

Pengaruh Pemberian Terapi Zikir Terhadap Penurunan Frekuensi Halusinasi Pendengaran

Sutri Yani^{1,*}, Rizka Wahyu Utami²

^{1,2} STIKes Sapta Bakti, Jln Mahakam Raya No 16 Lingkar Barat Bengkulu, 38221, Indonesia

Sutriyani020585@gmail.com^{*1}, rizkawahyuutami7@gmail.com²

* corresponding author

Abstrak

Halusinasi merupakan gangguan jiwa dimana klien mengalami perubahan sensori persepsi, merasakan sensasi palsu penglihatan, pengecapan perabaan atau penghiduan. Klien merasakan stimulus yang sebetulnya tidak ada. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi zikir terhadap penurunan frekuensi halusinasi. Penelitian ini adalah quasai-eksperimen menggunakan desain pretest-posttest. Jumlah sampel yang digunakan adalah 15 orang dengan masalah halusinasi. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik consecutive sampling yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Analisis menunjukkan bahwa nilai $p = 0,001$ yang berarti bahwa ada pengaruh terapi zikir terhadap penurunan frekuensi halusinasi.

Kata kunci : Terapi Zikir, Halusinasi.

The Effect of Dhikr Therapy on Reducing the Frequency of Auditory Hallucination

Abstract

Hallucinations are mental disorders in which the client experiences changes in sensory perception, feels false sensations of sight, taste, touch or smell. The client perceives a stimulus that is not actually there. The purpose of this study was to determine the effect of giving dhikr therapy on reducing the frequency of hallucinations. This research is a quasai-experiment using a pretest-posttest design. The number of samples used were 15 people with hallucination problems. The sample in this study was taken using the consecutive sampling technique which was analyzed using the Wilcoxon test. The analysis showed that the value of $p = 0.001$, which means that there is an effect of zikir therapy on reducing the frequency of hallucinations.

Keywords : *zikir therapy, hallucination.*

PENDAHULUAN

Halusinasi merupakan salah satu gejala gangguan jiwa dimana klien mengalami perubahan persepsi sensori, seperti merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, pengecapan, perabaan atau penghiduan. Klien merasakan stimulus yang sebetulnya tidak ada. Selain itu, perubahan persepsi sensori tentang suatu objek, gambaran, dan pikiran, yang sering terjadi tanpa adanya rangsangan dari luar meliputi semua sistem penginderaan (pendengaran, penglihatan, penciuman, perabaan, atau pengecapan) (Keliat dkk, 2012).

Halusinasi yang paling banyak diderita adalah halusinasi pendengaran

mencapai lebih kurang 70% sedangkan halusinasi penglihatan menduduki peringkat ke 2 dengan rata-rata 20% sementara jenis halusinasi yang lain yaitu halusinasi pengecapan, penghidu, perabaan, kenestetik hanya meliputi 10% (Muhid,2015) Berdasarkan data Riskesdas 2018 Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) dilakukan pada 300.000 sampel orang dengan gangguan jiwa sebanyak 1,2 juta jiwa. Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan proporsi secara signifikan di bandingkan data Riskesdas 2013 naik dari 1,7% menjadi 7%. Indonesia memiliki 236 juta orang dengan gangguan jiwa, dan dalam kategori penyakit jiwa ringan 6%,

dan 0,17% penduduk menderita gangguan jiwa berat, dari 34 provinsi di Indonesia, Sumatera Barat menempati urutan kesembilan dengan penyakit jiwa maksimal 50.608 dan ditemukan bahwa 6% dari populasi setiap tahun menderita penyakit mental (Risksedas, 2018).

Mengatasi halusinasi dapat dilakukan dengan beberapa tahap, yaitu terapi fase akut dilakukan pada saat terjadi episode akut dari skizofrenia akut yang melibatkan gejala psikotik, terapi fase stabilisasi dilakukan setelah gejala psikotik akut telah dapat dikendalikan dan terapi tahap pemeliharaan dilakukan pada saat terapi pemulihan jangka panjang skizofrenia. Pada terapi pemulihan ini dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi dan terapi farmakologi. Pada terapi non farmakologi ini dapat dilakukannya strategi pelaksanaan (SP) halusinasi dengan modifikasi terapi zikir.

Biasanya perilaku dzikir diperlihatkan orang hanya dalam bentuk renungan sambil duduk berkamat-kamit. Al-Quran memberi petunjuk bahwa dzikir itu bukan hanya ekspresi daya ingat yang ditampilkan dengan komat-kamitnya mulut sambil duduk merenung. Lebih dari itu, dzikir bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif. Dalam Al-Quran ada banyak makna dzikir berarti membangkitkan daya ingatan, “dengan mengingat Allah (dzikrullah, hati orang-orang menjadi tenang.” Dalam pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa zikir itu adalah mengingat Allah, menyebut nama Allah dan membaca Firman-Nya serta berdo’a kepada Allah, sesuai dengan apa yang telah diajarkan Al-Qur’an dan Hadis. Ingat adalah pekerjaan hati (akal) semata, sedangkan sebut ialah mengingat dengan menurut sertakan lidah. Mengingat Allah dengan hati atau akal saja adalah baik, tetapi dengan menurut sertakan lidah (sebutan) adalah lebih baik, Berarti mengingat Allah dengan jiwa dan raga bersama-sama (Faishal Aushafi, 2017).

Mekanisme bahwa terapi zikir bisa mengontrol halusinasi, yakni fungsi sistem saraf untuk mendeteksi, menganalisa, dan menghantarkan informasi. Informasi dikumpulkan oleh sistem sensorik, di intergrasikan ke otak adalah bagian otak depan (frontal lobe) dalam perencanaan, pengaturan, pemecahan masalah, perhatian, kepribadian, serta termasuk tingkah laku maupun emosi maka bagian otak depan disebut prefrontal cortex sebagai fungsi kognitif untuk menentukan kepribadian dan sinyal akan di teruskan ke otak bagian belakang terdiri dari premotor dan motor sebagai sistem motorik dan jalur otonom untuk mengontrol gerakan, aktivitas viserial, dan fungsi-fungsi endokrin. (Ikawati, 2014)

Zikir jika di tinjau dari segi etimologi merupakan berasal dari bahasa arab dalam bentuk masdar yang berarti menjaga sesuatu dengan menyebut atau mengingatnya. secara khusus zikir orang akan memperoleh ketenangan jiwa dan kelegaan batin, karena ia akan mengingat dirinya dan merasa diingatkan oleh Allah SWT. Dengan zikir dilakukan, maka Allah akan mengetahui, memperhatikan dan mendengarkan doanya. (Ibnu Athaillah, 2013). Orang yang selalu berzikir mengingat Allah dalam keadaan bagaimana pun akan terhindar segala tingkah laku yang negatif dan hatinya akan tenang, nyaman dan damai. Hal ini biasanya dibarengi dengan berbagai khayalan hati maupun pikiran sehingga setan dengan mudah memberikan rasa was-was kedalam hati manusia, untuk itu hanya zikir yang dapat menutup pintu masuk setan, karena zikir merupakan lawan dari semua godaan setan dan dapat terputus dengan zikir kepada Allah. (Saefullah, 2012). Terapi spiritual atau terapi religius yang antara lain terapi zikir, apabila dilafalkan secara baik dan benar dapat membuat hati menjadi tenang dan rileks. Terapi zikir juga dapat diterapkan pada pasien halusinasi, karena ketika

pasien melakukan terapi zikir dengan tekun dan memusatkan perhatian yang sempurna (khusus) dapat memberikan dampak saat halusinasi itu muncul, pasien juga bisa menghilangkan suara-suara yang muncul dapat menyibukkan diri dengan melakukan terapi zikir(Fananda, 2012).

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian ini menggunakan Pre Ekperimental dengan one group Pretest-posttest. Populasi penelitian ini adalah semua pasien halusinasi pendengaran yang berjumlah 15 teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik consecutive sampling yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 1. Rata-rata Frekuensi Halusinasi Pendengaran Sebelum & Sesudah Pemberian Terapi Zikir

	N	Mean	Std. Deviation	Min	Max
Sebelum	15	6,40	3,006	2	10
Sesudah	15	0,67	1,113	0	3

Berdasarkan tabel 1. Diketahui bahwa penurunan frekuensi minum-minuman keras dimana sebelum dilakukan terapi nilai mean 6,40 dengan standar deviasi 3,006 nilai minimum 2 maksimum 10. Setelah dilakukan terapi nilai mean 0,67 dengan standar deviasi 1,1133 nilai minimum 0 maksimum 3.

Table 2. Pengaruh Pemberian Terapi Zikir Terhadap Penurunan Frekuensi Halusinasi Pendengaran

	N	Mean	Std.Deviation	P Value
Sebelum	15	6,40	3,006	0,001
Ssesudah	15	0,67	1,113	

Pada tabel 2. Didapatkan penurunan frekuensi minum-minuman keras dimana sebelum dilakukan terapi nilai mean 6,40 dengan standar deviasi 3,006. Setelah dilakukan terapi nilai mean 0,67 dengan standar deviasi 1,113. Hasil uji statistik

didapatkan nilai p value =0,001 yang bearti ada pengaruh signifikan sebelum dan sesudah dilakukan terapi zikir.

Dengan adanya data tersebut kita dapat mengidentifikasi jenis halusinasi, situasi saat terjadinya halusinasi, perasaan pasien saat halusinasi, kapan waktu, frekuensi dan situasi munculnya gejala halusinasi yang dialami pasien sehingga dapat memberikan tindakan keperawatan yang sesuai dengan kebutuhan pada pasien halusinasi. Tujuan dari intervensi tersebut meliputi pertama pasien mengenali halusinasi yang dialaminya, yang kedua pasien dapat mengontrol halusinasinya, dan ketiga pasien mengikuti program pengobatan secara optimal (Keliat, 2011). Modifikasi tindakan keperawatan sangat dibutuhkan untuk membantu pasien mengurangi halusinasi sehingga pasien dapat mengoptimalkan kemampuannya dan pasien dapat hidup sehat dimasyarakat. Nilai spiritual dapat disandingkan karena spiritual mempengaruhi terjadinya sakit. (Stuart, 2016) menyatakan nilai spiritual dapat mempercepat penyembuhan.

Terapi psikoreligius Dzikir dikatakan efektif untuk menurunkan tanda gejala halusinasi karena apabila dilafalkan secara baik dan benar dapat membuat hati menjadi tenang dan rileks. Terapi Dzikir juga dapat diterapkan pada klien halusinasi, karena ketika klien melakukan terapi Dzikir dengan tekun dan memusatkan perhatian yang sempurna (khusus) dapat memberikan dampak saat halusinasinya muncul klien dapat menghilangkan suara – suara yang tidak nyata dan lebih dapat menyibukkan diri dengan melakukan terapi Dzikir Dermawan, (2015) .

Gejala umum yang paling sering terjadi pada pasien gangguan persepsi sensori: halusinasi adalah tidak mampu membedakan antara rangsangan internal dan rangsangan eksternal. Macam-macam halusinasi ada lima yaitu pendengaran, penglihatan, perabaan, pengecap dan penciuman.namun yang paling sering terjadi adalah adalah halusinasi

pendengaran (Keliat, 2014). Sekitar 50%-70% dari semua pasien yang terdiagnosa halusinasi pendengaran.

Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh (Dermawan, 2017) yang mengatakan bahwa terapi zikir dapat mengurangi bisikan-bisikan/suara yang didengar oleh penderita halusinasi pendengaran. zikir merupakan suatu tindakan mengagungkan Allah, mensucikan hati dan jiwa, mengagungkan Allah selaku hamba yang bersyukur, zikir dapat menyehatkan tubuh, dapat mengobati penyakit dengan metode ruqyah, dan mencegah manusia dari bahaya nafs. Selain terapi zikir dapat pula dilakukan tindakan-tindakan lainnya.

Dzikir adalah aktivitas yang bersifat keutuhan untuk mengingat Allah dengan merasakan kehadiran-Nya didalam hati dan jiwa, dengan menyebut nama-Nya yang suci, serta mengimplementasikan kegiatan ini dalam bentuk perilaku, sikap, gerak, dan penampilan yang baik, benar dan terpuji, baik dihadapan-Nya maupun dibelakang-Nya.

Penerapan religius dzikir pada klien halusinasi bertujuan untuk mengontrol halusinasi karena ketika klien melakukan penerapan religius dzikir klien akan terdistraksi sehingga fokus perhatian klien akan beralih dari halusinasi ke kegiatan religius dzikir oleh penulis.

Kelebihan dari penelitian ini adalah pasien dapat lebih mengenal cara berzikir yang baik dan bahkan pasien dapat lebih dekat dengan Allah SWT sebagai penciptanya. Kekurangan penelitian ini hanya pada jumlah pasien yang akan di uji, jika pasien banyak maka akan memakan waktu untuk melakukannya, serta perilaku pasien saat dilakukan terapi zikir, ada yang dapat mengerti dengan cepat dan ada juga yang butuh waktu untuk dapat mengerti cara melakukan terapi zikir tersebut.

SIMPULAN

Terdapat pengaruh terapi zikir terhadap penurunan frekuensi halusinasi

setelah diberikan terapi zikir, dimana nilai $p = 0,001$.

DAFTAR PUSTAKA

- Al- Sakandari, Ibnu 'Athallah. 2013. Terapi Makrifat: Zikir Penentram Hati. Jakarta: Zaman.
- Deden Dermawan 2017, Pengaruh terapi Psikoreligius: zikir pada pasien halusinasi pendengaran di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta, vol 15; No 1
- Faishal Aushafi (2017). Pengaruh Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran. Semarang; Universitas Islam Negri Walisongo.
- Keliat, B. A. dan A. (2011). Keperawatan Jiwa Terapi Aktivitas Kelompok. Jakarta: EGC.
- Keliat dkk, 2012. *Manajemen Keperawatan Psikososial dan kader kesehatan jiwa*. Jakarta: EGC
- Keliat, Budi Anna, dkk. (2014). Kumpulan Draft Standar Asuhan Keperawatan: Diagnosis Keperawatan Gangguan. Fakultas Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia. Jakarta.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf – Diakses Agustus 2018.
- Saefullah. 2012. Manajemen Pendidikan Islam. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Stuart, G. (2016). Prinsip Dan Praktek Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart. Singapore. Singapore: Elsevier Inc.
- Dermawan, Deden (2015). Pengaruh terapi psikoreligius : Dzikir pada pasien halusinasi pendengaran di RSJD dr. Afif Zainudin Surakarta. Di unduh pada tanggal 03 Maret 2020 pukul 16.45 WIB, dari