

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya manusia memiliki problematika dalam kehidupan yang mengakibatkan terganggunya kejiwaan. Bahkan dengan kemajuan zaman yang semakin canggih ini, banyak masyarakat yang mengalami kegoncangan jiwa ataupun gangguan jiwa. Peristiwa ini berlangsung sejak zaman Nabi Adam a.s hingga sekarang ini tidak terlepas dari godaan setan. Salah satu usaha mengobati penyakit jiwa adalah dengan menggunakan metode terapi ruqyah atau terapi metode tawakal yang dilakukan dengan melalui pendekatan Alquran dengan membaca ayat-ayat suci, sholawat Nabi dan berdzikir. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Ayat 57 Iman Yunus yang berbunyi sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ

lajaran (Al-

Qur'an) untuk menyembuhkan penyakit di dadamu, serta petunjuk dan kasih sayang bagi orang-orang yang beriman."¹

Salah satu dampak yang ditimbulkan dalam realitas kehidupan manusia masa kini adalah munculnya berbagai gangguan psikologis seperti depresi. Gangguan depresi ini terjadi akibat adanya suatu kesedihan yang sangat mendalam. Perasaan tersebut muncul karena kecewa mengalami situasi yang samasekali tak terduga dan tak diharapkan terjadi dalam hidupnya. Depresi dapat terjadi pada setiap manusia tanpa mengenal batas usia, status, ras, etnis, atau strata sosial.²

Menurut Iyus Yosep, depresi adalah salah satu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan yang ditandai kemurungan, kesedihan, kelesuan, kehilangan airah hidup, tidak ada semangat, dan merasa tidak berdaya, perasaan bersalah atau berdosa, tidak berguna dan putus asa.³ Depresi biasanya diawali dengan rasa kesepian, yang mencekam dan rasa.

Perdarahan merupakan penyebab kematian janin dan dapat terjadi selama kehamilan. Pendarahan saat hamil bisa disebut keguguran, yang merupakan proses yang disengaja

¹Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung : Cordoba Internasional Indonesia, (2012) hlm. 215

² Aditomo, A. & Retnowati, S. *Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir*. (Jurnal Psikologi, 2004). Hlm.15-17

³Alzid Rizem, *Melawan Stres & Depresi*, (Yogyakarta: Saufa, 2015), hlm.49

(keguguran yang diinduksi) atau tidak disengaja (keguguran alami). Keguguran biasanya diartikan sebagai kematian janin pada usia kehamilan 12 minggu atau kelahiran prematur sebelum dapat melanjutkan hidup.⁴

Aborsi merupakan keguguran yang disebabkan oleh trauma yang tidak disengaja atau penyebab alami. Aborsi spontan terjadi karena tidak disengaja, seperti ibu Yulianti yang mengalami keguguran akibat depresi intrauterin saat berusia 12 minggu. Keguguran adalah berakhirnya kehamilan pada usia 20 minggu. Aborsi perlu diwaspadai, karena akan menyebabkan kematian janin dan dapat membahayakan kesehatan dan keselamatan ibu.⁵

Berbeda dengan masalah yang di alami oleh seorang ibu paruh baya. Seorang ibu rumah tangga berusia 40 tahun dengan 2 orang anak laki-laki, sekarang duduk di bangku kelas 2 SMP dan kelas 6 SD. Sudah lama klien dan suami klien menginginkan anak perempuan. Kemudian klien sedang hamil anak ketiga saat hamil 3 bulan. Pada usia 12 minggu, cairan ketuban klien pecah, karena pecahnya cairan ketuban, suami klien segera mengirimnya ke rumah sakit terdekat

Penyebab pecahnya ketuban dari klien karena banyaknya beban yang ia pikirkan. Salah satu penyebab ia keguguran adalah karena pertengkaran dengan suaminya akibat perselingkuhan. Banyak faktor yang membuatnya menjadi depresi yaitu salah satu pemicu besarnya karena perselisihan antara ia dengan keluarga suaminya, kedua karena perselingkuhan yang terjadi pada suaminya dan pemicu terbesar yang mengakibatkan ia menjadi depresi adalah disaat ia mengalami keguguran pada anak ke-3 nya. Lemahnya kandungan yang membuat sang ibu menjadi kehilangan janin menjadikan salah satu penyebab faktor terbesar klien menjadi lebih depresi. Hal itu dapat berpengaruh terhadap psikis ibu yang baru saja mengalami keguguran.⁶ Namun, keguguran atau aborsi itulah yang akan dapat membahayakan nyawa seorang ibu yang sehigggan akan berpengaruh seperti suami atau orang tua dari ibu tersebut.⁷

Tindakan anarki lainnya adalah percobaan bunuh diri yang dilakukan oleh remaja putri, remaja yang masih berusia 18 tahun mencoba melakukan bunuh diri dengan cara meminum racun nyamuk karena malu mengandung janin yang tidak diinginkan akibat hubungan paksa yang dilakukan pasangannya. Remaja putri tersebut menenggak racun dan seketika tak sadarkan diri.⁸

⁴Sulistiyowati Sri dan Yahya Nadjibah, *Pendarahan dalam Kehamilan*, (Solo: Megatraf, 2011), hlm.18

⁵ F. S. Adawiyah, *Terapi realitas*, 2019. hllm. 63-65

⁶ Rahayu Sri Niken, *Waspada dan Cegah Keguguran*, (Yogyakarta: Kata ati, 2013), hlm.45

⁷Royston Erica, *Pencegahan Kematian Ibu Hamil*, (Jakarta: Binarupa Aksara, 1989), Hlm. 105

⁸Desmita., *Psikologi Perkembangan. Bandung*: (PT. Remaja Rosdakarya, 2010), hlm. 23

Secara umum, resiliensi bermakna kemampuan seseorang untuk bangkit dari keterpurukan yang terjadi dalam kehidupannya. Individu dengan resiliensi yang positif mampu mengelola emosi mereka secara sehat. Remaja putri yang mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat kekerasan seksual dari pasangannya juga merasakan perasaan sedih, marah, merasa kehilangan, sakit hati dan tertekan. Dilain sisi, remaja putri tidak membiarkan perasaan semacam itu menetap dalam waktu lama.⁹

Menurut Glasser, dia mengatakan bahwa setiap individu memiliki kebutuhan mental yang harus terus-menerus dipenuhi. Hambatan tersebut pada dasarnya karena penolakan terhadap dunia nyata, yang merupakan kecenderungan individu untuk menjauhi hal-hal yang tidak baik. Disini memanfaatkan pengobatan Tawakkal yang membantu klien untuk terus berserah diri kepada Allah swt atas apa yang telah menyimpannya, dan juga didasarkan pada Al-qur'an dan hadits. Metode yang dilakukan dalam menasihati, tentu saja dapat mendorong pada perluasan rasa percaya diri kepada Allah Swt.¹⁰

Terapi spiritual Islami adalah suatu pengobatan atau penyembuhan gangguan psikologis yang dilakukan secara sistematis dengan berdasarkan kepada konsep al-qur'an dan assunnah. Terapi spiritual Islami memandang bahwa keimanan dan kedekatan kepada Allah adalah merupakan kekuatan yang sangat berarti bagi upaya perbaikan pemulihan diri dari gangguan depresi ataupun problem-problem kejiwaan lainnya, dan menyempurnakan kualitas hidup manusia. Pada dasarnya terapi spiritual islami tidak hanya sekedar menyembuhkan gangguan-gangguan psikologis tetapi yang lebih substansial adalah bagaimana membangun sebuah kesadaran diri (self awareness) agar manusia bisa memahami hakikat dirinya. Karena pada dasarnya mereka yang terlibat dalam psikoterapi tidak hanya sekedar menginginkan kesembuhan tetapi mereka juga bertujuan untuk mencari makna hidupnya, dan mengaktualisasi diri.¹¹

Terapi Spiritual Islami inilah yang dilakukan oleh **Ustadz Jaki Maulana** yang sering disebutnya dengan Terapi Tawakal. **Ustadz Jaki Maulana** atau yang sering dipanggil dengan sebutan **Habib**. Terapi Tawakal adalah terapi yang dapat membantu seseorang menjadi lebih baik lagi dan bersikap pasrah kepada Allah atas apa terjadi pada dirinya. Terapi Tawakal inilah yang dapat menjadikan seseorang agar selalu ingat dengan Allah dimanapun, kapanpun, dan

⁹ Abrori, *Disimpang Jalan Aborsi "Sebuah Studi Kasus Terhadap Remaja yang Mengalami Kehamilan Tak Diinginkan"*, (Semarang: Gigih Pustaka Mandiri, 2014), hlm.35

¹⁰ Kusumanto, & Musadik, *Depresi (Beberapa Pandangan Teori dan Implikasi Praktek di Bidang Kesehatan Jiwa)*. (Jakarta: Yayasan Dharma Graha, 1981).Hlm. 44

¹¹ Hawwa. *Mensucikan Jiwa*, (Jakarta: Rabbani Press, 2003). Hlm 78

dalam kondisi apapun, saat senang maupun susah, ketika berhasil ataupun gagal, dan ketika menang ataupun kalah. Tujuannya ialah agar bisa meredakan perasaan emosi kita menjadi lebih stabil, iman bertambah, dan keyakinan semakin lurus dan istiqomah.¹²

Di dalam al-Qur'an, Allah Swt menegaskan dalam Q.S Ali Imran [3] ayat 159 :

فَمَا رَحْمَةً مِّنَ اللَّهِ لَئِنَّ لَّهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا
مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ
فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya: Maka disebabkan rahmat dari Allah-fah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.¹³

Terkait masalah tersebut, penyusun menggunakan terapi tawakal untuk mengurangi Depresi akibat keguguran. Terapi Tawakkal dapat membantu klien agar berserah diri kepada Allah atas apa yang sudah menimpa dirinya, dan juga dilandasi oleh ayat-ayat dan hadist.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan kajian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apa saja faktor-faktor yang menyebabkan klien menjadi depresi?
2. Bagaimana proses Terapi Metode Tawakkal Habib untuk mengurangi depresi akibat keguguran?
3. Bagaimana hasil Terapi Metode Tawakkal Habib dalam mengurangi depresi akibat keguguran?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan konseli menjadi depresi.
2. Untuk mengetahui proses Terapi Metode Tawakkal Habib untuk mengurangi depresi akibat keguguran.

¹² Ibrahim,,*Spiritual medicine in the history of Islamic medicine*. Jishim,2003.2: 45-49

¹³Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung : Cordoba Internasional Indonesia, (2012) hlm. 71

3. Untuk mengetahui hasil Terapi Metode Tawakkal dalam mengurangi depresi akibat keguguran.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pemikiran terhadap dunia akademik terutama tentang pengaruh pengasuh terhadap peningkatan rasa percaya diri.
- b. Sebagai bahan bacaan atau rujukan keilmuan Mahasiswa/I dalam melaksanakan penelitian yang berkenaan dengan penelitian ini.
- c. Bermanfaat memperkaya konsep-konsep atau teori-teori terhadap ilmu pengetahuan dari penelitian ini.
- d. Memberikan informasi bagi peneliti lain tentang terapi Metode Tawakkal dalam mengurangi depresi akibat keguguran.
- e. Dapat menjadi gambaran psikologis seseorang serta peneliti dan pembaca dapat menerapkan konsep tawakal untuk terus berrawakal terhadap apa yang menimpa diri kita
- f. Memberikan wawasan bagi peneliti lain dan juga dapat menjadi referensi praktis dalam menangani kasus depresi akibat keguguran.
- g. Menjadikan bahan referensi bagi peneliti yang tertarik dengan topik yang berhubungan dengan tawakal terhadap segala sesuatu yang terjadi.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian berguna bagi :

- a. Terapis H. Jaki Maulana terkait dengan pengobatan Terapi Tawakkal pada klien yang mengalami depresi akibat keguguran
- b. Klien yang mengalami depresi akibat keguguran, dan pentingnya terapi tawakkal dalam hal terapis yang ternyata bisa menyembuhkan depresi akibat keguguran
- c. Dapat menjadikan informasi bagi masyarakat khususnya para Ibu rumah tangga tentang pentingnya dalam menjaga kehamilan agar tidak terjadinya keguguran

E. Batasan Istilah

Mengingat banyaknya permasalahan dalam kajian ini, maka peneliti memfokuskan pada beberapa batasan yang lainnya, yaitu:

1. Implementasi
 - a. Implementasi merupakan tahap penerapan dan perencanaan dalam pengujian pada sistem yang berdasarkan hasil analisa dan perancangan yang telah dilakukan pada bab IV. Dalam hal ini perencanaan yang dilakukan dalam penelitian tersebut dapat

dilaksanakan dengan berbagai tahapan-tahapan yaitu diagnosis, prognosis, dan treatment. Ketiga tahapan inilah yang dapat membantu proses pelaksanaan terapi tawakkal. Terapi Metode Tawakkal

- b. Terapi merupakan suatu pengobatan atau penyembuhan gangguan psikologis yang dilakukan secara sistematis dengan berdasarkan konsep Alquran dan As-Sunnah. Terapi Tawakkal yang dilakukan agar dapat menumbuhkan sikap berserah diri kepada Allah yang disertai dengan ikhtiar dengan ikhlas akan segala kehendak Allah. Individu yang bertawakkal kepada Allah adalah individu yang yakin dan percaya kepada Allah.¹⁴
 - c. Terapi tawakkal yang dilakukan untuk pengobatan sangat berarti bagi pemulihan diri dari seseorang yang mengalami gangguan depresi. Pada dasarnya terapi tawakkal tidak hanya sekedar menyembuhkan gangguan psikologis tetapi bagaimana membangun hubungan kedekatan kepada Allah swt. Pada saat proses pelaksanaan terapi berlangsung, metode yang dilakukan terapis pada klien adalah terapi tawakkal dengan teknik modeling yang memiliki tujuan untuk membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya dan memberikan pemahaman tawakkal pada dirinya.
2. Depresi Akibat Keguguran
- a. Depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang ditandai dengan suasana hati yang terus-menerus merasa sedih yang berlebihan, murung, tidak bersemangat dan tertekan serta kehilangan semangat hidup dalam beraktivitas, sehingga dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup dan disertai iri dan ingin bunuh diri.
 - b. Salah satu faktor penyebab terbesar yang membuat klien menjadi depresi yaitu karena lemahnya kandungan yang membuat sang ibu menjadi kehilangan janinnya. Hal itu dapat berpengaruh terhadap psikis ibu yang baru saja mengalami keguguran. Biasanya resiko terjadinya keguguran efeknya akan lebih tinggi. Keguguran biasanya terjadi pada kandungan yang menginjak usia ke 12 minggu. Maka dari itu, pentingnya pengetahuan mengenai gejala-gejala keguguran ini harus dikuasai oleh para-para ibu rumah tangga dan bagi ibu hamil.

F. Sistematika Penulisan

Untuk menentukan pembahasan, maka skripsi ini akan disusun secara sistematis mulai dari pendahuluan sampai kepada penutup dan kesimpulan yang terdiri dari bab dan sub bab

¹⁴ Mulyana, A, *Tawakkal dan kecemasan mahasiswa pada mata kuliah praktikum*. (Jurnal Ilmiah Psikologi, 2015), hlm. 17

yang saling berhubungan. Dalam pembahasan skripsi ini, penulis menguraikan dalam beberapa bab yaitu:

BAB I :Pendahuluan yang membahas tentang latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II : Kajian Teori, dalam bab ini terdapat kajian yang membahas tentang pengertian Terapi Metode Tawakkal, pengertian depresi, faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya depresi, dan hasil penelitian yang relevan.

BAB III :Metodologi Penelitian yang membahas tentang tempat dan waktu penelitian, jenis penelitian, populasi dan sampel, tekhnik pengumpulandata, teknik analisis data.

BAB IV : Hasil penelitian dan pembahasan, bab yang mendeskripsikan penelitian terdiri dari tiga point sesuai dengan rumusan masalah yaitu : Faktor-faktor yang menyebabkan klien menjadi depresi, Proses Terapi Metode Tawakkal untuk mengurangi depresi akibat keguguran, hasil akhir Proses Terapi Metode Tawakkal dalam mengurangi depresi.

Bab V : Penutup, berisi tentang kesimpulan mengenai hasil penelitian mengenai Implementasi Terapi Metode Tawakkal Habib dalam mengurangi depresi Akibat Keguguran di Kecamatan Perbaungan dan saran yang berkaitan dengan penelitian tersebut.