

Menyembuhkan Penyakit Jiwa

Oleh: **Abad Badruzaman** | Tanggal Upload: 14 Mei 2021



“Penderita asam lambung, biasanya ditandai oleh perut yang terasa kenyang, makan tidak enak, bahkan muntah-muntah ketika mendapat asupan makanan. Dalam situasi begitu, nafsu makan hilang, dan penyakitnya menjadi kronis. Itulah gambaran seseorang yang melakukan kesalahan tanpa menyadarinya. Menyakiti sesama, menindas yang lemah, memakan harta yang bukan haknya. Semuanya seolah-olah sudah terpatrit pada jiwanya. Perlu kerja keras untuk menyembuhkan penyakit jiwa tersebut, layaknya menyembuhkan asam lambung yang sudah kronis. Penderita harus dipaksa mengkonsumsi obat sesuai resep dokter. Juga makan teratur sesuai anjuran kesehatan. Proses penyembuhan penyakit jiwa pun demikian adanya. Penderita harus memaksakan diri untuk mendapat asupan nilai-nilai kebaikan, dibimbing oleh seorang ahli, ulama atau agamawan, psikolog, spiritualis. Semua proses ini harus ditempuh agar jiwanya dipenuhi oleh kebajikan. Wallahu A'lam.”

29 Ramadhan 1442 H / 11 Mei 2021 M

Prof. Dr. Maftukhin, M.Ag.
Rektor IAIN Tulungagung

www.iain-tulungagung.ac.id @iaintulungagung @iaintulungagungoffice @IAINTulungagung IAIN Tulungagung

“Penderita asam lambung, biasanya ditandai oleh perut yang terasa kenyang, makan tidak enak, bahkan muntah-muntah ketika mendapat asupan makanan. Dalam situasi begitu, nafsu makan hilang, dan penyakitnya menjadi kronis. Itulah gambaran seseorang yang melakukan kesalahan tanpa menyadarinya. Menyakiti sesama, menindas yang lemah, memakan harta yang bukan haknya. Semua seolah-olah sudah terpatrit pada jiwanya. Perlu kerja keras

untuk menyembuhkan penyakit jiwa tersebut, layaknya menyembuhkan asam lambung yang sudah kronis. Penderita harus dipaksa mengonsumsi obat sesuai resep dokter. Juga makan teratur sesuai anjuran kesehatan. Proses penyembuhan penyakit jiwa pun demikian adanya. Penderita harus memaksakan diri untuk mendapat asupan nilai-nilai kebaikan, dibimbing oleh seorang ahli, ulama atau agamawan, psikolog, spiritualis. Semua proses ini harus ditempuh agar jiwanya dipenuhi oleh kebajikan. Wallahu A'lam.”(Prof. Dr. Maftukhin, M. Ag, Rektor IAIN Tulungagung).

Penyakit jiwa layaknya penyakit raga; ada stadiumnya, mulai dari yang paling ringan hingga kronis. Segala penyakit seharusnya diobati sejak awal menimpa. Tapi banyak dari kita sering abai soal ini. Seringnya kita menunda-nunda dengan berbagai dalih; belum sempat lah, penyakitnya belum begitu terasa lah, nanti juga sembuh sendiri lah, dan banyak alasan lainnya. Kelalaian kita soal penyakit juga kerap diperparah dengan pola hidup yang tidak baik; pola makan yang tidak sehat, pola istirahat yang tidak teratur, plus minim bahkan nihil olah raga. Akhirnya, kita “terbiasa” dengan kondisi tidak sehat dan baru sadar ketika segalanya terlambat.

Kurang-lebih seperti itu jiwa yang mengidap penyakit. Yaitu jiwa yang terus melakukan kesalahan tanpa menyadarinya. Pak Rektor lewat renungannya kali ini mencontohkan beberapa kesalahan yang sering tidak disadari oleh pelakunya bahwa itu sesungguhnya penyakit jiwa, yaitu: “Menyakiti sesama, menindas yang lemah, memakan harta yang bukan haknya. Semua seolah-olah sudah terpatrit pada jiwanya.” Kesalahan-kesalahan yang merupakan penyumbang sakit kejiwaan ini setara dengan pola makan yang tidak sehat, pola istirahat yang tidak teratur, plus minim olah raga dalam penyakit raga. Keduanya sama-sama penyakit, sama-sama bisa sampai tingkat kronis, dan sama-sama harus disembuhkan.

Pak Rektor menunjukkan tips penyembuhan bagi keduanya: “Perlu kerja keras untuk menyembuhkan penyakit jiwa tersebut, layaknya menyembuhkan asam lambung yang sudah kronis. Penderita harus dipaksa mengonsumsi obat sesuai resep dokter. Juga makan teratur sesuai anjuran kesehatan. Proses penyembuhan penyakit jiwa pun demikian adanya. Penderita harus memaksakan diri untuk mendapat asupan nilai-nilai kebaikan, dibimbing oleh seorang ahli, ulama atau agamawan, psikolog, spiritualis. Semua proses ini harus ditempuh agar jiwanya dipenuhi oleh kebajikan.”

Langkah-langkah konkret penyembuhan bagi penyakit raga saya rasa kurang-lebih sama dengan langkah-langkah pada penyakit jiwa. Dimulai dari kesadaran akan kondisi tidak sehat, kesediaan untuk memeriksakan kondisi kesehatan pada ahlinya, menerima hasil diagnosa sang ahli, mengonsumsi obat yang direkomendasikan sang ahli secara tertib dan sesuai aturan, pembiasaan pola hidup sehat, tidak mengulang kebiasaan-kebiasaan buruk yang menjerembabkan diri pada penyakit. Hanya saja, jika pada penyembuhan penyakit raga cukup mengikuti saran dokter dan mengonsumsi obat sesuai resep yang diberikannya tanpa perlu dokter ikut memantau atau membimbing langsung, pada penyembuhan penyakit jiwa tidak cukup dengan memberi jiwa asupan nilai-nilai kebaikan saja, perlu pula bimbingan langsung

dari seorang ahli, ulama atau agamawan, psikolog, spiritualis. Ini artinya, penyembuhan penyakit jiwa satu atau beberapa tingkat lebih susah dari penyakit raga. Perlu penanganan yang lebih serius dan melibatkan lebih banyak person.

Satu hal menarik bagi saya dari renungan Pak Rektor kali ini adalah penyakit jiwa yang oleh Pak Rektor lebih dikaitkan dengan perilaku sosial, yaitu: “Menyakiti sesama, menindas yang lemah, memakan harta yang bukan haknya.” Ini sama sekali tidak memberi arti bahwa penyakit jiwa akibat perilaku non-sosial tidak membahayakan. Semua perilaku buruk, baik di ranah privat-personal maupun wilayah komunal-sosial, keduanya sama-sama jelek. Hanya saja, keburukan di wilayah komunal-sosial efeknya lebih luas; menimpakan kesengsaraan pada pihak lain, tersakitinya sesama, tertindasnya kaum lemah, terampasnya harta milik dari mereka yang berhak. Dalam ungkapan yang lebih lugas, dosa-dosa sosial lebih berbahaya dan mengerikan!

Dalam al-Qur`an, nama-nama seperti Fir’aun, Namrud, dan Qarun cukup menonjol dengan penekanan pada kerusakan tatanan sosial-politik-ekonomi yang ditimbulkan oleh nama-nama tersebut. Di pihak lain, nama-nama seperti Ibrahim dan Musa juga sama menonjolnya sebagai lawan dari nama-nama sebelumnya dengan penekanan pada risalah mereka yang lebih banyak mengacu pada perbaikan tatanan sosial-ekonomi-politik, lebih dari sekadar dakwah tauhid dalam arti memancangkan kalimat: “Laa ilaaha illaah...” Atau memang, tuntutan dari kalimat itu yang harus diperjuangkan oleh para nabi adalah perbaikan tatanan sosial-ekonomi-politik masyarakat. Di sinilah kesehatan jiwa merupakan pangkal kesehatan sosial. Dari jiwa-jiwa yang sehat dan saleh secara sosial akan lahir tatanan sosial yang sehat lagi maslahat.

[Baca Artikel Asli di Website](#)

Tentang islamsantun.org:

Portal media yang berdedikasi menyebarkan diskursus Islam yang ramah, moderat, dan *rahmatan lil 'alamin*. Menyajikan ragam artikel keislaman, opini, khutbah, hingga sastra pesantren, islamsantun.org hadir sebagai rujukan literasi keagamaan yang sejuk dan mencerahkan bagi masyarakat luas.

Ditulis oleh **Abad Badruzaman**

Dosen dan Peneliti Senior UIN Sayyid Ali Rahmatullah (SATU) Tulungagung

© 2026 islamsantun.org · Menyebarkan Islam yang *rahmatan lil 'alamin*