

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1. Latar Belakang Masalah

Dalam forum diskusi pengobatan depresi tersamar, KRT. Soejono Prawirohusodo ( 1990 ), mengatakan bahwa pada dasarnya pengobatan formal terhadap penderita depresi dapat dilakukan dengan tiga cara, yaitu terapi psikofarmaka, psikoterapi dan terapi kejang listrik. Sedangkan Maramis ( 1998 ), secara umum membagi terapi psikiatri dalam tiga kelompok, yaitu somatoterapi ( prioritas kepada unsur badaniah ), psikoterapi ( prioritas kepada unsur kejiwaan ), dan manipulasi lingkungan. Akan tetapi lebih lanjut lagi dikatakan bahwa terapi dalam psikiatri merupakan terapi yang harus memakai pendekatan holistik dimana pasien tidak dapat dipisahkan menjadi badan dan jiwa serta lingkungan. Bahkan psikoterapi itu sendiri dapat dikatakan suatu keharusan dalam pengobatan kedokteran jiwa baik sebagai terapi utama maupun sebagai penyempurna bagi terapi jiwa lainnya.

Maramis ( 1998 ), mendefinisikan psikoterapi sebagai suatu cara pengobatan terhadap masalah emosional pasien yang dilakukan oleh seorang yang terlatih dalam hubungan profesional secara sukarela, dengan maksud hendak menghilangkan, mengubah atau menghambat gejala – gejala yang ada, mengoreksi perilaku yang terganggu dan mengembangkan pertumbuhan kepribadian secara positif.

Psikoterapi juga merupakan suatu cara terapi dengan pendekatan psikologik kepada penderita – penderita yang memiliki problem – problem emosional / kepribadian dengan tujuan membuat penderita bahagia, matang dan bisa berdiri sendiri ( Prawirohardjo, 1973 ).

Metode psikoterapi dapat dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu psikoterapi suportif / supresif dan psikoterapi wawasan atau *insight psychotherapy* ( Maramis, 1998 ). Namun dalam hal ini, penulis hanya akan membahas mengenai psikoterapi dengan pendekatan agama Islam yang dapat dikategorikan psikoterapi suportif pada penderita depresi.

Psikoterapi suportif ini menggunakan teknik yang membantu pasien merasa aman, diterima, terlindungi, terdorong, aman dan tidak merasa cemas ( Kaplan dan Sadock, 1997 ). Dalam kitab suci Al-Qur'an tidak sedikit ayat yang membicarakan mengenai bimbingan dan nasehat untuk membantu mengatasi problem kejiwaan, sehingga akan timbul suatu perasaan tenang, terlindungi dan terhindar dari rasa cemas.

Secara etimologis, Islam dapat berarti selamat atau bersih ( dari kata *al-silm*, *al-salam*, *al-salamah* ), perdamaian atau keamanan ( dari kata *al-silm*, *al-salm* ), dan berserah diri, tunduk atau taat ( dari kata *al-salam*, *al-salm*, *alsilm* ). Dan Islam tidak hanya mengatur hubungan antara manusia dengan Tuhan, tetapi juga mengatur hubungan antar manusia serta antara manusia dengan lingkungan sekitarnya (.Departemen Agama , 1999 ). Dengan adanya keharmonisan ini akan tercapai suatu

ketenangan jiwa yang merupakan salah satu tujuan pada terapi – terapi penyakit kejiwaan, seperti depresi.

DSM IV ( 1995 ), menyebutkan depresif dan gangguan bipolar I sebagai dua gangguan mood utama. Penderita dengan mood terdepresi ( yaitu depresi ) merasakan hilangnya energi dan minat, perasaan bersalah, kesulitan berkonsentrasi, hilangnya nafsu makan dan pikiran tentang kematian atau bunuh diri ( Kaplan dan Sadock, 1997). Hawari ( 1995 ), menambahkan bahwa depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan ( afektif dan mood ) yang ditandai dengan perasaan murung, lesu, ketiadaan gairah hidup, putus asa dan merasa tak berarti. Zakiah Daradjat ( 1996 ), mengatakan bahwa perasaan tak berarti dan putus asa ini dapat dihilangkan , diantaranya dengan memberikan motivasi agama bahwasanya hidup ini memiliki tujuan untuk mengabdikan kepada Nya.

Berdasarkan hal di atas, dan dengan melihat mayoritas penduduk Indonesia beragama Islam ( sekitar 88 % ), maka dapat diperkirakan pula bahwa penderita depresi pun kemungkinan besar adalah orang Islam. Oleh karena itu penulis merasa perlu untuk mendalami dan lebih memahami penggunaan dan manfaat psikoterapi dengan metode agama Islam bagi penderita depresi yang tentu saja beragama Islam.

## **I.2 . Permasalahan**

Dengan didasari latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan, bagaimana psikoterapi dengan metode agama Islam dapat dilakukan pada penderita depresi.

### **I.3. Tujuan Penulisan**

Sesuai dengan masalah di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penulisan ini adalah untuk mengetahui dan memahami tentang penatalaksanaan depresi melalui psikoterapi dengan metode agama Islam bagi penderita depresi.

### **I.4. Manfaat Penulisan**

Memberikan gambaran kepada pembaca mengenai penggunaan dan manfaat psikoterapi dengan metode agama Islam sebagai salah satu terapi yang diberikan pada penderita depresi.