanya. (Kartika Sari and Utama Ritonga 2022). Terapi islam terhadap gangguan kejiwaan merupakan terapi dengan penanaman nilai tauhidiah kedalam seseorang dan perbotan secara aplikasi langsung dengan berpegang teguh pada syarat dan prinsip-prinsipnya. Dengan harapan gangguan tersebut akan pergi dari dirinya dan terlahir menjadi insan yang baru dengan segenap potensi, kecerdasan yang suci, terlindung dan terbimbing dari qudrat dan iradatNya. Dalam hal tersebut maka secara tidak langsung terapi sufistik merupakan sebuah solusi dalam mengatasi kegelisahan dalam menentukan keputusan, tujuan, sehingga dapat menentukan langkah dalam mengatasi permasalahan hidup. (Masrur, Salsabila 2021)

Seseorang yang mengalami gangguan jiwa akan didiagnosa terlebih dahulu sebelum diberikan sebuah tindakan. Terdapat berbagai tindakan atau terapi sufistik yang dapat dilakukan untuk gangguan jiwa atau mental seseorang yang bermasalah. Tindakan tersebut dapat dilakukan dengan komunikasi spiritual yaitu bentuk upaya kita dalam menjalin

komunikasi dengan Tuhan. Contoh komunikasi spiritual antara lain, shalat, zikir, doa, dan amalan-amalan batin lainnya. Semakin tinggi tingkat keimnan seseorang, maka akan juga meningkat komunikasi spiritualnya. (Istiani, Zaduqisti 2017) Shalat yang dilakukan umat muslim setiap hari dapat menghilangkan adanya ketegangan dalam jiwa manusia. Hal tersebut dikarenakan terdapat gerak tubuh yang terjadi ketika sholat. Secara fisiologi dengan bergerak akan memberikan dampak nuansa rehat yang baik bagi tubuh manusia. Rasulullah selalu mengingatkan umat Islam untuk selalu waspada dengan sifat amarah. Shalat yang dilakukan akan berdampak secara langsung untuk susunan syaraf manusia yaitu dapat menenangkan gejala yang timbul sehingga dapat menjaganya menjadi tenang. Terapi sufistik yang lain adalah dengan cara terapi puasa. Puasa adalah melatih pikiran dan jiwa agar dapat menghadapi semua yang terjadi dalam dirinya, sehingga seseorang dapat menentukan keputusan secara cepat kemudian merespon keadaan tersebut. Pikiran dan jiwa yang sudah terbiasa melakukan puasa akan memberikan efek yaitu keluarnya dari pertentangan batin yaitu pertentangan akal dan nafsu. Manfaat lain dari terapi puasa adalah dapat mendorong seseorang agar selalu mempunyai sikap menghargai, santun kepada orang lain, dan mempunyai sifat pemaaf. (Elzaky Jamal 2015). Menurut Ancok sebagaimana dikutip Iin Tri Rahayu masalah gangguan jiwa yang sudah mencapai tahap parah dapat diobati melalui terapi puasa. Seorang guru besar yang bernama Nicolayev melakukan terapi puasa selama 30 hari dengan membagi dua kelompok yang sama besar untuk mengatasi masalah gangguan jiwa. Hasil dari terapi banyak pasien yang sembuh dengan cara puasa dan setelah enam tahun mereka tidak kambuh lagi. (Rahayu 2009)

Cara lain untuk mengatasi masalah jiwa dalam Islam adalah menggunakan metode berdzikir. Dzikir merupakan suatu kegiatan yang dilakukan seorang hamba dengan menyebut Asma Allah dengan berulang-ulang. Dzikir yang dilakukan bertujuan untuk menambahkan energi yang positif dan menolak energi negatif yang datang dalam jiwa manusia. Ketika berdzikir harus selalu timbul prasangka baik seorang hamba kepada Tuhan dan seluruh ciptaanNya. Berdzikir dengan menyebut asma Allah adalah sikap batin seseorang. Ketika berdzikir tidak hanya secara lahiriah saja dia mengucapkan, tetapi seseorang tersebut harus menjalankan secara batiniah. Ketika berdzikir batinnya harus merenungi apa yang diucapkannya kemudian memahami arti lafaz tersebut, selain itu seseorang harus mengucapkannya secara fasih. Pengucapan dzikir secara fasih tersebut bertujuan agar hati menjadi lebih konsentrasi sehingga timbul dalam hatinya bahwa ada kemuliaan dan keagungan Allah. (Amin 2008) Menurut Al Maraghi dzikir adalah sebuah

tanda ayat Allah yang akan menjadikan seseorang mengingat kepada Allah melalui mengagungkan dan mengesakan. (Al-Maraghri 2001). Terapi lain dalam langkah penyembuhan gangguan jiwa juga adalah dengan terapi taubat. Taubat mempunyai arti kembali yaitu kembali dari perbuatan maksiat dan dosa menuju perbuatan yang baik dan ketaatan kepada Tuhan. Terdapat kesadaran akan bahaya perbuatan dosa dan keburukan dari kemaksiatan Menurut Solihin, dalam Islam taubat merupakan perilaku meninggalkan perbuatan maksiat dan perbuatan dosa, timbul niat didalam hatinya untuk tidak akan mengulangi lagi. Permasalahan dalam gangguan jiwa akan teratasi dikenakan taubat akan membantu seseorang untuk melepaskan dirinya dari goncangan dan kegelisahan yang dapat mempengaruhi kesehatan jiwanya. Ketika bertaubat akan terjadi perubahan pada tiga sikap yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik pada seseorang tersebut. (Solihin, 2004)

METODE

Metode Penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Metode kualitatif merupakan prosedur penelitian yang akan menghasilkan data secara deskriptif yaitu tulisan, tindakan atau ucapan, yang diamati dari subjek penelitian. Dalam mengumpulkan data menggunakan beberapa metode yaitu metode observasi, metode dokumentasi dan metode wawancara. Teknik analisis data yang digunakan menggunakan model interaktif yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan kesimpulan. Dalam uji keabsahan data menggunakan Teknik triangulasi. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber, triangulasi metode dan triangulasi teori. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif yang dilakukan disebuah tempat yaitu Griya Terapi Elkayyis yang berlokasi di Jati Barang, Brebes, Jawa Tengah. Pembahasan dalam penelitian akan mendeskripsikan mengenai penerapan metode terapi sufistik dalam penyembuhan penderita gangguan jiwa di Griya Terapi Elkayyis Brebes, Jawa Tengah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sejarah Griya Terapi El-Kayyis

Pada awalnya Griya Terapi Elkayyis bertempat di Yogyakarta dengan nama Rumah Sehat Berkah Bermanfaat di Bangunjiwo, Kasihan, Bantul. Praktek dilakukan oleh Bapak Amir di sela-sela kesibukan kuliah secara *home care* atau terapi panggilan. Ketika sudah tamat kuliah, Beliau melanjutkan dengan membuka praktek Griya Terapi Elkayyis di Baturetno, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta. Griya Terapi Elkayyis melayani praktek di tempat dan panggilan. Pada awal tahun 2019, Beliau kembali ke kampung halaman di Brebes, Jawa Tengah. Dengan bekal ilmu yang dimiliki, beliau membuka pusat terapi dan pelatihan di Jatibarang, Brebes, Jawa Tengah. Griya Terapi Elkayyis melayani berbagai macam terapi dengan berbagai metode pengobatan tradisional, holistik dan sunnah. Berdasarkan data yang pernah yang sudah tercatat sudah terdapat ribuan pasien yang sudah pernah dilayani. Pasien datang dengan berbagai macam keluhan dari keluhan fisik biasa hingga keluhan berupa gangguan meta fisik seperti gangguan jin dan gangguan mental. Berikut merupakan gambar brosur yang menjelaskan beberapa penyakit yang dapat ditangani Griya Terapi Elkayyis yaitu,



Gambar 1. Brosur Pengobatan Terapi Griya Elkayyis

Di Griya Terapi Elkayyis pasien perempuan akan ditangani terapis perempuan, sedangkan pasien laki-laki juga akan ditangani oleh terapis laki-laki. Untuk pasien perempuan akan ditangani Ibu Ina Antika dan Ibu Titin, sedangkan untuk pasien laki-laki akan ditangani oleh Bapak Amir dan Bapak Sutha. Griya Terapi Elkayyis juga memberikan layanan Terapi

Home Care atau terapi panggilan bagi pasien yang ingin mendapatkan layanan terapi dirumahnya secara langsung.

Metode Penyembuhan Penderita Gangguan Jiwa di Griya Terapi Elkayyis

Secara umum langkah yang pertama dilakukan di Griya Terapi Elkayyis adalah mendiagnosa dengan tepat gangguan apakah gangguan fisik atau gangguan kejiwaan. Hal selanjutnya yang dilakukan adalah melihat hal yang menjadi latar belakang gangguan tersebut, antara gangguan kejiwaan atautkah gangguan fisiknya. Hal tersebut harus di ketahui dari awal sebab akan menentukan tindakan terapi yang akan dilakukan. Langkah selanjutnya setelah diagnosa sudah terlaksana adalah menentukan jenis terapi. Terapi dilakukan secara teliti dan disiplin sesuai hasil diagnosa, dengan tetap melakukan evaluasi di pasca terapi. Terapi yang lakukan untuk gangguan kejiwaan adalah dengan merubah *mindset* pasien agar pemahamannya berubah tentang sesuatu hal yang berkaitan dengan penyebab, gejala dan solusi bagi kesehatannya, memberi motivasi pada pasien dan keluarga pasien yang merawat karena mereka yang akan bertanggung jawab terhadap pasien dan juga setiap saat selalu bertemu dan merawat pasien, melakukan ruqyah syar'iyah dan pembekaman secara berkala, dan juga secara khusus melakukan terapi sufistik secara islami yaitu, Terdapat dua indikator terjadi dampak positif pada pasien yaitu, pasien dapat sembuh atau membaik signifikan dan banyak pasien baru berdatangan dengan rekomendasi dari pasien merasa puas dengan pelayanan Griya Terapi Elkayyis. Berikut beberapa terapi sufistik yang digunakan Griya Terapi Elkayyis untuk mengatasi masalah gangguan jiwa yaitu sebagai berikut.

1. Terapi sufistik dengan taubat

Dalam mengatasi gangguan jiwa proses terapi taubat merupakan metode yang harus dilakukan. Dengan bertaubat seseorang tersebut akan kembali kepada Nya setelah melakukan perbuatan maksiat. Oleh karena itu pasien di Griya Terapi Elkayyis harus timbul penyesalan pada dirinya dan tidak berniat untuk mengulangnya. Taubat yang dilakukan oleh pasien dapat membantu agar dapat terlepasnya diri dari goncangan jiwa kegelisahan diri yang akan berdampak pada Kesehatan jiwanya. Metode dengan terapi sufistik taubat dilakukan oleh Griya Terapi Elkayyis dengan menggali perilaku buruk yang sudah dilakukan pasien atau perilaku yang menjadi penyebab penyakitnya. Terapi taubat yang dilakuakan dengan dengan melakukan mujahadah dan riyadah unruk menambah keimanan

dan menjauhi segala hal yang dapat mendorong dirinya berbuat kemaksiatan. Setelah tertanam rasa penyesalan dalam dirinya maka terapis akan memberikan nasehat agar pasien tersebut kembali melakukan ajaran agama sesuai perintah tuhan yang sudah ditinggalkan, menjauhi segala larangan yang dapat memberikan menjauhkan dirinya dari Tuhan,

2. Terapi sufistik dengan shalat

Shalat merupakan kewajiban setiap umat muslim. Dampak yang ditimbulkan ketika seseorang melakukan shalat adalah jiwa menjadi tenang dan tentram. Berkaitan dengan psikoprobem, shalat dapat memberikan efek baik bagi syaraf manusia. Syaraf tegang yang timbul dari banyak tekanan dalam kehidupannya dapat menjadi rileks atau tenang. Hal tersebut dapat memberikan efek tenang bagi dirinya sehingga tidak terjadi lagi keluhan yang dapat menimbulkan keresahan. Pasien Griya Terapi Elkayyis diharapkan untuk selalu melakukan shalat fardhu dengan istiqomah. Jika pasien tersebut sudah bisa melakukan secara istiqomah, maka bisa ditambahkan dengan shalat melakukan shalat sunnah. Dengan shalat seseorang melakukan komunikasi dengan Allah. Di dalam shalat terdapat gerakan dan doa. Semakin istiqomah seseorang dalam melakukan shalat.

3. Terapi sufistik dengan dzikir

Pasien diberikan pemahaman mengenai pentingnya dzikir sebagai terapi dalam penyembuhan pada dirinya. Dzikir adalah menghadirkan sesuatu ketenangan perasaan hati. Pasien Griya Terapi Elkayyis diminta untuk selalu mengingat Allah sebagai Tuhan yang menciptakan dirinya. Dzikir dilakukan setiap saat terlebih ketika selesai melakukan shalat fardhu. Manusia yang mempunyai jiwa spiritualitas yang kuat akan timbul dalam dirinya sebuah keyakinan bahwa Tuhan Yang Maha Kuasa akan selalu membantu setiap permasalahan yang terjadi pada dirinya. Keyakinan tersebut akan menjadikan dirinya dapat mengontrol jiwa, sehingga dapat menerima dan memahami setiap kejadiannya yang tidak menjadi keinginannya. Dzikir yang dilakukan secara istiqomah akan menambah dan keyakinan bahwa yang mengatur semua kejadian adalah Allah Tuhan semesta alam. Maka dari itu dengan banyak berdzikir dapat mengurangi stress dalam diri pasien Griya Terapi Elkayyis

4. Terapi sufistik dengan puasa

Ketika menjalankan puasa, maka seseorang tersebut akan menahan diri dari hawa nafsu yang dapat menyebabkan pahala berkurang atau batal puasanya. Puasa yang dilakukan para pasien Griya Terapi Elkayyis dapat melatih pikiran dan jiwa seseorang agar selalu siap

ketika diirinya menghadapi semua kenyataan dan dapat mengambil keputusan dalam setiap kejadian. Dengan menjalankan puasa, pikir dan jiwa seseorang menjadi terlatih sehingga dari dapat keluar dari banyaknya pertentangan antara nafsu dan akal. Puasa akan memberikan dampak kepada seseorang untuk selalu bersikap toleransi, memiliki sopan santun dengan yang lain, dan menjadi seseorang yang mudah memaafkan atas perbuatan yang tidak baik kepada dirinya.

Para terapis di Griya Terapi Elkayyis akan memberikan saran kepada para pasien untuk melakukan puasa dengan tujuan dirinya dapat mudah mengendalikan hawa nafsunya. Dengan melakukan puasa seseorang dapat melatih jiwanya untuk berpikir positif atas kejadian yang ada dan merespon setiap kejadian dengan pengucapan doa-doa , zikir dan ibadah secara teratur. Bentuk pelatihan dan ibadah tersebut dapat meningkatkan kemampuan berpikir , melatih mental , dan menghaluskan sikap dan budi pekerti serta kebiasaan seseorang.

Hambatan dalam penyembuhan di Griya Terapi Elkayyis

Dalam melakukan sebuah terapi terhadap para pasien yang mengalami gangguan jiwa tentunya akan ada hambatan yang terjadi. Seperti yang sudah disampaikan Bapak Amir, terdapat dua hambatan yang dialami Griya Terapi Elkayyis yaitu pertama hambatan dari diri pasien yaitu kurangnya informasi awal untuk mendiagnosa pasien. Hal tersebut seperti yang diungkapkan bapak Amir bahwa hambatannya adalah minimnya informasi dari pasien atau dari keluarga pasien sehingga menyulitkan para terapis melakukan diagnosa hal tersebut karena ketidakpedulian atau ketidakpekaan anggota keluarga terhadap pasien yang sakit gangguan kejiwaan. Terkadang ada pasien atau keluarga pasien berbelit-belit karena malu ataupun sungkan menyampaikan. Sedangkan untuk hambatan yang kedua adalah dari pihak Griya Terapi Elkayyis yaitu kurangnya jumlah terapis yang menangani, minimnya keilmuan yang dimiliki para terapis, mengingat kondisi ekonomi pasca pandemi hingga yang cenderung kurang bersahabat sehingga dari pihak Griya Terapi Elkayyis kurang update secara keilmuan.

KESIMPULAN

Pengobatan dengan terapi sufistik yang dilakukan di Terapi Griya Elkayyis Jatibarang, Brebes Jawa Tengah terhadap penderita gangguan jiwa menggunakan dua metode. Metode yang dilakukan terdiri dari metode khusus dan metode umum. Metode khususnya adalah dengan metode terapi sufistik yaitu penyembuhan menggunakan pendekatan tasawuf atau menggunakan ajaran para sufi yaitu dengan metode taubat, shalat, puasa, dan dzikir. Sedangkan metode umum yang dilakukan adalah dengan mendiagnosa gangguan jiwa yang terjadi mulai dari latar belakang, gejala, dan terapi yang akan dilakukan. Hambatan yang terjadi dalam proses penyembuhan gangguan jiwa di Griya Terapi Elkayyis adalah *pertama* adalah kurangnya jumlah terapis yang menangani, minimnya segi keilmuan yang dimiliki dan kurangnya informasi awal untuk mendiagnosa pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, Gusti. 2010. *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Yogyakarta: AswajaPressindo.
- Al-Maraghri. 2001. *Tafsir Al-Maraghi Jilid IV*. Beirut: Dar al Fikr.
- Amin, Samsul Munir. 2008. *Energi Dzikir*. Jakarta: Amzah.
- An-Najr, Amir. 2004. *Psikoterapi Sufistik Dalam Kehidupan Modern*. Jakarta: Mizan Publika.
- Ancok, Jamaludin. 2001. *Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Elzaky Jamal. 2015. *Buku Pintar Mukjizat Kesehatan Ibadah*. Jakarta: PenerbitZaman.
- Hamid, Abdul. 2017. "Editorial Healthy Tadulako Journal (Abdul Hamid : 1-14) 1." *Jurnal Kesehatan Tadulako* 3(1): 1–14.
- Istiani Negeri Panjang Wetan, Nurul SD, and Esti Zaduqisti. 2017. "KONSEP STRATEGI THEISTIC SPIRITUAL DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING DAN PSIKOTERAPI ISLAM." *RELIGIA* 20(2): 190–206. <http://e-journal.iaipekalongan.ac.id/index.php/Religia/article/view/1070> (June 4, 2022).
- Jalaluddin. 2012. *Psikologi Agama*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Kartika Sari, Andini, and Fajar Utama Ritonga. 2022. "Maksimalisasi Penyembuhan Pasien Terhadap Gangguan Halusinasi Melalui Pembelajaran Kaligrafi (Studi Intervensi Level Mikro)." *ABDISOSHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial dan Humaniora* 1(1): 49–55.
- Masrur, Muhammad Shodiq, and Azka Salsabila. 2021. "Peran Agama Dalam Kesehatan Mental Perspektif AlQuran Pada Kisah Maryam Binti Imran." *Islamika* 3(1): 38–56.
- Rahayu, Iin Tri. 2009. *Psikoterapi Prespektif Islam Dan Psikologi Kontemporer*. Malang: Sukses Offset.
- Rusdi, Muslim. 2001. *PPDGJ-III*. Jakarta: PT Nuh Jaya.

- Sarmila, and Ahmad Ridfah. 2022. "Pemberian Intervensi Islami Sebagai Upaya Meningkatkan Spiritualitas Pasien Gangguan Jiwa Di RSKD Dadi Makassar." *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains dan Teknologi* 1(2): 149–53.
- Simanjuntak, Julianto. 2008. *Konseling Gangguan Jiwa & Okultisme; Membedakan Gangguan Jiwa Dan Kerasukan Setan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Solihin, M. 2004. *Terapi Sufistik; Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia.