

BAB II KERANGKA TEORI

A. Ruqyah

1. Pengertian Ruqyah

Banyak kamus yang memuat kata Ruqyah, sesuai dengan etimologinya. Misalnya, "الرُقَيْتَةُ" (jamak dari "رُقَيْاتٌ" atau "رُقَى") berarti mantra, jampi-jampi, jimat, atau ilmu hitam dalam Kamus Al-Munawwir.¹⁹ Jimat, jimat, azimat – الرُقَيْتَةُ dalam Kamus Arab-Indonesia karya Mahmud Yunus.²⁰ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, rukh adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan ilmu hitam, termasuk ilmu sihir.²¹

Ruqyah diartikan sebagai ilmu hitam dalam Kamus Al-Fikr dan sebagai rukiati atau rukiati dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, yang berarti sihir dan segala sesuatu yang berhubungan dengan ilmu hitam (sihir, dan sebagainya). Ruqyah merupakan bacaan atau mantra yang ditujukan untuk meringankan penyakit, mengusir gangguan jin, sihir, atau membela diri dengan ayat-ayat Al-Qur'an dan doa-doa Nabi Muhammad.²²

Dalam bukunya "Ruqyah dalam Shahih Bukhari", Ruqyah adalah ritual doa yang dilakukan kepada seseorang atau suatu tempat dengan tujuan untuk mengusir roh jahat, menurut M.H.M. Hasan Ismail. Ruqyah adalah praktik memohon perlindungan kepada orang yang tertimpa musibah atau pasien sakit dengan dzikir, doa, atau membacakan ayat-ayat Al-Qur'an.²³ Secara syar'iat, ruqyah adalah bacaan yang digunakan untuk pengobatan syar'i, yang mengikuti tahapan-tahapan yang ditetapkan oleh para ulama dan didasarkan pada penalaran yang sah dari Al-Qur'an dan Hadits. Dalam bahasa Indonesia, ruqyah juga dikenal sebagai azaa'im, bentuk

¹⁹ Ahmad warson al- munawwir, kamus al-munawwi arab-Indonesia terlengkap (Yogyakarta: Pustaka progresif, 1997),h. 525

²⁰ Mahmud yunus, kamus arab Indonesia, yayasan penyelenggara penterjemah/pentafsir (Jakarta: AL-Qur'an, 1973), h. 146

²¹ Depdiknas, kamus besar bahasa Indonesia,(Jakarta: Balai pustaka, 2002), hal. 966

²² M.H Rahimi, Terapi Ruqyah untuk mengobati berbagai penyakit dan gangguan sihir, PT.Niaga swadaya,Jakarta, 2006, Cet.1, h. 21

²³ Abdillah Hanien Ar-Zarqaa; Terapi Pengobatan dengan Ruqyah syar'iyah (solo:el-posowy, 2005), h. 6

jamak dari azimah, atau jimat. Ruqyah juga dikenal sebagai azaa'im, menurut Syaikh Muhammad bin Salih al-Utsaimin Rahimahullahu, karena orang-orang yang meyakinkannya dan merasakan khasiatnya untuk menangkal penyakit atau bahaya, melakukannya.

2. Sejarah Ruqyah

Nama Ruqyah sudah ada sebelum masa Rasulullah SAW. Ruqyah bahkan merupakan salah satu bentuk terapi paling awal di dunia sebelum munculnya ilmu pengetahuan dan pengobatan. Sebagian orang mengklaim bahwa ruqyah telah ada sejak awal mula manusia. Oleh karena itu, untuk memastikan bahwa ungkapan-ungkapan yang digunakan dalam sebuah cerita sesuai dengan prinsip-prinsip Islam, Nabi Muhammad SAW memilih ruqyah-ruqyah yang dimiliki oleh para sahabatnya.²⁴

Mengklaim pengetahuan mutlak tentang perkara ghaib, menyekutukan Allah SWT, dan bergantung pada sesuatu. Salah satu kesalahannya adalah mengandalkan selain Allah SWT, baik itu jin, tumbuhan, benda-benda suci, maupun hari-hari tertentu. Rasulullah pernah melarang ruqyah, sebagaimana yang disebutkan dalam hadits dari Ibnu Mas'ud yang diriwayatkan oleh Abu Daud dan Ahmad.

إِنَّ الرُّقَى وَالتَّمَائِمَ، وَالتَّوَلَةَ شِرْكَ

Artinya : “ Ruqyah/mantra, jimat dan pelet sebenarnya adalah orang-orang yang syirik.”

Meskipun kata “haram” tidak disebutkan secara khusus dalam hadis ini, namun seorang mukmin sudah mengetahui bahwa syirik itu haram karena termasuk kezaliman yang sangat besar, sebagaimana yang difirmankan Allah dalam Surat Luqman ayat 13.

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ

²⁴ Resti Mardiyanti, “Terapi Ruqyah Sebagai Upaya Penyembuhan Mental Disorder,” 2021, h.6, <http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/14209/>.

Artinya : Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar".(QS. Luqman [31]; 13)

Setelah kedatangan juga turunnya Al-Qur'an, Ruqyah diizinkan metode yang disesuaikan dengan syariat Islam, tentu saja tanpa penyekutuan tentang Allah, nama-nama-Nya, dan sifat-sifat-Nya. Hadits dari Al-Asyja'i ra Auf bin Malik Al- adalah salah satu dalil yang mendukung Ruqyah:

كُنَّا تَرْقِي فِي الْجَاهِلِيَّةِ فَعُلْنَا : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، كَيْفَ تَرَى فِي ذَلِكَ ؟ فَقَالَ اعْرِضُوا عَلَيَّ رُقَاكُمْ لَا بَأْسَ بِالرُّقَى مَا لَمْ يَكُنْ فِيهِ شِرْكٌ

Artinya : "Dahulu dizaman jahiliyah kami meruqyah. Selanjutnya, kami bertanya tentang ruqyah kepada Rasulullah. Tunjukkan kepadaku bagaimana caramu melakukan ruqyah, jawab beliau; ruqyah itu sah-sah saja asalkan tidak disertai dengan kesyirikan."²⁵

Selama tidak mengandung di dalamnya syirik dengan menyebut sesembahan selain Allah SWT dan berserah diri kepada mereka sebagai pengganti Allah SWT atau menyekutukan Allah SWT, maka Ruqyah itu diperbolehkan.

3. Pembagian Ruqyah

Seiring dengan Ruqyah, kebangkitan Islam setelah masa Orde Baru, dibedakan menjadi dua kategori: Ruqyah syar'iyah dan Ruqyah syirkiyah.

- a) Ruqyah syar'iyah merupakan pendekatan terapi di mana pasien menerima ayat-ayat Al-Qur'an yang diucapkan dengan suara keras. Ruqyah syar'iyah memiliki tiga prinsip: membaca ayat-ayat Al-Qur'an dan hadis dalam konteks aslinya, menganggapnya sebagai instrumen terapi, dan meyakini bahwa Allah, yang berbicara dengan bahasa Arab yang tegas, jelas, dan fasih, memiliki kekuatan untuk menyembuhkan semua penyakit.

²⁵ Shidiqi, Panduan Ringkas Jam'iyah Ruqyah Aswaja (JAM'IYYAH RUQYAH ASWAJA).h.4

- b) Praktik meniup dengan ayat-ayat yang dilarang dalam Islam dan bertentangan dengan ajaran Nabi Muhammad dan para sahabatnya dikenal sebagai ruqyah syar'iyah. Oleh karena itu, metode pengobatan ini mengandung unsur kesyirikan terhadap Allah SWT.²⁶

Salah satu cara wacana Islamis dibuat, didistribusikan, dan disampaikan di ruang publik adalah ruqyah syar'iyah. Dalam proses pengobatan, pendekatan ini mengikuti prinsip "Sunnah". Semua tahap pengobatan didasarkan Al-Qur'an dan Hadis, mulai dari identifikasi sumber penyakit (pemetaan masalah), penggunaan metode pengobatan, dan pengawasan setelah pengobatan.²⁷

Sebenarnya, Rasulullah SAW mengajarkan Ruqyah Syar'iyah sebagai terapi untuk penyakit yang bukan bersifat medis, mental, dan fisik. Namun, perlu diingat bahwa prinsip dasarnya adalah bahwa Allah SWT-lah yang menyebabkan penyakit dan satu-satunya yang dapat menyembuhkannya.²⁸

Ruqyah syirkiyyah umumnya dipraktikkan oleh dukun atau paranormal yang melibatkan komponen syirik meliputi penggunaan mantra yang bersumber dari selain firman suci Al-Qur'an atau Hadits, serta penggunaan jimat atau benda lain sebagai sarana penyembuhan. Bahkan hingga kini, masih banyak prosedur terapi perdukunan dan paranormal yang dijual kepada masyarakat umum dengan dalih religiusitas dan modernitas yang keliru. Mereka sering bertindak seolah-olah lebih berpengetahuan daripada Nabi Muhammad SAW, dengan mengaku mampu mengetahui hal-hal gaib berdasarkan apa yang telah mereka pelajari.²⁹

²⁶ Dony Arungo Triantoro, Ruqyah Syar'iyah: Alternatif Pengobatan, Kesalehan, Islamisme Dan Pasari Islam, *Jurnal Multikultural & Multireligius* Vol. 17 No. 2, h. 465-466

²⁷ Dony Arungo Triantoro, Ruqyah Syar'iyah: Alternatif Pengobatan, Kesalehan, Islamisme Dan Pasari Islam, *Jurnal Multikultural & Multireligius* Vol. 17 No. 2, h. 469

²⁸ Muhammad Faiz bin Mohd Nazri, Fungsi Ruqyah Syar'iyah Dalam Mengobati Penyakit Non Medis, *Tulisan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, Banda Aceh* (Darussalam: Perpustakaan Pusat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2018), h. 4. Dalam jurnal Syarifah Ainun Jamilah, *Menyingkap Ayat-Ayat Ruqyah Di Majelis Zikir Siratal Mustaqim Makassar (Suatu Kajian Fenomenologi)*, *Jurnal Tafseer* Volume 7 Nomor 2 Tahun 2019, h. 80

²⁹ Syarifah Ainun Jamilah, *Menyingkap Ayat-Ayat Ruqyah Di Majelis Zikir Siratal Mustaqim Makassar (Suatu Kajian Fenomenologi)*, *Jurnal Tafseer* Volume 7 Nomor 2 Tahun 2019, h. 83

Di antara karena sejalan dengan Al-Qur'an dan Hadits, Ruqyah syar'iyah atau yang dikenal juga dengan Ruqyah syirkiah merupakan salah satu teknik yang digunakan dalam pengobatan Islam. Ada kesalahpahaman bahwa Ruqyah tidak dapat menyembuhkan penyakit fisik maupun mental; sebaliknya, ia hanya dapat menyembuhkan penyakit yang disebabkan oleh 'ain, sihir, atau kerasukan jin. Pandangan ini keliru dan salah memahami Ruqyah, yang perlu diperbaiki.

Di jam'iyah Ruqyah aswaja (JRA) Ruqyah dibagi menjadi 2 bagian yaitu Ruqyah haq dan Ruqyah batil,³⁰ didasari dari Hadis dari khorijah ibnush sholt, dari pamannya- yaitu : 'Alaqoh bin shuhar Radhiyallahu anhu

أَنَّ مَرَّ بِقَوْمٍ فَأَتَوْهُ فَقَالُوا إِنَّكَ جِئْتَ مِنْ عِنْدِ هَذَا الرَّجُلِ بِخَيْرٍ فَارِقَ لَنَا هَذَا الرَّجُلَ فَأَتَوْهُ
بِرَجُلٍ مَعْتُوهُ فِي الْفُيُودِ فَرَقَاهُ بِأَمِّ الْقُرْآنِ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ عُدْوَةً وَعَشِيَّةً، وَكُلَّمَا خَتَمَهَا جَمَعَ بُرَاقَهُ ثُمَّ
تَقَلَّ فَكَأَنَّمَا أُنْشِطَ مِنْ عِقَالٍ (أَي حَلٍ مِنْ وَثَاقٍ فَأَعْطَوْهُ شَيْئًا فَأَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ فَذَكَرَهُ لَهُ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كُلْ، فَلَعُمْرِي لِمَنْ أَكَلَ بِرُقِيَّةٍ بَاطِلٍ لَقَدْ
أَكَلَتْ بِرُقِيَّةٍ حَقًّا³¹

Artinya : “Ketika beliau melewati suatu kelompok orang, mereka mendekatinya dan berkata, 'Engkau datang dengan kebaikan dari sini, wahai Nabi صلى الله عليه وسلم. Maka ruqyahlah orang ini untuk kami. Kemudian mereka mendatangkan seorang gila dan memborgolnya. Selain itu, ia meruqyah orang yang membawa Ummul Qur'an selama tiga hari, pagi dan malam. Ia mengumpulkan ludahnya setiap kali selesai membaca dan membuat orang-orang tersedak ludahnya itu. Seolah-olah orang gila tersebut terbebas dari ikatan. Mereka kemudian memberikan hadiah kepada beliau. Beliau lalu menghadap Nabi صلى الله عليه وسلم dan menceritakan kejadian tersebut. Nabi صلى الله عليه وسلم bersabda, 'Makanlah hadiah. Demi Allah, apabila kamu memakan hasil ruqyah yang shahih, maka ada orang yang memakan hasil yang batal.’” (HR. Abu Dawud)

Adapun Ruqyah yang haq seperti ;

- 1) Meruqyah dengan kalamullah/sifat Allah/asma' Allah subhanahu wata,ala.
- 2) Dengan doa yang dianjurkan rasulullah SAW.

³⁰ Shiddiqiy, Panduan ringkas jam'iyah Ruqyah aswaja (JAM'IYYAH RUQYAH ASWAJA).h.6

³¹ Abu Daud Bin Al-Ash'ath, Sunan Abu Daud, Vol. 7 (Dar Al-Resala Internasional Tahun 2013) Juz,5 H.296

- 3) Dengan Bahasa Arab atau bahasa daerah yang dapat dipahami maknanya.

Sebaliknya, Ruqyah Palsu adalah Ruqyah yang dilarang oleh hukum Islam, termasuk;

- 1) Ucapan atau lafadz yang tidak dapat dipahami maknanya
- 2) Memanggil dan menyebutkan khodam jin
- 3) Memakai benda najis atau mutanajis
- 4) Merendahkan atau menghina nama Allah, Rasulullah serta para malaikat
- 5) Memotong, melecehkan atau mencampur adukan AL-Qur'an dengan bahasa daerah

4. Hukum Ruqyah

Seorang ulama yaitu dalam kitab Pathul Barri 4/534-535, Al-Hafidz Ibnu Hajar Al Asqalani, seorang Ulama madzhab Al-Asy'ari, mengemukakan bahwa hukum ruqyah ditafsirkan (di rinci), yakni:³²

1. Menggunakan Al-Qur'an, Asmaul Husna, juga sifat Allah dalam Ruqyah hukumnya adalah Jaiz-Mustahab, yang berarti dianjurkan. Dalam istilah fiqh, "*mustahab*" berarti sunnah atau tindakan yang disarankan.
2. Apabila Hukumnya sama dengan yang pertama jika menggunakan dzikir yang ma'tsur (sohik-hasan-dhoif asalkan tidak maudhu') (Jaiz-Mustahab)
3. Hukumnya adalah Jalz-Ghoiru Mustahab (boleh tapi tidak dianjurkan) jika menggunakan dzikir yang ghoiru ma'tsur tetapi tidak menyimpang dari ma'tsur. Contohnya adalah menggunakan doa Jawa atau doa Imam Syafi'i yang digunakan untuk doa bagi rumah yang diduga terkena sihir.
4. Menggunakan istilah atau istilah yang tidak jelas dalam Ruqyah (seperti "sim salabim" atau "abracadabra") dianggap makruh.
5. Hukumnya adalah haram jika menggunakan nama selain nama Allah SWT, seperti nama malaikat atau nama jin Muslim seperti As-Sulab atau Dasim.

³² Shiddiqiy, Panduan ringkas jam'iyyah Ruqyah aswaja (JAM'IYYAH RUQYAH ASWAJA).h.7

B. Medis

Medis adalah yang berhubungan dengan ilmu kedokteran. Setiap penyakit yang ditangani oleh dokter adalah penyakit medis.³³

1. Rekam medis

Permenkes No. 269/MENKES/PER/III/2008, bab 1 pasal 1 mendefinisikan rekam medis sebagai berkas yang memuat keterangan mengenai nama pasien, hasil pemeriksaan, terapi yang diberikan, serta tindakan dan pelayanan tambahan yang diterima.

Rekam Medis di rumah sakit adalah berkas yang berisi catatan dan berkas mengenai identitas pasien, anamnesis, pemeriksaan, diagnosis, pengobatan, dan tindakan lain, sesuai dengan Keputusan Direktur Jenderal Pelayanan Medis No. 78/Yanmed/RS Umdik/YMU/I/91. Pelayanan yang diberikan kepada pasien selama berada di rumah sakit, khususnya di rawat inap.

2. Manfaat rekam medis

Dalam Pasal 13 Permenkes No. 269/MENKES/PER/III/2008 tentang medis, disebutkan bahwa dapat dilakukan dengan pemanfaatan rekam medis.:

- a. Perawatan dan pemeliharaan kesehatan pasien dapat dilakukan.
- b. Sebagai alat bukti dalam sistem hukum, dalam bidang kedokteran dan kedokteran gigi, serta dalam penerapan etika kedokteran dan kedokteran gigi;
- c. Ditujukan untuk keperluan pengajaran dan penelitian;
- d. Sebagai dasar pembayaran jasa medis;
- e. Sebagai data statistik kesehatan.

C. Sejarah Singkat Jam'iyah Ruqyah Aswaja (JRA)

Komunitas baru yang mewakili kelompok tertentu yang memiliki kekuasaan lama terus muncul dan berkembang seperti daun hijau di musim semi. Ala'udin Siddiqy (Gus 'amak) mendirikan Jam'iyah Ruqyah Aswaja. Komunitas ini

³³Pengertian medis "<https://repository.stikesyrsds.ac.id/id/eprint/266/4/BAB%20II%20%20TINJAUAN%20PUSTAKA> (diakses jam 13.41 16 juli 2024)

berasal dari Ahlussunnah wal Jama'ah, komunitas Muslim terbesar di Indonesia yang sering disebut Aswaja. Mereka memasukkan nama dan praktik baru di bawah otoritas lama sebagai representasi dalam pengobatan “ala nabi”. Organisasi ini telah diresmikan dan menerima izin dari Kemenkumham RI, 2017 dengan nomor SK; AHU-0013492.AH.01.04. Dengan izin dari Kemenkumham, Jam'iyah Ruqyah Aswaja secara aktif menyelenggarakan pelatihan dan pengkaderan di berbagai wilayah, terutama di Jawa, termasuk Medan, tempat penelitian ini dilakukan.³⁴

Jam'iyah Ruqyah Aswaja memiliki buku panduan, seperti halnya komunitas Ruqyah lainnya. Namun, buku panduan ini tidak dibuat secara massal atau dijual. Hanya praktisi Ruqyah yang telah menyelesaikan proses pelatihan dan menerima ijazah dari guru besar mereka yang dapat menggunakan buku panduan JRA. Salah satu bukti kuat dari legitimasi Jam'iyah Ruqyah Aswaja adalah bahwa metode terapi penyembuhan dengan Ruqyah ini sah secara teologis karena memiliki sanad muttasil dari guru ke-43 Rasulullah SAW, yang kemudian berlanjut ke Jibril AS, dan akhirnya ke Allah SWT. Ijazah yang diberikan oleh Allamah Alauddin Shidiqi memiliki hubungan dengan Rasulullah SAW. Pentingnya sanad ini didasarkan pada pandangan ulama mu'tabar yang menganggap pentingnya sanad keilmuan dalam agama, seperti yang dinyatakan oleh Imam Abdullah bin Mubarrak, Sufyan ats-Tsauri, Al-Qadi Abu Bakr al-Arabi, Imam al-Laits as-Samarkandi, dan Imam al-Qurtubi.

Buku panduan Jam'iyah Ruqyah Aswaja berukuran saku dan berisi berbagai metode Ruqyah. Buku ini mencakup teknik seperti penggunaan air, sentuhan, pijat, tiupan, dan pembacaan khusus untuk berbagai macam penyakit, termasuk yang non-medis (seperti mengusir jin dan demam) dan medis (seperti gatal-gatal, demam, dan stroke) menetralkan tempat angker. Selain itu, buku ini mencakup teknik diagnosis penyakit melalui telapak tangan, yang digunakan untuk menemukan penyakit berdasarkan bagian tertentu dari telapak tangan. Diagnosis ini adalah langkah pertama dalam penyembuhan Ruqyah. Setelah memeriksa

³⁴ Rofik Maftuh, “Kontestasi Identitas Dalam Pengobatan Ala Nabi; Kajian Fenomenologi Atas Munculnya Jam'iyah Ruqyah Aswaja,” *Jurnal Kajian Islam Interdisipliner* 4, no. 1 (2021): h. 66, <https://doi.org/10.14421/jkii.v4i1.1078>.

keluhan pasien, praktisi kemudian berkonsentrasi pada organ pada tahap awal. Setelah itu, detok dan tahsinat (dzikir/aurad) dilakukan.³⁵

Pengobatan dalam Ruqyah Aswaja didasarkan pada sejumlah anggapan dan pemikiran, antara lain: Pengobatan tak hanya dilakukan dengan Ruqyah, tetapi harus disertai dengan dakwah. Peruqyah (dan dokter) tidak dapat memberikan kesembuhan secara langsung karena Allah SWT berhak menyembuhkan. Satu-satunya sumber ketergantungan adalah Allah, bukan praktisi ruqyah atau bacaan ruqyah. Al-Qur'an perlu dilihat sebagai pendekatan terapi utama dan bukan pengganti. Ritual ruqyah tidak boleh menggunakan teknik-teknik kejam seperti membunuh, mencabut rambut, memukul, atau menendang. Pada hakikatnya, ruqyah aswaja dan ruqyah syar'iyah sama-sama menggunakan bacaan Al-Qur'an sebagai teknik penyembuhan; meskipun demikian, metode mereka berbeda. Pada hakikatnya, ruqyah aswaja memiliki ciri khas, yaitu bacaan Tawwasul dan Tahlil sebelum memulai pengobatan Ruqyah. Secara keseluruhan, Jam'iyah Ruqyah Aswaja telah membentuk kepengurusan di 12 wilayah di Indonesia, dengan 10 cabang di Sumatera Utara, termasuk salah satunya di Kota Medan, tempat penelitian ini dilaksanakan.

D. Non Medis

Menurut pandangan masyarakat, Penyakit nonmedis adalah penyakit yang dianggap memiliki asal usul supernatural, seperti kerasukan atau fenomena supernatural lainnya, dan karenanya tidak dapat diidentifikasi atau diobati dengan prosedur medis tradisional. Penyakit nonmedis sering kali disebabkan oleh perilaku manusia yang melibatkan hantu atau hal-hal paranormal (sihir). Masyarakat adat Kajang percaya bahwa untuk menyembuhkan jenis penyakit ini, diperlukan bantuan santo atau dukun. Pengobatan didasarkan pada penyebab dan gejala unik setiap penyakit, yang beberapa di antaranya mungkin mirip satu sama lain. Di sisi lain, sanro menggunakan pengetahuan lokalnya yang unik untuk mengobati penyakit

³⁵ Maftuh.

dengan mengamati kondisi dan perilaku pasiennya.³⁶

E. Psikolog/Gangguan Mental

Buku panduan Jam'iyah Ruqyah Aswaja berukuran saku dan berisi berbagai Kesehatan mental adalah “keadaan kesejahteraan psikologis di mana orang-orang mencapai potensi terbesar mereka, mampu mengelola stres sehari-hari, bekerja secara efektif dan efisien, dan berkontribusi kembali kepada komunitas mereka, sebagaimana dinyatakan oleh WHO.”

Gangguan mental adalah suatu kondisi kesehatan mental seseorang tak dapat mengatasi pemikiran, perasaan, atau respons dan dapat mencakup kecemasan, depresi, serta stres dalam hidup yang menyebabkan kurang tidur, sakit kepala, atau gejala fisik lainnya. Dalam kesehatan mental ini ditentukan oleh berbagai faktor sosial ekonomi, biologis, dan lingkungan.

Gangguan mental, perilaku, dan perkembangan saraf adalah sindrom yang bermanifestasi sebagai gangguan signifikan secara klinis dalam perilaku, pengendalian emosi, atau kinerja kognitif seseorang dan diduga disebabkan oleh malfungsi dalam proses biologis, psikologis, atau perkembangan yang mendasari fungsi mental dan perilaku. Stres atau gangguan dalam area fungsi yang signifikan, seperti fungsi pribadi, keluarga, sosial, pendidikan, atau pekerjaan, sering dikaitkan dengan gangguan tersebut.³⁷

Perlu diingat kembali bahwa Ruqyah dapat menyembuhkan segala penyakit, didalam jam'iyah Ruqyah aswaja (JRA) penyakit dibagi menjadi tiga yaitu:

a. Penyakit Psikolog/Gangguan Mental

Yaitu penyakit yang ditimbulkan oleh psikologis/gangguan mental manusia itu sendiri, seperti gangguan jiwa, emosi yang tidak bisa dikendalikan, stres, kecemasan terlalu sedih dan lain-lain yang berkaitan

³⁶ Abdul Hafid, “PENGOBTAN TRADISIONAL PENYAKIT ‘NONMEDIS’PADA MASYARAKAT ADAT KAJANG KABUPATEN BULUKUMBA SULAWESI-SELATAN” 05, no. 2 (2019): h .187

³⁷ Yunike, *KESEHATAN MENTAL*, (Padang, PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI, 2022), h.45

dengan psikologis/gangguan mental manusia.

b. Penyakit medis

Khususnya, kondisi yang dapat diidentifikasi oleh tenaga medis, termasuk penyakit demam, asam lambung dan penyakit medis yang lainnya.

c. Penyakit non medis

Khususnya, kondisi yang tidak dapat diidentifikasi oleh tenaga medis, termasuk seperti terkena sihir, santet dan lain-lain.

1. Kecemasan

a. Pengertian kecemasan

Rasa takut atau khawatir yang intens dan terus-menerus merupakan ciri khas kecemasan sebagai kondisi emosional. Meskipun emosi terganggu, kepribadian dan kemampuan menilai realitas tidak terpengaruh, tidak terganggu, dan meskipun perilaku mungkin sedikit terganggu, ia masih berada dalam batas-batas yang wajar.³⁸ Kecemasan muncul dari pengakuan diri terhadap ancaman yang tidak diketahui.

Menurut jurnal Bustam, kekhawatiran berasal dari rasa takut terhadap hal yang tidak mungkin. Ketika seseorang merasa tidak mampu menangani keadaan yang berbahaya dan merusak, mereka dapat mengalami kecemasan. Pada dasarnya, kecemasan adalah ketakutan terhadap diri sendiri yang ditunjukkan oleh rasa takut dan takut terhadap hal-hal yang belum pernah dialami. Sebaliknya, Kartono menggolongkan kecemasan sebagai keadaan gelisah, khawatir, dan takut terhadap hal yang tidak diketahui. Respons emosional yang tidak nyaman adalah kecemasan. Kecemasan dibedakan dengan rasa takut yang disebabkan oleh gangguan atau ancaman yang tidak jelas, serta rasa takut yang disebabkan oleh rasa

³⁸ Hawari, Dadang, Manajemen Stress, Cemas dan Depresi, (Jakarta: FK UI. 2001),h.19

takut yang subjektif, yang dapat ditunjukkan dalam bentuk perasaan seperti takut, gelisah, dan sebagainya.³⁹

Dalam jurnalnya, Daradjat menyatakan bahwa Kecemasan merupakan hasil dari berbagai proses emosional yang rumit dan disebabkan oleh konflik internal dan stres emosional (frustrasi). Sakit kepala, keringat dingin, dan kegelisahan merupakan gejala otonom umum yang menyertai kekhawatiran yang samar dan tidak menyenangkan. Gejala kecemasan biasanya tidak sama. "Cemas", "bingung", "was-was", dan "bimbang" adalah perasaan yang sering dikaitkan dengan kondisi normal. Sebaliknya, gangguan kecemasan adalah penyakit.

Kecemasan muncul saat seseorang mengalami tekanan, ketegangan, kejengkelan, dan konflik internal dapat muncul. Ketakutan atau kekhawatiran tentang kemungkinan terjadinya hal-hal disebut kecemasan. Berbagai aspek kehidupan, kecemasan sering kali disebabkan oleh faktor-faktor termasuk kesehatan seseorang, hubungan interpersonal, karier, ujian, hubungan luar negeri, dan lingkungan sekitar. Meskipun kekhawatiran terhadap aspek-aspek ini adalah hal yang normal dan bahkan adaptif, kecemasan menjadi abnormal jika tingkatannya tidak sebanding dengan tingkat ancamannya.

Kecemasan sering digunakan sebagai istilah pengganti kata takut, khususnya ketika objek ketakutannya tidak tentu. Definisi kecemasan adalah kekhawatiran akan hasil yang tidak diketahui. Kecemasan adalah emosi yang berkembang ketika seseorang yakin bahwa mereka berada dalam situasi yang berpotensi membahayakan atau merugikan., dan merasakan ketidakberdayaan untuk menghadapinya, meskipun apa yang dikhawatirkan belum tentu akan terjadi. Dalam psikologi, masalah kecemasan sangat beragam, dengan banyak teori yang dikembangkan untuk memahami fenomena ini. Kecemasan dapat berkisar dari tingkat rendah

³⁹ Purnomo, M Arif, Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang dan Upaya Solusinya (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islami), (Semarang: Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang,2009),h.18

hingga sangat parah, dari normal hingga gejala kondisi mental, dan dianggap sebagai faktor penyebab utama banyak gangguan mental.⁴⁰

Al-Bantani menjelaskan bahwa kecemasan adalah kondisi mental di mana seseorang beriman merasa tenang dan gelisah. Di sisi lain, Al-Qayim menggambarkan kecemasan sebagai perasaan tidak nyaman di hati dan pikiran yang berhubungan dengan peristiwa yang akan datang. Zahrani mengklaim bahwa kecemasan adalah jenis gangguan mental pada manusia yang ditandai dengan perubahan atau guncangan yang merupakan kebalikan dari ketenangan. Hal ini dijelaskan dalam Firman Allah:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ
الصَّابِرِينَ

Artinya : 'dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.(Q.S Al-baqarah:155).

Kecemasan bisa muncul secara tiba-tiba dan bersifat sementara. Kecemasan dapat berlangsung untuk periode waktu yang berbeda-beda, mulai dari beberapa menit, hari, atau bahkan tahun, tergantung pada situasi yang dihadapi.

b. Faktor-faktor penyebab kecemasan

Kecemasan umumnya disebabkan oleh dua hal. Pertama, emosi seperti takut, terkejut, bersalah, atau rasa terancam dapat menjadi sumber kecemasan internal. Kedua, kecemasan adalah emosi lain yang mungkin terjadi tanpa kesadaran penuh dan sulit untuk dihindari, menghasilkan

⁴⁰ REZA FIRMANSYAH. H, KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR STUDI DAN SOLUSINYA PERSPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAMI, (skripsi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang,2014),h.18

perasaan tidak menyenangkan.⁴¹ Menurut Thallis, faktornya yaitu: Pertama, faktor individu yang mencakup kurangnya rasa percaya diri, ketidakpastian mengenai masa depan, serta rendahnya harga diri saat bekerja. Rangkaian pengaruh lingkungan yang kedua adalah rendahnya dukungan emosional dari orang lain, yang menyebabkan orang merasa tidak dicintai, kekurangan kasih sayang, serta kurangnya dukungan dan motivasi.

Menurut Horney ada tiga sebab terjadinya cemas:⁴²

1. Kurangnya kehangatan dalam rumah tangga dan perasaan agresif, penuh kebencian, dan tidak dicintai anak.
2. Cara anak diperlakukan dalam keluarga, termasuk adanya lingkungan yang antagonis dan penuh konflik serta orang tua yang terlalu otoriter, kasar, dan tidak adil yang sering mengingkari janji.
3. Lingkungan yang penuh dengan kontradiksi dan konflik, di mana terdapat unsur-unsur pemicu stres, seperti prustasi, persaan, pengkhianatan dan lain-lain.

Menurut Freud, kecemasan adalah hasil dari konflik yang tidak disadari antara dorongan internal dan batasan yang ditentukan oleh ego dan superego. Namun, Atkinson berpendapat bahwa variabel eksternal lebih sering menyebabkan kecemasan daripada variabel internal. Orang yang cemas percaya bahwa mereka tidak memiliki kendali atas berbagai keadaan dalam hidup mereka, itulah sebabnya mereka hampir selalu merasa cemas muncul.⁴³

c. Gejala kecemasan

Orang yang dilanda kecemasan biasanya menunjukkan gejala yang disertai ketegangan atau stres. Perubahan fisik dan psikologis pada

⁴¹ Purnomo, M Arif, Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang dan Upaya Solusinya (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islami), (Semarang: Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang,2009),h.27

⁴² Daradjat, zakiyah, Kesehatan Mental.(Cetakan Kelima. Jakarta: Gunung Agung,2001),h.26

⁴³ Purnomo, M Arif, Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang dan Upaya Solusinya (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islami), (Semarang: Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang,2009),h.29

seseorang mungkin merupakan indikator kecemasan. Gejala fisik kecemasan meliputi:⁴⁴

- 1) Terjadi perubahan drastis dalam perilaku, seperti gelisah, serta mengalami kesulitan tidur.
- 2) Otot-otot di leher, bahu, dan perut, terutama otot-otot di ekstremitas, menegang.
- 3) Variasi pola pernapasan;
- 4) Ketegangan pada otot-otot rahang, dagu, dan area di sekitar mata.

Sedangkan yang mengenai kejiwaan yakni:

- 1) Terkena gangguan fokus dan perhatian;
- 2) perubahan emosi;
- 3) penurunan rasa percaya diri; dan
- 4) munculnya obsesi;
- 5) kurangnya dorongan

2. Stres

a. Pengertian

Secara umum, stres adalah tekanan atau beban yang dirasakan oleh individu. Tekanan ini biasanya muncul akibat ketidaksesuaian yang diinginkan, secara fisik maupun emosional. McGrath, sebagaimana dikutip oleh Weinberg dan Gould, mendefinisikan stres sebagai "ketidakseimbangan signifikan antara tuntutan (baik fisik maupun psikologis) dan kemampuan respons, dalam situasi di mana kegagalan untuk memenuhi tuntutan tersebut memiliki konsekuensi penting." Dengan kata lain, stres muncul ketika seseorang merasa seolah-olah kebutuhan emosional atau fisiknya tidak terpenuhi, atau tidak seimbang.

Tidak semua orang yang mengalami perbedaan antara harapan dan kenyataan akan mengalami kecemasan. reaksi terhadap rangsangan yang sama dapat berbeda antar individu. Ini berarti bahwa tidak setiap stimulus

⁴⁴ Qory Jumrotul Aqobah and Dicky Rhamadian, "Dampak Kecemasan (Anxiety) Dalam Olahraga Terhadap Atlet the Impact of Anxiety in Sports on Athletes," *Journal of Sport Science and Tourism Activity* 1, no. 1 (2022):h. 36, <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JOSITA>.

akan menyebabkan stres pada semua orang, karena faktor-faktor seperti cara setiap individu menghadapi situasi, kemampuan untuk mengelola stimulus, dan pengalaman hidup yang berbeda. Selain itu, kerentanan dan keterbatasan individu terhadap rangsangan pemicu stres juga berperan. Pada dasarnya, ambang stres seseorang berbeda-beda tergantung pada keadaan. Stres dapat disebabkan oleh rangsangan tertentu sekali, tetapi tidak selalu pada situasi yang lain.

Baik bagi atlet maupun masyarakat umum, kehadiran stres dapat mengakibatkan dampak negatif, seperti tak produktif. Stres menjelang pertandingan memiliki peran penting, asalkan berada dalam batas yang ringan, karena stres ringan dapat meningkatkan motivasi dan kesiapsiagaan individu. Namun, stres yang berlebihan dapat berdampak buruk pada performa atlet. Agar orang dapat menjalani kehidupan yang lebih nyaman dan memuaskan, sangat penting bagi mereka untuk memahami dan menangani stres secara efektif.⁴⁵

b. Faktor-faktor penyebab stres

Stresor adalah hal-hal yang menyebabkan stres. Stres ini terbagi menjadi tiga jenis utama, yaitu sebagai berikut:

1. Stresor fisikobiologis, penyakit kronis yang sulit disembuhkan, cacat fisik atau gangguan fungsi tubuh, serta tak ideal.
2. Stresor psikologis, misal prasangka buruk, frustrasi akibat ketidakmampuan mencapai tujuan, rasa iri, permusuhan, iri hati, kekacauan batin, dan keinginan yang kuat yang tak terkendali.
3. Tekanan sosial, termasuk dinamika keluarga yang tidak harmonis, perceraian, pengangguran, kematian, pemutusan hubungan kerja, dan aktivitas kriminal dan sejenisnya.⁴⁶

⁴⁵ Sukadiyanto.h.57

⁴⁶ Lutfiana Ulva and Muhammad rizqi Fahriza, "Faktor Penyebab Stress Dan Dampaknya Bagi Kesehatan," *Psikologi Kesehatan* 2, no. 1 (2021): h.12.

c. Dampak stres

Secara umum, orang yang sedang stres akan merasa sulit menjalani hidup. Stres menyebabkan kecemasan, yang pada gilirannya menyebabkan sistem saraf menjadi kurang terkendali. Pusat saraf otak akan menyebabkan saraf simpatik bekerja, menyebabkan hormon kortisol dan adrenalin disekresikan, yang akan melepaskan lebih banyak hormon. Fisiologi tubuh seseorang akan melepaskan gula dari hati, memecah lemak tubuh, dan meningkatkan kadar lemak darah dalam keadaan stres.⁴⁷

Kondisi ini dapat menyebabkan tekanan darah meningkat dan aliran darah dipindahkan ke otot-otot dari pencernaan, menyebabkan perut kembung dan mual. Depresi, yang berdampak pada fungsi tubuh, dapat menyebabkan gagal ginjal dan stroke. Pada dasarnya, masalah psikologis seringkali menyebabkan gangguan fisiologis ini. Sebagai contoh, akumulasi stres yang tidak diatasi dapat menyebabkan perilaku defensif dan agresif. Timbulnya stres juga dapat disebabkan oleh hal-hal seperti status sosial ekonomi yang buruk. Ini dapat menjadi salah satu penyebab kejahatan di kota-kota besar. Selain itu, generasi muda di kota terlibat dalam konsumsi alkohol dan narkoba sering kali melakukan ini sebagai bentuk pelarian dari stress. Secara umum, dampak stress memengaruhi baik kondisi fisik maupun psikologis individu. Berikut adalah dampak stress terhadap kondisi fisik individu.⁴⁸

⁴⁷ Waitz, Grete; Stromme, Sigmund; Railo, Willi S. 1983. Conquer Stress with Grete Waitz, (terjemahan Sinta A. W. Bandung: Angkasa.),h.2

⁴⁸ sukadiyanto stres “dan Cara Mengurangnya.”h.57