

PENERAPAN PSIKOTERAPI ISLAM DALAM MENGELOLA STRESS PASIEN KANKER (STUDI KASUS TERHADAP KLIEN “M” KANKER PROSTAT DI TAHFIZ DARUL FURQAN)

Muhammad Afif Baihaqi Bin Salleh Sani*

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

afibaihaqi37@gmail.com

Abstrak

Kertas kerja ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stress yang dialami oleh pasien kanker prostat di Tahfiz Darul Furqan dan menganalisis peran psikoterapi Islam dalam membantu mengelola stress pasien kanker prostat. Ini adalah untuk mengkaji kondisi stress yang dialami pasien kanker prostat dengan melihat dampak stres berkepanjangan pada pasien, meneliti penerapan psikoterapi Islam seperti zikir, doa, dan Al-Quran dalam menangani stres dan membuat gambaran suatu keadaan secara subjektif dan deskriptif terkait kondisi pasien dan peran psikoterapi Islam. Metode yang digunakan adalah penelitian field reserch (penelitian lapangan) lapangan dengan menggunakan metode kualitatif untuk mengumpulkan, mengelompokkan, dan menganalisis data, membuat kesimpulan, dan melaporkannya secara subjektif dan deskriptif. Salah satu penyelidikan ini menggunakan teknik analisis data dari Imam Tri Sutrisno dengan judul “Pengaruh Spiritual Caring Dengan Murottal Terhadap Stress, Cemas Dan Depresi Pada Pasien Kanker Serviks Stadium Iiib Yang Menjalani Kemoterapi Di Rsud Dr. Soetomo Surabaya.” Isi penelitian ini mirip dengan penulis sendiri dengan membahas tentang mukjizat Al-Quran sebagai sumber untuk merawat stress pasien kanker. Hasil penelitian menemukan bahwa pasien bisa menjadi lebih baik hasil dari pengaruh spiritual caring dengan murottal yaitu Al-Quran dan pasien yang benar-benar mempraktikkan metode psikoterapi Islam yang diberikan akan menunjukkan perubahan positif seperti bisa tidur dengan mudah. Jadi kesimpulan utama dari penelitian ini adalah untuk memberikan pesan kepada pasien bahwa mereka tidak boleh putus asa dan selalu beritikad baik kepada Allah dalam menghadapi ujian berat seperti penyakit kanker prostat, serta menerima takdir dengan ikhlas. Dengan demikian, dengan menggunakan psikoterapi Islam, diharapkan pasien dapat mengelola stres dan melewati masa sulitnya dengan lebih baik.

Kata kunci: *Psikoterapi Islam, Stress, Kanker Prostat*

Abstract

This working paper aims to describe the stress experienced by prostate cancer patients at Tahfiz Darul Furqan and analyze the role of Islamic psychotherapy in helping manage the stress of prostate cancer patients. This is to examine the stressful conditions experienced by prostate cancer patients by looking at the impact of prolonged stress on patients, examining the application of Islamic psychotherapy such as dhikr, prayer and the Koran in dealing with stress and creating a subjective and descriptive picture of the situation regarding the patient's condition and the role of psychotherapy. Islam. The method used is field research using

qualitative methods to collect, group and analyze data, draw conclusions and report it subjectively and descriptively. One of these investigations used data analysis techniques from Imam Tri Sutrisno with the title "The Effect of Spiritual Caring with Murottal on Stress, Anxiety and Depression in Stage Iiib Cervical Cancer Patients Undergoing Chemotherapy at Dr. Hospital. Soetomo Surabaya." The content of this research is similar to the author himself by discussing the miracles of the Al-Quran as a source for treating the stress of cancer. The results of the study found that patients could improve as a result of the spiritual influence of caring with murottal, namely the Koran, and patients who truly practiced the Islamic psychotherapy methods provided would show positive changes such as being able to sleep easily. So the main conclusion of this research is to give a message to patients that they should not give up and always have good intentions towards Allah when facing serious trials such as prostate cancer, and accept their fate sincerely. Thus, by using Islamic psychotherapy, it is hoped that patients can manage stress and get through difficult times better.

Keywords: *Islamic Psychotherapy, Stress, Prostate Cancer.*

PENDAHULUAN

Kanker adalah pertumbuhan sel yang tidak normal seperti biasanya di mana semua sel tubuh memiliki fungsi tertentu. Kanker merupakan masalah kesehatan yang serius, termasuk kanker prostat. Prostat adalah kelenjar seukuran buah kenari yang ada dalam sistem reproduksi pria, terletak di antara leher kandung kemih dan saluran kemih (uretra). Prostat mengeluarkan cairan putih yang memberi nutrisi dan mengangkut sperma, disebut semen. Hormon pria yang dihasilkan oleh testis secara langsung mempengaruhi pertumbuhan dan fungsi prostat. Kanker prostat merupakan salah satu jenis kanker yang paling umum diderita pria dewasa. Di Hong Kong, jumlah kasus baru meningkat dari 683 kasus pada tahun 2000, menjadi 1655 pada tahun 2013 dan sebagian besar pasien berada di atas usia 60 tahun. Penderita kanker sering mengalami masalah psikologis seperti stres, cemas, dan depresi karena penyakit dan pengobatannya. Stres berkepanjangan dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental pasien.

Psikoterapi Islam merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk menangani masalah psikologis pasien kanker. Psikoterapi Islam merupakan proses medis untuk menyembuhkan penyakit mental, spiritual, mental, dan fisik melalui bimbingan dari Al-Quran dan Al Sunnah. Sejarah menunjukkan bahwa kehebatan seseorang bisa terjadi karena dampak iman kepada Allah SWT dan rukun iman lainnya dalam menyembuhkan jiwa manusia dari segala penyakit. Iman dapat mengatasi keresahan dan stres dalam hidup, mengembalikan kedamaian dan ketenangan jiwa, serta membantu manusia kembali berperan sebagai hamba dan khalifah Allah di bumi ini. Dalam Islam, penyakit diyakini sebagai ujian dan cobaan dari Allah SWT. Terapi rohani seperti zikir, doa, dan membaca Al Quran dapat membantu pasien meringankan stres dan mendapatkan ketenangan batin. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa psikoterapi Islam berbasis spiritual dapat menurunkan stres, cemas, dan depresi pada pasien kanker melalui aktivitas seperti mendengarkan Al Quran.

Menurut penelitian Imam Tri Sutrisno pada penulिसannya yang berjudul "Pengaruh Spiritual Caring Dengan Murottal Terhadap Stress, Cemas Dan Depresi Pada Pasien Kanker Serviks Stadium Iiib Yang Menjalani Kemoterapi Di Rsud Dr. Soetomo Surabaya" membahas tentang mukjizat Al-Quran sebagai sumber untuk merawat stress pasien kanker dan menunjukkan bahwa stress pasien kanker bisa menjadi lebih baik hasil dari pengaruh spiritual caring dengan murottal yaitu Al-Quran. Bahkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Jayus et al (2017), yang meneliti tentang efek mendengarkan ayat suci Al-Quran sebanyak 5 kali sehari kepada 40 responden pasien jantung yang mengalami cemas dan stress, hasilnya menunjukkan

penurunan terhadap stress dari pasien, bahkan penelitian juga dilakukan kepada 202 pasien hipertensi dengan mendengarkan ayat Al-Quran terjadinya penurunan darah dan kemajuan signifikan psikologi responden.

Penulis menemukan fenomena menarik yang terjadi di Tahfiz Darul Furqan yang didirikan pada tahun 1992, seorang pasien kanker prostat yang berusia 87 tahun menggunakan peran Psikoterapi Islam seperti zikir, membaca Al Quran dan qiamullail dan lain-lain lagi dalam membantu mengelola stress yang dialaminya akibat kanker prostat. Untuk itu, maka penulis ingin memperoleh lebih banyak gambaran mengenai kondisi stress yang dialami pasien dan mengetahui peran Psikoterapi Islam dalam membantu mengelola stress pasien dan juga mengetahui lebih lagi dampak penerapan metode Psikoterapi Islam seperti zikir, doa, terapi hati menggunakan Al-Quran dan Sunnah terhadap tingkat stress pasien kanker prostat.

METODE

Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan metode kualitatif melalui pendekatan ilmu bimbingan konseling Islam. Metode kualitatif ini digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi dengan langkah-langkah pengumpulan data, klasifikasi, analisis, serta pembuatan kesimpulan dan laporan. Tujuan utamanya adalah untuk memberikan gambaran subyektif dan deskriptif tentang suatu keadaan. Teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dokumentasi.

Subyek Penelitian

Di dalam penelitian ini, penulis memilih responden yang dapat memberikan informasi yaitu “Klien M” berusia 87 tahun yang merupakan seorang penasihat di Tahfiz Darul Furqan di Sentul, Kuala Lumpur.

Tabel 1: Ikhtisar Subyek

No.	Berkeaan	Subyek
1.	Nama (Musa)	Klien M
2.	Usia	87 tahun
3.	Jenis Kelamin	Lelaki
4.	Suku	Melayu
5.	Agama	Islam
6.	Domilisi	Kuala Lumpur
7.	Pekerjaan	Penasihat Tahfiz Darul Furqan

Instrumen

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa teknik sebagai teknik pengumpulan data. Berikut adalah senarai teknik pengumpulan data yang digunakan oleh penulis:

1) Wawancara Terbuka

Wawancara adalah salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif yang dilakukan melalui interaksi tatap muka antara peneliti dengan subyek penelitian. Wawancara bertujuan untuk mengumpulkan informasi atau data berdasarkan pertanyaan-pertanyaan yang telah disusun sebelumnya. Sugiyono (2014) mengatakan bahwa wawancara adalah metode pengumpulan data dimana

peneliti melakukan wawancara secara langsung kepada sumber informasi. Pengumpulan data melalui wawancara ini dilakukan terhadap subjek penelitian yang dinamakan sebagai “Klien M”, subjek kedua yaitu “ibu Klien M” dan subjek ketiga yaitu “anak Klien M” supaya mendapatkan informasi secara mendalam berkaitan apa saja kegiatan sehari-hari “Klien M” serta stres yang dialami.

2) Observasi Partisipatif

Penulis juga melakukan observasi partisipatif dengan ikut serta dalam kegiatan penyuluhan dan pemberian terapi rohani kepada pasien dan keluarganya. Penulis dapat melihat secara langsung kondisi dan tanggapan pasien selama proses terapi berlangsung.

3) Dokumentasi

Penulis juga mengumpulkan data tambahan berupa dokumentasi rekam medis pasien dari pihak puskesmas atau rumah sakit tempat pasien dirawat. Hal ini berguna untuk memperoleh data mengenai latar belakang medis pasien seperti stadium kanker, jenis pengobatan yang diterima, dan perkembangan kondisi kesehatannya.

Demikian prosedur pengumpulan data yang dilakukan penulis dalam penelitian ini untuk mendapatkan gambaran menyeluruh mengenai kondisi pasien kanker prostat dan bagaimana psikoterapi Islam dapat membantu mengelola stresnya. Data-data yang terkumpul kemudian dianalisis secara kualitatif.

Prosedur Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, penulis melakukan studi pendahuluan untuk mempelajari latar belakang masalah dan merumuskan masalah penelitian kemudian menentukan lokasi penelitian, yaitu Tahfiz Darul Furqan yang menangani pasien kanker prostat dan mendapatkan izin penelitian dari pihak tahfiz. Seterusnya, penulis menentukan responden utama berupa pasien kanker prostat dan responden pendukung yaitu anggota keluarganya. Selanjutnya melakukan prosedur pengumpulan data antaranya adalah penulis membuat pedoman wawancara dan instrumen penelitian lainnya seperti lembar observasi dan dokumentasi. 1)Melakukan wawancara terbuka kepada responden utama “Klien M” dan pendukung dengan menggunakan pedoman wawancara. 2)Melakukan observasi terhadap proses pemberian terapi kepada pasien dan keluarga. 3)Mendokumentasikan hasil wawancara dan observasi secara sistematis. 4) Mengumpulkan data pendukung berupa dokumen medis pasien. 5)Mengumpulkan seluruh data dan melakukan validasi atas data yang diperoleh. 6) Menganalisis data secara kualitatif untuk menjawab permasalahan penelitian. 7)Merangkum hasil analisis menjadi laporan penelitian. Berdasarkan prosedur pengumpulan data yang sistematis ini maka hasil penelitian dapat diandalkan dengan lebih baik.

Data Analisis

Penulis menggunakan pendekatan kualitatif dalam penelitian ini untuk mengkaji tentang bagaimana peran Psikoterapi Islam dalam menangani masalah stres yang dialami oleh “Klien M” pasien kanker prostat dan memfokuskan untuk mengetahui dampak stres dan manfaat Psikoterapi Islam bagi pasien. Studi ini berfokus pada penelitian secara terperinci dan mendalam dalam jangka waktu yang tertentu, bagaimana peran Psikoterapi Islam seperti membaca Al Quran dan berzikir dapat membantu mengawal masalah stres yang dialami oleh “Klien M”. Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian studi tunggal

karena penulis hanya berfokus pada seorang sahaja yaitu "Klien M" yang mengalami gejala stres akibat kanker prostat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Oleh karena itu, penerapan metode Psikoterapi Islam berupa zikir, doa, pengajian Al Quran mampu menurunkan tingkat stres dan memberikan ketenangan rohani bagi pasien dan keluarganya. Hal ini terlihat dari perubahan gejala stres menjadi lebih baik. Hasil wawancara menunjukkan bahwa pasien "Klien M" mengalami stres yang sangat berat akibat penyakit kanker prostatnya. Berikut adalah hasil penelitian penulis:

1) Bagaimana Peran Psikoterapi Islam Dalam Mengelola Stres

Sesi wawancara peneliti dengan pasien adalah seperti:

Peneliti: "Apa yang kakek rasakan setelah mengetahui tentang penyakit kanker?". Pasien: "Setelah kakek pulang dari rumah sakit dan mengetahui diri kakek mengidap penyakit kanker stadium 4, kakek merasa tak bernyawa, hati kakek terasa tidak enak, kakek merasa dunia gelap dan suram, kakek tidak bisa tidur nyenyak dan susah. tidur karena memikirkan Kakek mengidap kanker, ini benar-benar ujian bagi kakek bukan".

Psikoterapi Islam adalah pendekatan menyembuhkan gangguan jiwa melalui bimbingan Alquran dan As-Sunnah. Tujuannya untuk mengatasi masalah emosional dengan mengubah perilaku, pikiran, dan emosi pasien secara positif. Metode yang digunakan adalah meliputi zikir, doa, pengajian Al Quran, istighfar, dan terapi hati. Zikir dan doa bermanfaat menenangkan pikiran serta membangun kembali kepercayaan pasien kepada Allah SWT. Seterusnya, pengajian Al Quran dapat memberi motivasi spiritual bagi pasien untuk tabah menghadapi cobaan. Istighfar membantu pasien bersikap pasrah terhadap takdir dan mengurangi rasa bersalah. Selanjutnya, terapi hati (dilakukan melalui konseling dan motivasi) membantu mengarahkan emosi pasien menjadi positif. Metode tersebut terbukti efektif menurunkan gejala stres pasien seperti sulit tidur, depresi, lesu, hingga merasa tidak berguna.

Secara umumnya, Psikoterapi Islam mampu menenangkan jiwa pasien, meringankan beban psikologis, dan membantu pasien tabah menghadapi penyakitnya.

2) Gambaran Stres Pasien Setelah Penerapan Psikoterapi Islam

Sesi wawancara peneliti dengan pasien adalah seperti:

Peneliti: "Apa dampaknya setelah kakek mempraktekkan penerapan Psikoterapi Islam dalam kehidupan kakek". Pasien: "Kehidupan kakek benar-benar berubah setelah menjalani Psikoterapi Islam, kakek mudah tidur dan mulai bergaul dengan orang-orang, nafsu makan kakek juga meningkat".

Setelah menerapkan Psikoterapi Islam, tingkat stres pasien "Klien M" menurun drastis dan menjadi lebih ringan. Gejala stres fisik seperti sulit tidur, lesu telah berkurang malah bisa tidur dengan nyenyak dan terlihat lebih segar. Secara psikologisnya, perasaan depresi, putus asa, dan tidak berguna yang sebelumnya dirasakan pasien hilang. Selanjutnya, pasien mampu menerima kondisinya dengan lebih baik dan tabah menghadapi pengobatan dan terapi di rumah sakit. Terjadi peningkatan motivasi dan semangat hidup kepada pasien untuk sembuh dan menjadi lebih produktif. Secara umumnya, kesehatan jiwa dan rohani pasien mengalami perbaikan setelah menerapkan metode Psikoterapi Islam. Jadi, Psikoterapi Islam mampu

meringankan beban stres pasien kanker secara signifikan berdasarkan perubahan gejala dan sikap yang diamati.

PEMBAHASAN

Pada bagian ini, penulis akan menguraikan data yang diperoleh dari wawancara dengan “Klien M” yang menerapkan Psikoterapi Islam dalam menangani masalah stres yang dialami akibat kanker prostat. Data wawancara ini dianalisis menggunakan teknik studi kasus.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan, penulis menemukan bahwa “Klien M” sebelum melakukan rawatan Psikoterapi Islam dapat dilihat melalui dua aspek yaitu aspek psikologi yaitu rasa sedih, rasa lemah, pikiran kacau, selalu sendirian dan yang kedua aspek biologisnya yaitu gangguan makan, sulit untuk tidur, Stres ini bermula saat “klien M” didiagnosis mengidap kanker prostat stadium empat, bahkan dokternya bilang persentasenya belum ada karena kankernya sudah menyebar ke bagian tubuh lain, dan hal ini menyebabkan stres yang dialami “klien M” semakin parah, “klien M” merasa dirinya berada di akhir hayatnya karena penyakit kanker yang dideritanya.

Menurut Rahman (2009),⁹⁰ menyatakan bahwa gejala stress itu terkait dengan kondisi dan fungsi tubuh dari seseorang, seperti; jantung berdebar sakit kepala, resah, gelisah dan sulit tidur. Stres adalah kondisi yang menempatkan tekanan pada jiwa atau pikiran seseorang. Secara umumnya, stres mengacu pada tekanan emosional yang membuat seseorang sulit menjalani kehidupan sehari-hari seperti biasa. Ini adalah hasil dari fitrah manusia yang melibatkan sistem saraf dan reaksi kimia dalam tubuh yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental dan fisik seseorang.

Setelah beberapa kali dilakukan sesi konseling penerapan Psikoterapi Islam seperti sholat sunnah, zikir, baca Al Quran dan qiamullai pada “Klien M” terlihat adanya perubahan dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. “Klien M” menyatakan bahwa dengan melaksanakan terapi-terapi Psikoterapi Islam ini telah banyak membantu dirinya untuk lebih positif, kini pikiran “Klien M” sudah lebih tenang, dan tidak merasa stres serta sedikit demi sedikit. “Klien M” sudah mulai merasa redha dengan penyakit kanker yang dihadapinya.

“Klien M” mengatakan bahwa sebelumnya dia hanya membaca surah tertentu dalam Al Qur'an, sekarang “Klien M” sudah membaca 2 juz dalam satu hari, bahkan “Klien M” siap membaca makna Al Qur'an karena ingin memahami dan mendalami isinya dan dia akan membaca zikir setiap kali setelah shalat dengan waktu yang lebih lama bahkan tangannya sering memegang tasbeih, tujuannya agar klien 'M' sering mengingat Allah SWT dimanapun dia berada.

Sesi wawancara peneliti dengan pasien adalah seperti:

Peneliti: “Apa saja perubahan aktivitas kakek selama menjalani psikoterapi islam”? Pasien: “Dulu kakek membaca Al Quran hanya sedikit afif, tapi sekarang kakek membaca Al Quran 2 juz karena bisa membuat kakek tenang”.

Tabel 2: Perbezaan Kondisi “Klien M” Sebelum dan Selepas Psikoterapi Islam

Sebelum Penerapan Psikoterapi Islam	Selepas Penerapan Psikoterapi Islam
Sedih dan rasa lemah	Ceria dan cergas
Pikiran kacau	Lebih tenang
Nafsu makan berkurang	Nafsu makan meningkat
Gangguan tidur	Mudah tidur

Stres	Bersikap positif
Tidak mahu bergaul	Semakin ramah dan senang ngobrol

Hasil wawancara yang dilakukan penulis mengungkap kebenaran bahwa penerapan Psikoterapi Islam yang dijalani oleh “Klien M” mampu menangani masalah stres yang dialaminya. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa “Klien M” sudah mulai merasakan ada perubahan dalam dirinya setelah menjalani sesi terapi, dan “Klien M” mengamalkan segala terapi yang disuruh oleh konseli secara konsisten, dan hasilnya pasien sudah mulai kelihatan tenang, ceria, dan yang lebih penting adalah positif terhadap ujian yang diberi dan sudah tidak merasa stress.

Sesi wawancara peneliti dengan pasien adalah seperti:

Peneliti: “Apa dampaknya setelah kakek mempraktekkan penerapan Psikoterapi Islam dalam kehidupan kakek”? Pasien: “Kakek sudah tidak stres lagi karena Psikoterapi Islam ini benar-benar membuat kakek tenang dan positif dalam ujian rasa sakit yang kakek hadapi”.

Perubahan positif yang dialami oleh “Klien M” setelah melaksanakan terapi islam sebagaimana yang diuraikan di atas telah membuktikan ibadah islam sebagai metode terapi mampu mengatasi berbagai gangguan psikologi termasuk stres. Hal ini sesuai dengan pernyataan Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, bahwa psikoterapi dalam Islam bisa menyembuhkan segala aspek psikopatologi, baik duniawi maupun ukhrawi atau penyakit manusia modern mengacu pada ungkapan Ali bin Abi Thalib adalah sebagai berikut:

“Obat jantung itu ada lima macam, yaitu membaca Al Qur’an sambil mencoba memahaminya artinya, menunaikan shalat malam, bergaul dengan orang-orang baik atau shaleh, memperbanyak shaum atau puasa dan zikir malam yang berkepanjangan. Barangsiapa mampu melakukan salah satu dari lima jenis pengobatan jantung tersebut, maka Allah akan mengabulkan keinginannya (permintaannya menyembuhkan penyakit yang dideritanya)”.

Allah menyatakan bahwa Al-Quran dapat berfungsi sebagai obat sebagaimana Firman Allah di dalam surah Yunus ayat 57 yang bermaksud:

“Wahai ummat manusia, sesungguhnya telah tiba untukmu AlQuran yang merupakan petunjuk ajaran dari Allah, dan yang menjadi penawar untuk penyakit batin yang ada di dalam dada kamu, dan juga menjadi hidayah untuk keselamatan, serta membawa keberkahan bagi orang-orang yang beriman”.

Islam, sebagai agama yang mengandung nilai-nilai spiritual tinggi, ternyata mampu memberikan solusi bagi masalah psikologis manusia. Ajaran Islam, seperti iman, ibadah, dan tasawuf, menawarkan metodologi sistematis untuk mencapai kesehatan mental. Ketika prinsip-prinsip ajaran Islam dapat membantu mencapai kesehatan jiwa, ini merupakan langkah awal yang beralasan dalam pengembangan metode psikoterapi. Metode ini menggunakan prinsip-prinsip Syariat Islam sebagai sumber pemulihan, sehingga dikenal sebagai psikoterapi Islam.

Menurut ajaran Islam, selain psikoterapi dunia, ada juga psikoterapi spiritual. Psikoterapi Ukhrawi adalah panduan dan karunia dari Allah SWT yang didasarkan pada kerangka ideologis dan teologis dari semua psikoterapi. Sementara psikoterapi dunia merupakan hasil dari ijtihad manusia (usaha). Kedua modul psikoterapi ini sama pentingnya, seperti dua sisi mata uang yang saling berkaitan. Pendekatan pencarian

psikoterapi Islam didasarkan pada kerangka psiko-teoantroposentris, yaitu psikologi yang berakar pada kekuasaan Tuhan dan usaha manusia.

Menurut Adz-Dzaki, tujuan psikoterapi Islami adalah memberikan bantuan kepada individu agar mencapai kesehatan jasmani, rohani, dan moral, atau sehat secara mental, rohani, dan moral. Psikoterapi Islam tidak hanya bertujuan untuk menyembuhkan penyakit, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas masalah internal atau jiwa seseorang. Psikoterapi Islam merupakan proses pengobatan dan penyembuhan yang mengikuti tuntunan Al-Quran dan Al-Sunnah Nabi Muhammad SAW, atau secara empiris melalui bimbingan dan ajaran Allah, malaikat-Nya, rasul-Nya, atau para ahli waris para nabi-Nya.

KESIMPULAN

Studi kasus ini menggali tentang penerapan Psikoterapi Islam sebagai pendekatan terapi spiritual untuk mengatasi masalah stres yang dihadapi oleh pasien kanker prostat yang dikenali sebagai Penasihat di Tahfiz Darul Furqan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran Psikoterapi Islam dalam membantu pasien menangani dan mengurangi stresnya akibat kanker prostat. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa Psikoterapi Islam mampu membantu dan memberi dukungan dalam proses pemulihan gejala stres yang dialaminya. Klien 'M' menunjukkan gejala stres yang umumnya seperti gangguan tidur, selera makan berkurang, selalu sendirian dan pikiran kacau. Melalui penerapan Psikoterapi Islam, klien 'M' mampu mengatasi gejala-gejala ini dan berupaya mencapai perubahan positif dalam kehidupan sehari-harinya.

Psikoterapi Islam seperti membaca Al Quran dan berzikir mampu memberikan ketenangan jiwa pada pasien. Terapi ini juga mampu mengubah pola pikir dan emosi pasien menjadi lebih positif dan menumbuhkan rasa percaya diri pasien terhadap kesembuhan yang hanya diperoleh dari ridha Allah SWT serta membangun rasa pasrah dan redha akan takdir yang ditetapkan-Nya. Ia juga sebagai penguatan iman dan tasawuf bagi pasien untuk senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT, terlepas dari gangguan fisik maupun psikis akibat penyakitnya. Ia juga memberikan pengaruh psikologis dan spiritual bagi pemulihan pasien secara holistik melalui pendekatan agama.

Saranan saya adalah fasilitas khusus perlu ada bagi pasien kanker untuk mendapatkan layanan terapi rohani secara teratur. Penelitian ini perlu terus dilakukan mengenai metode Psikoterapi Islam lainnya dalam menangani gangguan kejiwaan pasien kanker sebagai solusi yang paling baik karena dapat mendekatkan diri kepada Sang Pencipta. Psikoterapi Islam terbukti efektif mengelola stres pasien kanker prostat, namun perlu digalakkan dan ditingkatkan lagi pelaksanaannya.

DAFTAR RUJUKAN

- Bustan, M.N. (2007). Tumor Prostat. Dalam Epidemiologi penyakit tidak menular (H.188-196). Jakarta: Rineka cipta
- Gatra, (2019) stress berlebihan bisa picu kanker. <https://repository.penerbiteureka.com/media/publications/558566-epidemiologi-penyakit-tidak-menular-cbbbdecb.pdf>
- Iman tri sutrisno pengaruh spiritual caring dengan murottal terhadap stress, cemas dan depresi pada pasien kanker serviks stadium iiii yang menjalani kemoterapi di rsud Dr. Soetomo Surabaya

- Muhammad Sakura, Psikoterapi Islami Untuk Kesehatan Mental & Spiritual
<https://www.kobo.com/be/nl/ebook/psikoterapi-islami-untuk-kesehatan-mental-spiritual-1?srsltid=AfmBOors4fefyRXwi-3HdfgnJxZnB55lWK6swkKRH9OwfltMcLW1KW0Q>
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky, Psikoterapi dan Kaunseling Islam: Penerapan Metod Saintifik
<https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=2546>
- Rahman, M. M., 2009, Stress dan Penyesuaian Diri Remaja, Yogyakarta: Ide Press.
<https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/79348697/32135-libre>.
- Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, Nuansa-nuansa Psikologi Islam, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), 164. <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=21284>
- Mohammad Zaini Yahaya dan Mohd Sukki Othman, Mengurus Stres: Islam Ada Caranya,(Selangor Soul Excellent Training & Consultancy, 2010), 5 <http://bglib.kptm.edu.my:70/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=1341>