

BAB IV
METODE TERAPI RUQYAH DALAM
MENINGKATKAN KETENANGAN JIWA IBU
RUMAH TANGGA DI YAYASAN IBNU SINA
AS-SYAR'IYYAH

A. Proses Terapi *Ruqyah* Terhadap Pasien Ibu Rumah

Tangga

Terdapat beberapa tahapan atau langkah-langkah dalam prosedur pelaksanaan terapi *ruqyah* di Yayasan Ibnu Sina As-Syar'iyyah selama proses terapi *ruqyah* berlangsung. Dalam pelaksanaan terapi *ruqyah*, terapis menggunakan beberapa tahapan dalam proses terapi *ruqyah* yang dijelaskan dibawah ini:

1. Pertemuan Pertama

a. *Interview*

Pada tahap awal pasien mengisi biodata yang telah disediakan oleh Yayasan, pada tahapan awal di sesi pertama, pasien di *interview* oleh terapis apa yang sedang dialami, permasalahan yang tengah dihadapi, awal mula terjadinya permasalahan, berapa lama persoalan atau kejadian yang dihadapi

oleh pasien, akibat dari persoalan yang timbul, apa dampak yang dialami oleh pasien. Kemudian pasien bercerita kepada terapis mengenai permasalahannya lalu disimpulkan oleh terapis. Namun sebelum pada tahapan proses terapi *ruqyah*, pasien diminta agar berwudu terlebih dahulu.¹

b. Analisis

Pada tahapan ini, terapis menganalisa permasalahan yang diceritakan oleh pasien, terapis menganalisa beberapa hal yang terjadi pada kehidupan rumah tangga seperti, apakah kehidupan keluarga sehari-hari harmonis, apakah dalam rumah tangga peran seorang kepala keluarga (suami) berperan dan bertanggung jawab dalam keluarga terutama dalam mengingatkan ibadah seperti salat, membaca Alquran, dan lain-lain. dan tugas ibu rumah tangga dalam keluarga, adakah kekurangan dalam hal melayani keluarga seperti kebutuhan biologis dan lain-lain. Dalam proses analisis, pasien ditemani oleh mahram atau keluarga terdekatnya dan selama proses ini memerlukan waktu satu jam sampai satu

¹ Wawancara dengan Ustadz Erwin Burhanudin, pada Senin 17 Desember 2018.

setengah jam. Pada tahapan ini terapis berusaha untuk tetap menenangkan pasien selama proses *ruqyah* berlangsung.²

c. Muhasabah Diri

Setelah pasien menjalani proses analisis, dalam keadaan tenang pasien diarahkan untuk menuju proses muhasabah diri. Terapis mengajak pasien untuk muhasabah diri, dalam proses ini bersamaan dengan tahapan pembacaan ayat-ayat *ruqyah*, terapis memerikan beberapa dalil-dalil Alquran dan hadis yang dibacakan oleh terapis. Menurut Erwin selaku ketua Yayasan sekaligus terapis, bahwa salah satu kehancuran dalam rumah tangga adalah kurangnya introspeksi diri pada suami ataupun istri. Pada tahapan muhasabah diri ini terapis memberikah lima poin pertanyaan kepada pasien sambil dibacakan ayat-ayat *ruqyah* oleh asisten terapis, dibarengi dengan kembali mengingatkan kepada pasien mengenai dosa-dosa yang pernah dilakukan oleh pasien.

² Wawancara dengan Ustadz Erwin Burhanudin, pada Senin 17 Desember 2018.

Pertanyaan pertama, terapis menanyakan bagaimana hubungan keseharian pasien dengan orang tua pasien, hubungan dengan orang tua suami, dan hubungan dengan keluarga sekitar. Kemudian setelah sesi ini, terapis mengingatkan kepada pasien, jika ada salah satu hubungan dengan orang tua maupun keluarga yang dikatakan kurang baik, segera memohon ampun kepada Allah SWT dengan *beristigfar* lalu meminta maaf. Berbakti kepada kedua orang tua merupakan perbuatan mulia yang dicintai Allah dan Rasul-Nya. Ia merupakan jalan tol untuk mencapai surga, Alquran menyebut perintah berbakti pada orang tua setelah perintah menyembah kepada Allah.³ Terapis membarengi proses muhasabah diri dengan terus membacakan ayat-ayat *ruqyah*.

Terapis kembali membuka pertanyaan kedua mengenai kewajiban salat lima waktu, jika pasien masih lalai dalam mengerjakan kewajiban salat lima waktu, maka terapis kembali mengingatkan agar segera memperbaiki pola ibadah salat lima waktu. Pertanyaan ketiga pada tahapan muhasabah ini, terapis kembali bertanya kepada pasien mengenai adakah dosa besar

³ Muhammad Syafi'ie, *40 Amalan Ringan Penghapus Dosa Pendulang Pahala* (Jakarta: PT Wahana Semesta Intermedia, 2010), h. 31.

yang pernah dilakukan oleh pasien sebelum berumah tangga dengan suami, seperti halnya pacaran, bersentuhan dengan yang bukan mahram dan lain-lain. Dosa-dosa besar yakni dosa kecil yang dikerjakan secara terus-menerus terlebih jika hal itu dilakoni dengan faktor kesengajaan. Adapun yang termasuk pada dosa besar yaitu menyekutukan Allah atau syirik, berbuat maksiat secara terus-menerus, mudah berputus asa dalam segala bidang persoalan terutama dalam bidang aqidah, meninggalkan salat wajib tanpa adanya halangan yang dibenarkan menurut syar'i.⁴

Jika pasien mengakui, terapis menanyakan kembali sudah sejauh mana taubat kita kepada sang pencipta yaitu Allah SWT, terapis kembali mengingatkan agar pasien bertobat secara sungguh-sungguh kepada Allah SWT. Selanjutnya pada pertanyaan keempat, terapis menanyakan kepada pasien dosa apa kiranya yang pernah dilakukan setelah menikah, namun mungkin dosa itu kurang disadari oleh pasien. Pasien kembali bermuhasabah dengan mengingat dosa yang pernah dilakukan kepada suami khususnya selama berumah tangga, entah itu

⁴ Zen Abdurrahman, *Dosa-Dosa Pemicu Berbagai Penyakit Berat* (Jogjakarta: Bening, 2011), h.22-25.

mempunyai prasangka buruk terhadap suami, kurangnya rasa syukur terhadap suami selama ini dan lain-lain. jika pasien menyadari dan mengakui perilaku atau sifat yang salah yang selama ini dilakukan kepada suami atau keluarga, terapis terus mengingatkan agar pasien bertaubat sambil terus beristigfar memohon ampun kepada Allah. Sambil terus dibacakan ayat-ayat *ruqyah*.

Pada pertanyaan terakhir terapis bertanya, apakah pasien selama ini telah bersyukur dengan apa yang telah dimiliki pasien selama ini, entah terhadap suami, anak-anak, ataupun keluarga. Jika belum, terapis merubah pola pikir pasien agar tetap bersyukur pada setiap kenyataan yang sekarang dihadapi, terus meyakini kepada pasien bahwa fikiran-fikiran buruk atas sikap kurang bersyukur pasien terhadap Allah, hanya akan menambah dosa-dosa dan membuat diri pasien terus merasa kekurangan. Pada pertanyaan ini, terapis mencoba merubah pola pikir pasien yang semula terus berprasangka buruk, dan akhirnya terus bersyukur dengan apapun yang telah diberikan Allah SWT.⁵

⁵ Wawancara dengan Ustadz Erwin Burhanudin, pada Senin 17 Desember 2018.

d. Tausiyah

Setelah selesai pada tahapan muhasabah diri dengan tahapan *ruqyah*, terapis kembali menguatkan kondisi psikis pasien dengan pemberian tausiyah. Pada tahapan tausiyah terapis mengingatkan kepada pasien agar menguatkan pola ibadah kepada Allah SWT, seperti memperbaiki dan menguatkan salat sunah secara rutin, memperbanyak membaca ayat-ayat Alquran terutama pada waktu tertentu seperti pada waktu maghrib dan subuh, membaca amalan zikir pagi dan petang, sambil terus memohon ampun kepada Allah SWT agar Allah terus memberikan ketenangan jiwa pada psikis pasien.⁶

Adapun ayat-ayat *ruqyah* yang biasa digunakan pada saat proses terapi *ruqyah* yaitu :

1. Al-Fātihah ayat 1-7
2. Al-Baqarah ayat 1-5
3. Al-Baqarah ayat 255-257
4. Al-Baqarah ayat 284-286

⁶ Wawancara dengan Ustadz Erwin Burhanudin, pada Senin 17 Desember 2018.

5. Āli-Imrān ayat 2
6. At-Taubah ayat 129
7. Al-Ikhlās ayat 1-4
8. Al-Falaq ayat 1-5
9. An-Nās ayat 1-6

2. Pertemuan Kedua

a. Evaluasi

Setelah sebelumnya telah melakukan proses terapi *ruqyah* dengan muhasabah diri, tahapan selanjutnya dipertemuan kedua terapis melihat rekam medis pada data pasien, melihat perkembangan pasien dari data sebelumnya. Terapis menanyakan kepada pasien perihal apakah tugas-tugas yang harus dilakukan pasien selama proses pemulihan telah dikerjakan dirumah, seperti telah memperbaiki pola ibadah dengan mengerjakan salat wajib lima waktu dengan membaca Alquran yang wajib dibaca setelah salat maghrib dan subuh setiap hari. Bagaimana hubungan dengan keluarga, apakah telah memperbaiki hubungan dengan orang tua pasien, atau hubungan dengan orang tua dari pihak suami (mertua). Lalu bagaimana dengan dosa-dosa yang

dilakukan setelah pernikahan, apakah telah pasien menobatan dengan sungguh-sungguh kepada Allah SWT. Jika tugas-tugas tersebut telah dilakukan dengan baik oleh pasien telah, maka kondisi psikis pasien bisa dianggap lebih tenang dari kondisi sebelumnya.⁷

3. Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan ketiga, terapis memberikan pemahaman atau saran terhadap pasien agar mampu melaksanakan zikir setiap harinya, terutama pada waktu pada waktu pagi dan petang. Selain penguatan zikir, terapis meminta pasien agar menuliskan mimpi-mimpi pasien selama 10 tahun kedepan, seperti ingin terus mendapatkan kebahagiaan rumah tangganya sakinah mawaddah warahmah, ingin terus harmonis hubungan bersama suami, anak-anak dan lain-lain. Fungsi menuliskan mimpi-mimpi yang diinginkan oleh pasien, adalah agar pasien mampu mencapai keinginan sekaligus ketenangan jiwa yang didapat melalui usaha pasien dari mengerjakan salat dhuha, salat taubat, salat tahajud

⁷ Wawancara dengan Ustadz Erwin Burhanudin, pada Senin 17 Desember 2018.

dan salat sunah lainnya, agar Allah SWT mengabulkan keinginan mimpi-mimpi yang ditulis pasien dan Allah SWT memberikan ketenangan jiwa pada kondisi psikis pasien.⁸

B. Keberhasilan Terapi Ruqyah Pada Pasien Ibu Rumah Tangga Setelah Melakukan Terapi Ruqyah

Keberhasilan terapi *ruqyah* dalam meningkatkan ketenangan jiwa ibu rumah tangga, bisa dilihat dari keberhasilan dan perkembangan pasien setelah menjalani proses terapi *ruqyah* di Yayasan Ibnu Sina As-Syar'iyah, adapun keberhasilan tersebut dijelaskan sebagai berikut :

1. LS

Setelah menjalani proses terapi *ruqyah* selama tiga kali pertemuan, LS mengalami perkembangan yang sangat baik. LS pun menjalani beberapa tugas harian dirumah yang dikerjakan untuk membantu memulihkan kondisi psikis LS seperti, menjalankan salat 5 waktu dengan mengerjakannya diawal waktu, membaca zikir pada saat pagi dan petang, diwajibkan

⁸ Wawancara dengan Ustadz Erwin Burhanudin, pada Senin 17 Desember 2018.

membaca Alquran pada waktu subuh dan maghrib dimaksimalkan satu lembar setiap harinya, selanjutnya berdoa kepada Allah SWT meminta kesembuhan, menjaga amalan sebelum tidur, dan berusaha ikhlas menerima penyakit yang sedang dialami berusaha memaafkan orang lain yang ada disekitar kita.

Adapun perubahan psikis LS setelah menjalani proses terapi *ruqyah* selama tiga kali di setiap pertemuannya, LS juga melakukan proses bekam dan menjalani proses mandi yang air nya telah dibacakan ayat-ayat *ruqyah* oleh terapis dan saat ini kondisi psikis LS dikatakan lebih baik, emosi lebih terkontrol, perilaku marah yang berkurang kepada keluarga, lebih bisa menyeimbangkan pikiran dan menerima keadaan dengan melihat dan merasakan makhluk halus yang ada disekitarnya, kondisi jiwa yang lebih tenang setelah menjalani proses terapi *ruqyah*, dan lebih baik lagi menjalankan peran LS sebagai ibu rumah tangga dengan mengurus suami dan anak-anaknya. Bahkan setelah dinyatakan sembuh, LS sampai sekarang menjadi salah

satu terapis di Yayasan untuk membantu pasien-pasien lain yang menjalani pengobatan terapi *ruqyah*.⁹

2. YR

Perkembangan psikis yang dialami YR setelah menjalani proses terapi *ruqyah* selama satu tahun menunjukkan perubahan yang cukup baik. LS pun menjalani beberapa tugas harian yang diberikan oleh terapis antara lain, berusaha ikhlas menerima penyakit yang dialami, menghapus semua kenangan masa lalu yang negatif dalam pikiran, membaca amalan zikir pagi dan petang setiap hari, melaksanakan salat sunah setiap harinya, dan meminum kapsul bidara yang telah dibacakan ayat-ayat *ruqyah*.

Adapun perubahan psikis YR setelah menjalani pengobatan terapi *ruqyah* menunjukkan kondisi psikis yang cukup baik diantaranya, emosi YR lebih stabil, lebih merasakan ketenangan dalam jiwa tidak was-was, hubungan dengan keluarga terutama suami lebih harmonis. Dan kondisi raga yang lebih baik dan sehat tanpa mengkonsumsi obat penenang kembali. Ditambah

⁹ Wawancara dengan pasien LS pada tanggal 4 November 2018.

penguatan zikir dan salat sunah yang sekarang dijalankan oleh YR setelah mendapat saran dari terapis di Yayasan.¹⁰

3. NT

Perubahan yang dialami oleh NT setelah menjalani terapi *ruqyah* selama kurang lebih dua bulan, NT menunjukkan perubahan yang cukup baik, NT menjalani tugas harian yang diberikan oleh terapis antara lain ikhlas menerima keadaan atau takdir pada diri kita, setelah salat dan mendoakan atau memaafkan orang-orang yang pernah menzalimi diri kita, melaksanakan amalan zikir pagi dan petang setiap harinya, memperbanyak membaca ayat-ayat Alquran minimal satu lembar dalam sehari.

Adapun perubahan psikis NT setelah menjalani proses terapi *ruqyah* massal yang di selenggarakan oleh Yayasan, NT lebih mendapatkan ketenangan jiwa, lebih bisa menerima dan lebih sabar atas keadaan dirinya sebagai seorang *single parents*. Selain itu, penyakit medis yang dirasa sebelum menjalani pengobatan

¹⁰ Wawancara dengan pasien YR pada tanggal 3 November 2018.

ruqyah cukup mengganggu aktivitas keseharian NT, kini setelah menjalani pengobatan *ruqyah* berkurang sedikit-demi sedikit, dan hubungan dengan anak-anak NT lebih harmonis.¹¹

4. ER

Setelah menjalani proses terapi *ruqyah* kurang lebih dua bulan, ER menunjukkan hasil yang baik pada keadaan psikisnya, ER Sebelumnya menjalani tugas harian yang diberikan oleh terapis antara lain membuang sampah hati pada diri dengan memaafkan dan mendoakan orang-orang yang telah berbuat zalim pada diri kita, mengikhlaskan keadaan apapun yang sekarang dijalani, memperbanyak amalan sehari-hari yakni dengan melaksanakan amalan zikir pagi dan petang.

Adapun perubahan kondisi psikis ER setelah menjalani proses terapi *ruqyah*, menjadi lebih tenang kepada jiwa maupun pikiran, tidak sering marah terhadap keluarga dirumah, terutama lebih menyadari dan berkurangnya sifat-sifat dengki, iri didalam

¹¹ Wawancara dengan pasien NT pada tanggal 4 November 2018

hati ER. Sehingga kehidupan ER sekarang terasa lebih baik lagi dijalani.¹²

5. SM

Perubahan yang terlihat setelah SM menjalani pengobatan terapi *ruqyah* selama tujuh kali pertemuan, SM mengalami perkembangan yang sangat baik. SM sebelumnya telah melakukan tugas harian untuk pemulihan kondisi psikis SM, yang diberikan oleh terapis antara lain, melakukan salat taubat sampai benar-benar meyakini dosa-dosa dan kesalahan yang ada pada diri, melakukan amalan sunah seperti zikir pagi dan petang, menjalankan salat 5 waktu, diwajibkan membaca Alquran pada waktu subuh dan maghrib dimaksimalkan satu lembar setiap harinya, melaksanakan salat sunah tahajud dan salat sunah lainnya, dan mengikhlaskan keadaan yang dijalani lalu meyakini bahwa cobaan tersebut datangnya dari Allah SWT.

Kemudian setelah lebih dari satu kali SM melakukan terapi *ruqyah* dan berkonsultasi secara lebih kepada terapis, akhirnya

¹² Wawancara dengan ER pada tanggal 19 Februari 2019.

SM berangsur-angsur bisa mengontrol kondisi emosi serta pikirannya, SM kembali mendapatkan ketenangan jiwanya setelah beberapa bulan belakangan ini mengalami kegoncangan jiwa, hubungan dengan suami maupun anak-anak SM kembali baik, dampak lain yang dirasakan hubungan SM dengan sang pencipta semakin kuat karena SM lebih sering lagi menjalankan kewajiban salat wajib maupun salat sunah dan kegiatan ibadah lainnya.¹³

Untuk lebih jelas melihat perkembangan pasien setelah melakukan terapi *ruqyah* di Yayasan Ibnu Sina As-Syar'iyah, pada tabel di bawah ini akan disebutkan secara detail, perubahan psikis maupun fisik sebelum melakukan terapi *ruqyah* dan setelah melakukan terapi *ruqyah* :

¹³ Wawancara dengan SM pada tanggal 19 Februari 2018.

Tabel 2.1
Hasil Perubahan Pasien Ibu Rumah Tangga Setelah
Menjalani Terapi Ruqyah

No	Nama Pasien	Kondisi Sebelum Melakukan Terapi Ruqyah	Kondisi Setelah Melakukan Terapi Ruqyah
1	LS	1. Takut 2. Emosional 3. Tertawa sendiri 4. Menjerit-jerit 5. Sering Cemas 6. melihat makhluk halus	1. Lebih siap menjalani kehidupan 2. Sabar dan bisa lebih mengendalikan emosinya 3. Tidak tertawa sendiri 4. Lebih tenang kondisi jiwa dan fikiran setelah melakukan terapi <i>ruqyah</i> 5. Berkurangnya rasa cemas 6. lebih bisa menerima keadaan dengan melihat makhluk halus
2	YR	1. dimasuki makhluk halus 2. Emosional 3. Mengonsumsi obat penenang 4. Sakit-sakitan 5. Cemas	1. Tidak dimasuki makhluk halus 2. Lebih sabar 3. Berhenti mengonsumsi obat penenang 4. Kondisi badan lebih vit 5. Kecemasan berkurang

3	NT	<ol style="list-style-type: none"> 1. Emosional 2. Perasaan Sedih 3. Perasaan jiwa yang kurang tenang 4. Maag 5. Pinggang yang terus sakit 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sabar dan Lebih bisa mengendalikan emosi 2. Tidak sedih 3. Dengan mengikuti kajian-kajian keislaman dan terapi <i>ruqyah</i> yang dijalani, sekarang kondisi jiwa lebih tenang 4. Tidak sering kambuh 5. Bagian pinggang yang mulai membaik
4.	ER	<ol style="list-style-type: none"> 1. Emosional 2. Perasaan iri dan dengki 3. Perasaan jiwa yang kurang tenang 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lebih bersabar dan bisa mengotrol emosi 2. Menyadari perasaan atau sifat negatif dan ingin merubahnya 3. Kondisi jiwa lebih mendapatkan ketenangan
5	SM	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjerit-jerit melihat makhluk halus 2. Emosional 3. Tekanan batin 4. Tidak sabar 5. Takut 6. Insomnia 7. Pusing 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bisa menerima keadaan dengan melihat makhluk halus Emosi lebih terkontrol 2. Menerima keadaan atau cobaan yang dihadapi 3. Lebih tenang dengan mendapatkan

			terapi <i>ruqyah</i> 4. Lebih bersabar 5. Lebih berani melawan hal-hal negatif pada diri 6. Pola tidur lebih baik, dan meniyasati dengan salat malam 7. Lebih bersyukur karena masih diberikan penyakit
--	--	--	---

C. Kendala Terapis Selama Proses Terapi Ruqyah Terhadap Ibu Rumah Tangga

Selama proses terapi *ruqyah* berlangsung, tentulah terdapat beberapa kendala yang sering ditemukan oleh terapis pada saat proses terapi *ruqyah*. Adapun kendala yang dihadapi selama proses terapi *ruqyah* yaitu sebagai berikut :

1. Pasien belum paham arti *ruqyah* yang sesuai dengan syariat
2. Pasien menganggap bahwa terapi *ruqyah* hanya untuk gangguan jin saja
3. Pada saat proses *ruqyah* terjadi, kemudian tidak ada reaksi apapun dari pasien. Pasien beranggapan bahwa

dirinya sehat dan tidak terdapat gangguan pada kondisi kejiwaannya.

4. Pasien tidak mengamalkan atau melaksanakan tugas amalan sehari-hari yang harus dilakukan pasien pada saat dirumah (seperti zikir pagi dan petang, dan salat sunah lainnya).
5. Pasien belum sepenuhnya bertawakal kepada Allah SWT atas sakit yang dialaminya.¹⁴

¹⁴ Wawancara dengan Ustadz Erwin Burhanudin, pada Senin 17 Desember 2018.