

TERAPI RUQYAH SYAR'IIYAH MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Arini Mifti Jayanti¹

Fakultas Psikologi

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Fuad Nashori

Rumiani

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

ABSTRACT. *The purpose of this research is to explore ruqyah Syar'iyah therapy effectiveness as a therapy to increase the happiness of domestic violence women. The assumption is the ruqyahsyar'iyahbe able to increase the happiness. The subjects of the research are the age of on 18 years, who are victims of violence having average or low happiness scale. There scale used in the research is scale that arranged based on aspects of Seligman (2005). The data is analyzed by Mann Whitney. The results of the hypothesis done by using analysis Mann Whitney, obtained value U of 10.500 with $p = 0.225$ ($p > 0.05$) while on pascatest obtained by 0.000 with $p = 0.004$ ($p < 0.01$). On a followup obtained value of 0.000 with $p = 0.004$ ($p < 0.01$). The result of the hypothesis show that there is a difference level of happiness significant before and after given ruqyahsyar'iyah therapy in of abused women.*

Key notes: *ruqyahsyar'iyah therapy, happiness*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi ruqyah syar'iyah sebagai terapi untuk meningkatkan kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan. Subjek penelitian ini adalah perempuan berusia 18 tahun ke atas sebanyak 12 orang, yang memiliki skor skala kebahagiaan sedang atau rendah. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kebahagiaan yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan Seligman (2005). Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis *Mann Whitney*, diperoleh nilai *U* sebesar 10.500 dengan $p = 0.225$ ($p > 0.05$). Sedangkan pada pascates diperoleh nilai sebesar 0.000 dengan $p = 0.004$ ($p < 0.01$). Pada tindak lanjut diperoleh nilai sebesar 0.000 dengan $p = 0.004$ ($p < 0.01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor tingkat kebahagiaan yang sangat signifikan antara *prates-pascates* dan *prates-tindaklanjut*. Hasil hipotesis menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat kebahagiaan perempuan korban kekerasan setelah diberikan terapi ruqyah syar'iyah, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi ruqyah syar'iyah tidak ada perbedaan.

Kata Kunci: *Terapi ruqyah syar'iyah, Kebahagiaan, Perempuan korban KDRT*

¹ Korespondensi mengenai artikel dapat melalui arinimiftijay@gmail.com

Kebahagiaan menjadi topik menarik penelitian beberapa tahun belakangan ini. Tujuannya adalah untuk mengetahui tingkat kebahagiaan masyarakat di berbagai belahan dunia dalam berbagai keadaan, kondisi ataupun situasi. Kebahagiaan merupakan dambaan setiap individu dalam hidupnya, namun setiap individu memiliki persepsi, makna, dan penghayatan yang berbeda-beda atas kebahagiaan. Hasil pengukuran tingkat kebahagiaan penduduk Indonesia melalui Survei Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTK) 2014 menyebutkan bahwa rata-rata kualitas kebahagiaan masyarakat Indonesia rendah (BPS, 2015). Kondisi yang dialami, penduduk perempuan lebih memprihatinkan, banyak dari penduduk perempuan yang mengalami kekerasan dari suami sehingga kondisi kebahagiaannya sangat rendah.

Kasus kekerasan perempuan di Indonesia mulai mendapatkan perhatian dari berbagai kalangan masyarakat. Seolah, pembicaraan masalah kekerasan terhadap perempuan tidak pernah ada habisnya. Kasus kekerasan yang terjadi terhadap perempuan juga mendapatkan perhatian dari para tokoh wanita Indonesia sejak tahun 1998 yaitu dengan mendirikan Komisi Nasional Perempuan (Komnas Perempuan) pada tanggal 15 oktober 1998 berdasarkan keputusan presiden No. 181/1998 yang diperbarui oleh Perpres no 65 dan 66 tahun 2005. Namun demikian kasus kekerasan terhadap perempuan di Indonesia tetap tergolong tinggi. Dampak dari kekerasan sangat beragam, korban dapat mengalami sakit fisik dan gangguan psikis seperti stres (Sisca & Moningka, 2008).

Kekerasan yang dilakukan pada perempuan memberikan dampak trauma, emosi, dan perasaan negatif lainnya. Setiap individu hakikatnya akan senantiasa

berdampingan dengan cobaan dan musibah seperti halnya firman Allah swt, yaitu

“Sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa oleh musibah, mereka mengucapkan, ‘Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un’.”(QS: al-Baqarah: 155-156).

Pada sebagian manusia, musibah menjadi rahmat baginya sehingga dapat “kembali” kepada Allah. Namun tidak sedikit diantara manusia yang gagal dalam menyikapi musibah tersebut sehingga musibah itu menjadi salah satu penyebab ia menjadi tidak bahagia.

Menurut Seligman (2005) dan Carr (2004), agama adalah salah satu faktor kebahagiaan, karena agama memberikan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup bagi manusia. Carr (2004) menambahkan bahwa keterlibatan dalam suatu agama diasosiasikan dengan kesehatan fisik dan psikologis yang lebih baik yang dapat dilihat dari kesetiaan dalam perkawinan, perilaku prososial, tidak berlebihan dalam makanan dan minuman, dan bekerja keras.

Salah satu upaya yang dilakukan untuk mengurangi tingkat stres yang dialami kaum perempuan terutama yang mengalami kekerasan di rumah tangganya adalah melalui terapi ruqyah syar’iyyah terhadap perempuan yang menjadi korban kekerasan (Seligman, 2005).

Latar belakang para perempuan korban kekerasan dapat dideskripsikan sebagai berikut, sejak kecil orang tua maupun lingkungan mereka tidak pernah mengenalkan nilai-nilai agama dan tidak

pernah melibatkan anak-anaknya dalam kegiatan keagamaan. Sebagian besar dari mereka mengetahui pengetahuan tentang agama hanya ketika dibangku sekolah dan hanya seadanya sehingga mudah mereka lupakan. Orang tua lebih mengajarkan dan melibatkan mereka dalam hal pekerjaan rumah maupun pekerjaan yang prioritas utamanya adalah untuk mencari uang. Hal tersebut disebabkan karena rendahnya perekonomian yang dimiliki keluarganya. Sebagian perempuan korban kekerasan tersebut menunjukkan bahwa tidak memiliki banyak pengetahuan tentang keagamaan. Hal ini yang menyebabkan perempuan korban kekerasan tersebut sangat dahaga secara emosional maupun spiritual karena tidak mengenal dan tidak dekat dengan Tuhannya. Mereka juga tidak menemukan makna dalam hidup, tidak bersyukur dan tidak mampu bersikap positif atas musibah yang dialaminya. Pada akhirnya dahaga secara emosional maupun spiritual yang dialami menjadi penyebab ia tidak bahagia. Dengan terapi ruqyah syar'iyah perempuan yang menjadi korban kekerasan diharapkan dapat meningkatkan kebahagiaannya.

Proses terapi ruqyah syar'iyah, selain dengan membaca doa-doa dari Al-Qur'an dan Al-Hadist maka diperlukan juga pemberian nasehat, penerimaan diri dan melakukan amalan-amalan ibadah seperti sholat, dzikir, membaca Al-Qur'an dan amalan-amalan ibadah lainnya. Penelitian yang dilakukan Inayah & Rahmawati (2013) mengungkapkan bahwa terapi shalat bahagia dapat membantu individu dalam melakukan penanganan pada masalah dengan lebih baik dan mudah. Data pengisian sample menunjukkan 85 dari 92 orang di RSI Jemursari menyatakan 95% individu menjadi lebih sabar dan ikhlas dalam menjalani ujian kehidupannya. Hal ini disebabkan karena adanya rasa syukur kepada Allah SWT sehingga muncul kepuasan dalam kepemilikan atau penerimaan

akan kondisi. Adapun penelitian yang dilakukan Mudzkiyyah (2015) menyatakan bahwa terapi dzikir Al-Fatihah dapat meningkatkan kebahagiaan pecandu narkoba yang sedang dalam rehabilitasi.

Penelitian yang dilakukan Mayasari Al-Munzir (2014) mengungkapkan bahwa agama islam akan dapat mengisi individu harapan dan memunculkan kebermaknaan dalam hidup sehingga ia menjadi bahagia yang akan membawanya pada pengoptimalan potensi diri, kemandirian, perilaku yang baik, dan pengambilan keputusan yang tepat. Selain itu, hasil penelitian Green M & Elliott M.J (2010) menunjukkan bahwa individu yang memiliki perilaku dan pengetahuan tentang agama cenderung memiliki kesehatan dan kebahagiaan yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang tidak religius.

Terapi ruqyah syar'iyah dapat membantu meningkatkan kebahagiaan perempuan korban kekerasan. Hal ini dapat dijelaskan secara medis bahwa ruqyah dalam artian membacakan ayat-ayat atau doa-doa dari Al-Qur'an maupun Al-Hadis mempunyai penyembuhan fisik. Menurut Al-Jauziah (Munawar & Umar, 1994) dengan ruqyah hati akan menyadari fungsi dan manfaatnya yang utama yaitu mengenal Tuhan-nya. Seseorang yang mengenal Tuhannya dapat membuat individu tersebut memiliki kepuasan dalam hidupnya, meningkatkan makna hidup yang positif serta yakin akan kasih sayang Allah, pada gilirannya dapat membuat individu lebih mudah menghadapi masalah dan meningkatkan kebahagiaan dalam kehidupannya. Memiliki keyakinan yang kuat bahwa Allah SWT selalu melindungi dan memberikan kasih sayang serta kemurahan-Nya akan menghilangkan kekhawatiran dalam hidupnya. Ketika hati positif maka sejalan dengan itu, perilaku dan pikiran individu tersebut juga akan menjadi positif.

Aristotle (MacConville & Rae, 2012) mengatakan bahwa kebahagiaan adalah

kondisi dimana seseorang puas akan potensi yang dimilikinya serta puas akan sesuatu hal yang dicapainya. Sedangkan Al-Ghazali (1991) membagi kebahagiaan menjadi lima tingkatan, seseorang harus memenuhi lima keutamaan-keutamaan berikut: kebahagiaan akhirat, keutamaan akal budi, keutamaan jasmani, keutamaan non-Jasmani, keutamaan dari taufik dan Irsyad.

Menurut Seligman (2005), kebahagiaan adalah ketika seseorang memiliki memory peristiwa yang menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi dan melupakan lebih banyak peristiwa buruk. Kebahagiaan berasal dari perbuatan baik dimana melibatkan kekuatan dan kebajikan sehingga hidup akan terisi dengan autensitas. Seligman (2005) menjelaskan aspek kebahagiaan yaitu kepuasan masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang, dan optimisme akan masa depan.

Al Jauziyah (Munawar & Umar, 1994) mengatakan bahwa ruqyah adalah terapi dengan melafatkan doa baik dari Al Qur'an maupun As Sunnah untuk menyembuhkan suatu penyakit. Al Jauziyah (Anggraini, 2008) beranggapan bahwa ruqyah tidak hanya digunakan untuk terapi gangguan jin semata tetapi juga dapat digunakan untuk terapi fisik maupun psikis.

Agama menjadi salah satu faktor penting dalam meningkatkan kebahagiaan seseorang. Hasil penelitian Aziz (2011) menunjukkan bahwa pengalaman spiritual berhubungan dengan kebahagiaan pada guru agama di tiga kabupaten yaitu kabupaten Trenggalek, Tulung Agung dan Pacitan. Penelitian yang dilakukan Abdel Khalek A.M (2010), dengan judul "Quality of Life, subjective well-being, and religiosity in Muslim college student", menemukan bahwa praktek ibadah yang dilakukan orang Muslim dapat mengurangi pengaruh emosi negatif termasuk kecemasan, depresi dan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Agama Islam meminta manusia untuk menjadi seorang pemaaf karena akan berdampak positif pada dirinya, hal ini sejalan dengan penelitian Atmasari (2013) berjudul *Pengaruh Pemaafan Terhadap Tingkat Stres Ditinjau dari Lokus Kendali pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemaafan yang dimoderasi lokus kendali internal berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat stres terhadap perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga.

Ruqyah syar'iyah adalah salah satu psikoterapi agama Islam, manfaat ruqyah adalah untuk menyembuhkan penyakit, baik penyakit fisik maupun non fisik dan penyakit medis maupun non medis (Yasir, 2013). Secara medis ruqyah dalam artian membacakan ayat-ayat atau doa-doa dari Al-Qur'an maupun Al-Hadis yang mempunyai penyembuhan fisik.

Dengan ruqyah, hati menyadari akan fungsinya yang utama yaitu mengenal Tuhan Penciptanya, maka dengan pengenalan ini akan membuat individu yang pada awalnya tidak mengenal atau tidak mengetahui agamanya karena tidak mengenal dan tidak dekat dengan Tuhan-nya akan menjadi sebaliknya yaitu membuat individu merasakan kasih sayang Tuhan sehingga ia menjadi lebih bermakna dan terhindar dari kekhawatiran.

Ketika hati dekat dengan Tuhan maka ia akan mensyukuri semua yang ada pada dirinya baik ujian hidup yaitu kekerasan yang dilakukan suami dalam rumah tangga, maupun nikmat hidup seperti diberikan kesehatan, uang, agama Islam yang sempurna, dan lain-lain. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Razak, Mokhtar, Sharazad & Sulaiman (2013) tentang terapi spiritual Islam suatu model penanggulangan gangguan depresi. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa terapi spiritual islam terbukti memberikan mengurangi depresi maupun gangguan

psikologis lainnya, terapi ini sangat berpengaruh untuk membangun penerimaan diri yang mendorong lebih dekat dengan Tuhan sehingga ia mampu mengekspresikan perasaannya pada kehidupan dan kesehatan mental yang lebih baik.

Pasiak (Anggraini, 2008) menerangkan bahwa ketika Al-Qur'an dilantunkan akan terjadi proses pada pusat emosi manusia, yaitu pada sistem limbik dan amigdala yang berhubungan secara timbal-balik dengan lobus temporal, bagian otak yang bertanggung jawab terhadap respon-respon spiritual dan mistis manusia maka emosi yang positif akan memacu penguatan keyakinan religious dan meningkatkan kontrol individu terhadap stresor. Ruqyah syar'iyah merupakan salah satu terapi yang digunakan Rasulullah saw dari beberapa terapi yang lain dalam mengobati penyakit. Ruqyah tidak hanya digunakan untuk mengusir jin, tetapi juga untuk terapi penyakit fisik dan psikis, secara medis ruqyah sudah diakui keefektivannya untuk mengobati penyakit fisik maupun psikis.

Terapi ruqyah syar'iyah dapat membantu perempuan korban kekerasan dengan gangguan psikis untuk meningkatkan kebahagiaannya karena dengan terapi ini menjadi lebih efektif dan cepat. Dengan demikian maka ruqyah syar'iyah akan membantu meningkatkan kebahagiaan seseorang. Manfaat lain dari ruqyah syar'iyah ini adalah menghidupkan kembali sunnah Rasulullah, sebagai salah satu terapi alternatif penyakit psikis ataupun fisik, dan yang tidak kalah penting ruqyah syar'iyah adalah untuk salah satu sarana dakwah.

Topik kebahagiaan (happiness) dan terapi ruqyah syar'iyah sangat menarik untuk dibahas dikarena akan memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan solusi yang mudah, efektif, dan efisien.

MERODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini berjumlah 12 orang. Subjek adalah perempuan korban kekerasan yang berusia 18 tahun ke atas, yang memiliki skor kebahagiaan termasuk dalam kategori sedang sampai rendah dari skala kebahagiaan yang disusun peneliti berdasarkan aspek dari Seligman (2005). Tidak sedang menjalankan terapi psikologis; bersedia menjadi responden, dan beragama Islam.

Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah eksperimen yaitu desain dengan melakukan pengukuran awal (*pre test*) untuk mengetahui perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Latipun, 2004). Kelompok eksperimen akan mendapatkan perlakuan yaitu diberikan terapi ruqyah syar'iyah dan kelompok kontrol menjadi kelompok *waiting list*. *Waiting list* yang dimaksud adalah peneliti akan memberikan terapi ruqyah syar'iyah kepada kelompok kontrol berupa psikoedukasi singkat mengenai keterkaitan antara spiritualitas dan kebahagiaan. Perlakuan kepada kelompok kontrol akan diberikan setelah pelaksanaan tindak lanjut.

Metode dalam penelitian ini adalah metode eksperimen kuasi. Rancangan eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Randomized Prates-Pascates Control Group Design*, yaitu desain eksperimen dengan melakukan pengukuran awal (*prates*) untuk mengetahui perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Latipun, 2004).

Metode Pengumpulan Data

Penumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kebahagiaan yang disusun peneliti. Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek kebahagiaan menurut Seligman (2005), yaitu (1) kepuasan masa lalu, (2) kebahagiaan pada masa sekarang, dan (3) optimisme akan masa depan.

Tiga aspek tersebut dikembangkan menjadi 9 aitem *favourable* dan 10 aitem *unfavourable*, dan gugur satu aitem yaitu aitem *unfavourable* nomor 19 jadi jumlah keseluruhan aitem yang digunakan dalam skala kebahagiaan penelitian ini ada 18 aitem. Pengukuran skala kebahagiaan ini mengikuti metode *summated ratings* dari *likert* dengan menggunakan lima alternatif jawaban.

Skor kebahagiaan diperoleh dengan cara menjumlahkan skor pada keseluruhan *item* yang ada pada skala tersebut. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka subjek diindikasikan memiliki kebahagiaan yang tinggi, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek menunjukkan rendahnya perasaan bahagia.

Prosedur Intervensi

Langkah-langkah pelaksanaan ruqyah syar'iyah yang dilaksanakan 3 sesi dengan waktu kurang lebih 1,5 jam dalam 1 hari. Sesi Pertemuan pertama adalah perkenalan dan kontrak pelaksanaan yang diinformasikan pada subjek dengan jelas dan benar dengan waktu pelaksanaan kurang lebih selama 10 menit. Hal tersebut bertujuan untuk memperkenalkan fasilitator kepada subjek, penjelasan aturan pelaksanaan ruqyah. Kemudian pembacaan doa yaitu dengan membacakan doa-doa yang di ambil dari Al-Qur'an dan Al-Hadist yang berlangsung selama 35 menit, hal ini bertujuan untuk menghilangkan gangguan

medis ataupun non medis pada subjek. Sesi kedua adalah Pemberian nasehat, pemberian nasehat dilakukan dengan menggunakan teknik direktif yang berlangsung selama 30 menit. Dalam sesi ini diharapkan agar subjek mengetahui cara untuk mengatasi persoalannya. Dan sesi terakhir adalah pengarahan untuk melakukan amalan-amalan ibadah yang diajarkan Rasulullah Saw. yang dilakukan selama 5 menit.

Teknik Analisis Data

Analisis data digunakan untuk mempermudah dan menyederhanakan membaca dan menginterpretasikan data. Proses analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kuantitatif berupa skala dan analisis data kualitatif berupa wawancara dan observasi. Analisis data kuantitatif menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 17.0 realease for Windows*. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis *Two Independent Sample Test* dengan uji *Mann Whitney* untuk mengetahui efektivitas ruqyah syar'iyah dalam meningkatkan kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan antara 6 kelompok kontrol dan 6 kelompok eksperimen dengan jumlah total 12 subjek. Sedangkan, analisis data kualitatif bertujuan untuk mendukung analisis data kuantitatif yang telah dilakukan sebelumnya. Analisis data secara kualitatif berdasarkan wawancara dan observasi.

Selain analisis kuantitatif, dalam penelitian ini juga dilakukan analisis kualitatif kepada kelompok eksperimen sebagai data tambahan yang diperoleh saat evaluasi baik hasil pengisian angket secara tertulis (deskriptif), wawancara setelah pelatihan, observasi ketika terapi maupun hasil *bulding rapport* yang dilakukan. Data ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi data kuantitatif dalam penelitian. Hasil analisis ini didapatkan bahwa subjek merasa lebih tenang karena

mengalami perubahan yaitu dapat menikmati hidup dan memiliki kebermaknaan hidup, subjek lebih berusaha menjalankan perintah Tuhan dan menjauhi larangan-Nya.

HASIL PENELITIAN

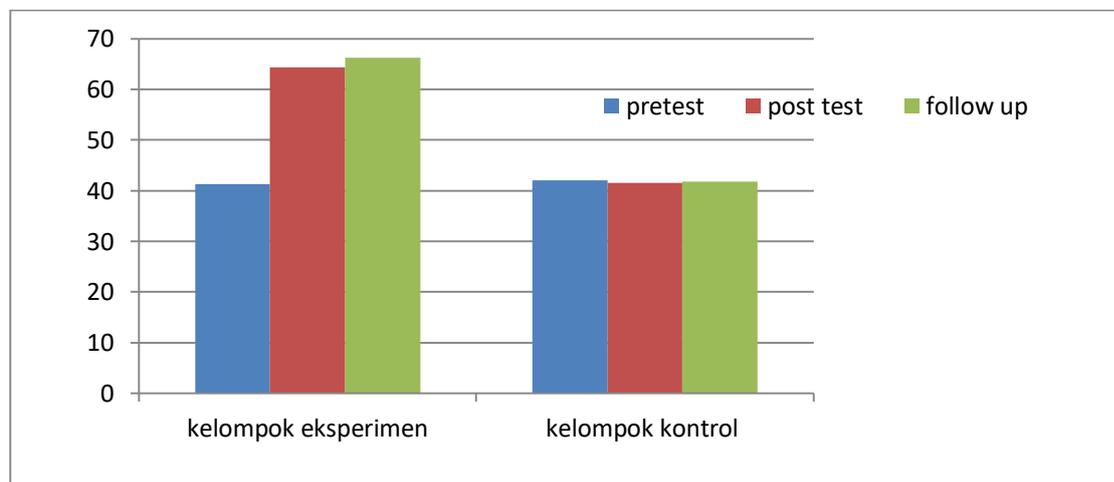
Data pada penelitian ini mendeskripsikan 12 subjek penelitian yang terdiri dari

enam kelompok eksperimen dan enam kelompok kontrol. Deskripsi data yang diperoleh dari hasil *pretest*, *posttest* dan *follow up* adalah skor tingkat kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan. Adapun data yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi statistik perbandingan pre test-post test-follow up tingkat kebahagiaan perempuan korban kekerasan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Klasifikasi	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Follow Up</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Follow Up</i>
Minimum	38	49	63	39	39	39
Maksimum	49	70	68	44	44	44
Rata-rata	41,33	64,33	66.17	42,00	41,50	41,83
Std. Deviasi	3,93	7,81	1,83	1,78	2,16	1,72

Secara keseluruhan data pengukuran awal dan pengukuran akhir pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tergambar pada histogram berikut:



Gambar 1. Histogram data *pretest*, *posttest* dan *follow up* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Deskripsi data skor prates, pascates dan tindaklanjut pada kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan rata-rata skor kebahagiaan perempuan korban kekerasan pada kelompok eksperimen yaitu prates: 41,33; pascates: 64,33 dan tindaklanjut: 66,17). Hal ini menunjukkan bahwa subjek yang diberikan terapi ruqyah syar'iyah memperoleh skor kebahagiaan

yang lebih tinggi dibandingkan subjek sebelum dan sesudah diberikan terapi ruqyah syar'iyah. Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan penurunan rata-rata skor kebahagiaan perempuan korban kekerasan yaitu prates : 42,00; pascates. 41,50 dan tindaklanjut: 41,83), pada saat post test dan follow up mengalami peningkatan namun hanya sedikit.

Tabel 3. Gain score kelompok eksperimen dan kontrol pada saat pretest, posttest, dan follow up

Subjek	Pretest	posttest	follow		gain score	gain score	Gain score
			up	Kategori	pretest-posttest	pretest-follow up	posttest-follow up
1	40	70	66	1	30	26	-4
2	38	49	63	1	11	25	14
3	39	64	68	1	25	29	4
4	41	68	66	1	27	25	-2
5	49	66	66	1	17	17	0
6	41	69	68	1	28	27	-1
7	44	44	43	2	0	-1	-1
8	43	40	42	2	3	-1	2
9	41	40	42	2	1	1	2
10	43	42	44	2	1	-1	2
11	42	39	41	2	3	-1	2
12	39	44	39	2	5	0	-5

Berdasarkan tabel diatas, *gain score* tingkat kebahagiaan pada kelompok eksperimen antara prates dan pascates berkisar antara 11 sampai 30. Sedangkan *gain score* pada kelompok kontrol berkisar antara 0 sampai 5. Adapun *gain score* tingkat kebahagiaan pada kelompok eksperimen antara prates dan tindaklanjut berkisar 17 sampai 29. Sedangkan *gain score* pada kelompok kontrol berkisar -1 sampai 1. *Gain score* kelompok eksperimen antara pascates dan tindaklanjut berkisar antara -4 sampai

14, sedangkan *gain score* pada kelompok kontrol berkisar -5 sampai 2.

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai *Mann Whitney U* pada prates sebesar 10.500 dengan $p = 0.225$ ($p > 0.05$) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan skor tingkat kebahagiaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan eksperimen dalam prates. Sedangkan pada pascates diperoleh nilai sebesar 0.000 dengan $p = 0.004$ ($p < 0.01$) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor tingkat kebahagiaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan

eksperimen. Pada tindak lanjut diperoleh nilai sebesar 0.000 dengan $p = 0.004$ ($p < 0.01$) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor tingkat kebahagiaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan eksperimen. Hasil dari analisis kualitatif adalah subjek mengalami perubahan dalam kegiatan sehari-harinya terutama dalam beribadah dan merasa lebih tenang. Hal ini membuktikan bahwa ruqyah syar'iyah mempengaruhi tingkat kebahagiaan perempuan korban kekerasan. Oleh karena itu, hipotesis penelitian diterima, artinya ruqyah syar'iyah efektif dalam meningkatkan tingkat kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan.

PEMBAHASAN

Terapi ruqyah syar'iyah ini adalah suatu terapi yang fokus pada hati seseorang, Ar-Ruqyah artinya perisai bagi seseorang yang sedang mengalami musibah seperti rasa takut yang berlebihan atau gangguan kejiwaan. Seseorang yang diruqyah artinya dimohonkan perlindungan kepada Allah SWT. Terapi ruqyah syar'iyah efektif dalam meningkatkan tingkat kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan. Hal ini dapat dijelaskan melalui hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan setelah diberi perlakuan yaitu terapi ruqyah syar'iyah.

Hasil dari penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Anggraini (2008) mengungkapkan hasil bahwa ruqyah syariah efektif untuk dijadikan psikoterapi pada gangguan-gangguan psikologis seseorang seperti stres, cemas, psikotik, dan lain-lain. Penelitian yang dilakukan Inayah & Rahmawati (2013) mengungkapkan bahwa sholat sebagai tiang dari agama Islam dapat menjadi psikoterapi yang efektif bagi individu yang memiliki masalah psikis maupun bagi individu yang sedang menghadapi cobaan.

Seligman (2005) menyatakan bahwa salah satu faktor kebahagiaan adalah agama, yang mana agama memberikan makna dan kepuasan hidup pada manusia. Manusia yang sedang dalam keadaan tidak sehat secara psikis sejatinya adalah jiwa yang dahaga secara spiritual sehingga dapat menyebabkan ketidakbahagiaan. Hal tersebut disebabkan oleh individu yang tidak mengenal dan tidak dekat dengan Tuhan-nya, maka akan mudah terpengaruh kondisi dan lebih sensitif sehingga mudah terpuruk. Faktor lainnya adalah karena kurangnya individu tersebut untuk mensyukuri apa-apa yang dimilikinya, dan pada akhirnya akan selalu merasa serba kekurangan yang berakibat pada ketidakpuasan akan hidup, penyesalan dan kemarahan pada peristiwa-peristiwa yang dialaminya.

Dengan ruqyah syar'iyah maka hati akan menyadari fungsinya yang utama yaitu mengenal Tuhan Penciptanya, dengan pengenalan ini akan membuat individu yang pada awalnya memiliki jiwa yang dahaga secara emosional serta kurangnya rasa bersyukur dan khusnudzon karena tidak mengenal dan tidak dekat dengan Tuhan-nya akan menjadi sebaliknya yaitu membuat individu yakin akan kasih sayang dan kehendak Tuhan. Dan pada gilirannya akan membuat individu tersebut bersyukur atas hidupnya sehingga akan puas akan hal tersebut, tidak mudah dipengaruhi oleh kondisi yang negatif karena akan mampu membuat semua hal termasuk musibah menjadi sesuatu yang positif, muncuk ketenangan dalam hati dan pikirannya. Berdasarkan penjelasan di atas menunjukkan bahwa dengan ruqyah syariah jiwa yang dahaga akan terobati.

Berdasarkan wawancara dan formulasi masalah yang dilakukan terhadap subjek yaitu sebagai perempuan korban kekerasan didapatkan bahwa semua subjek menyadari bahwa yang dialaminya saat ini adalah masalah yang sulit dan berdampak

pada psikis maupun fisiknya. Pemahaman akan masalah yang dialami belum mampu mengeluarkan perempuan korban kekerasan dari masalah yang dihadapinya dikarenakan subjek belum mengetahui bagaimana cara menghadapinya. Hal ini dikarenakan pengetahuan dan pemikiran yang selalu negatif dalam menghadapi permasalahan yang dialaminya. Seluruh subjek kelompok eksperimen mengatakan bahwa ada perubahan setelah ruqyah syar'iyah yaitu merasa lebih bijaksana dan ikhlas dalam menjalani kehidupan dan menyikapi permasalahan-permasalahan yang dihadapi.

Perempuan korban kekerasan adalah individu yang fisik dan jiwanya tersakiti sehingga muncul emosi-emosi negatif, hal ini membuatnya menjadi tidak bahagia. Terapi ruqyah syar'iyah dapat membantu perempuan korban kekerasan dapat menjadi lebih tenang, lega, nyaman karena percaya Allah selalu ada untuknya, tidak takut, khusnudzon, dan tidak khawatir sehingga ia akan bahagia dengan kehidupannya. Terapi ruqyah syar'iyah dengan menggunakan doa-doa dari Al-Qur'an dan Al-Hadist serta di dalamnya terdapat amalan-amalan ibadah Islam seperti yang di ajarkan Rasulullah Saw. mempunyai pengaruh terhadap penyembuhan gangguan kejiwaan termasuk untuk meningkatkan kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan.

Berdasarkan analisis kualitatif didapatkan bahwa subjek semakin tahu dampak dari ruqyah syar'iyah dalam kehidupannya, yaitu membuat kehidupan mereka lebih tenang dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Hal itu ditunjukkan dengan perubahan-perubahan subjek ketika sebelum dan sesudah mengikuti ruqyah syar'iyah. Subjek yang pada mulanya mengalami kecemasan, ketakutan, putus asa, kebingungan, menyerah, menyesal, marah, sedih, menderita dan lain-lain. Subjek mengalami perubahan setelah

mengikuti ruqyah syar'iyah yaitu seperti berkurangnya kecemasan, menjadi lebih sabar dan ikhlas, melakukan ibadah-ibadah sedikit demi sedikit yang bisa dilakukan, berusaha menerima keadaanya, berusaha mengingat Allah SWT, berusaha melakukan apapun didasarkan Allah SWT, tidak mudah menangis, ketika merasa sedih dan menderita berusaha bersyukur dan percaya bahwa Allah mengetahui hal yang terbaik untuk hamba-Nya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Satrianegara (2014) yang menunjukkan bahwa tingkat religiusitas memiliki pengaruh yang kuat terhadap tingkat kecemasan dan penderitaan pada seseorang yang memiliki penyakit kronis. Seseorang yang mempunyai pemahaman tentang agama akan berpengaruh kuat terhadap kecemasannya karena akan mengendalikan kondisi kejiwaannya seperti ketakutan atau kecemasan, seperti saat Allah memberikan ujian termasuk memberikan penyakit kronis kepada pasien.

Terapi ruqyah syar'iyah dalam penelitian ini masih banyak kelemahan dan keterbatasan, diantaranya tidak adanya prediksi waktu yang tepat sehingga membuat pelaksanaan terapi sedikit lebih lama dari jadwal yang sudah ditentukan. Hal ini dikarenakan waktu yang cukup banyak dibutuhkan untuk terapis menggali permasalahan subjek serta menanggapi, sehingga waktu pelaksanaan sedikit lebih lama dari jadwal yang sudah ditentukan. Selain itu, kelemahan dalam terapi ini adalah kurangnya koordinasi dengan peneliti tentang apa yang dibutuhkan subjek ketika ruqyah syar'iyah berlangsung. Hal ini sedikit menyita waktu terapis untuk melakukan terapi, tetapi bisa diselesaikan karena peneliti dibantu 4 *observer* lainnya. Peneliti sebaiknya mendata semua apa-apa yang dibutuhkan sebelum sedang dan sesudah ruqyah syar'iyah dilaksanakan, kemudian mempersiapkan dengan tepat dan sebaik-baiknya.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian melalui analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terapi ruqyah syar'iyah efektif untuk meningkatkan kebahagiaan pada perempuan korban kekerasan.

Penelitian ini telah dilakukan semaksimal dan sebaik mungkin, namun masih terdapat kelemahan dan keterbatasan. Oleh karena itu, peneliti memberi masukan terhadap subjek penelitian dan peneliti selanjutnya. Peneliti memberi masukan terhadap subjek untuk melaksanakan amalan-amalan ibadah yang disukai Allah SWT seperti selalu sholat wajib ataupun sunnah, berdzikir, selalu berdoa, puasa jika mampu, dan lain-lain. Subjek juga

diharapkan meninggalkan hal-hal yang dilarang Allah dan merugikan diri sendiri serta orang lain. Subjek melatih kemampuan diri untuk memperbaiki amalan-amalan ibadah seperti contohnya yaitu belajar membaca Al-Qur'an, belajar doa-doa sholat yang benar, belajar wudhu yang benar, dan lain-lain sesuai apa yang sudah diajarkan terapis dan peneliti. Hal tersebut diharapkan agar dapat membuat subjek beribadah lebih baik lagi.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan intervensi ruqyah syar'iyah sebagai psikoterapi dalam menangani masalah sosial baik upaya preventif maupun kuratif. Selain itu, sebaiknya penelitian selanjutnya lebih mendalami kondisi fisik dan latar belakang subjek.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-Khalek.A.M. 2010. Quality of Life, Subjective well-being, and Religiosity in Muslim college student. *Springer Science Business Media B.V.*
- Al-Ghazali. 1997. Kimia Kebahagiaan. Terjemahan Haidar Bagir. Bandung: Penerbitan Mizan.
- Anggraini, R. 2008. Ruqyah syar'i sebagai psikoterapi indigenous (berlandaskan kearifan lokal). Yogyakarta. Himpunan mahasiswa Pascasarjana Universitas Gadjah Mada, 276-279, 284-286, 291-293.
- Atmasari, A. 2015. Pengaruh Pemaafan Terhadap Tingkat Stres Ditinjau dari Lokus Kendali pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal sains dan Praktik Psikologi*. 3 (1).
- Aziz R. 2011. Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan Pada Guru Agama Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. 6 (2).
- BPS. 2015. Indeks Kebahagiaan DKI Jakarta Tahun 2014. Di akses dari https://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cad=1&cad=rja&uact=8&ved=0CCEQFjAAahUKEwjyNy9tqHHAhUVS44KHcvoA2w&url=http%3A%2F%2Fjakarta.bps.go.id%2Fbackend%2Fbrs_ind%2FbrsInd-

- [20150220093719.pdf&ei=iR_KVb_KUHIWWuQTL0Y_gBg&usg=AFQjCNGn1RUxj-kX4C8VICU7bD7PV94-mQ&bvm=bv.99804247,d.c2E](#)
- Carr.A. 2004. *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Taylor & Francis e-Library.
- Green M. & Elliott M.J. 2010. *Religion, Health, and Psychological Well-Being. Journal of Religion and Health*. 49:149.
- Inayah.A & Rahmawati.P. 2013. Efektifitas Terapi Shalat Bahagia untuk Mengurangi Problem yang Tidak Kunjung Selesai (Unfinished Business) di Surabaya. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. 3 (1). 50-61.
- Latipun. 2004. *Psikologi Eksperimen*. Malang. UMM Press
- MacConville.R & Rae.T. 2012. *Building Happiness, Resilience, and Motivation in Adolescents*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Mayasari R. 2004. Religiusitas Islam dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi). *Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Komunikasi dan Bimbingan Islam*. 7 (2). 9-99.
- Mudzkiyyah. L. 2015. *Terapi Dzikir Al-Fatihah untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Pada Pecandu Narkoba Dalam Masa Rhabilitas*. Tesis. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 4-6
- Munawar, S.A.H., & Umar, A.R. 1994. *Sistem Kedokteran Nabi Kesehatan dan Pengobatan menurut Petunjuk Nabi Muhammad SAW*. Semarang: Penerbit Dina Utama Semarang
- Nasution.K. 2012. Membangun Keluarga Bahagia (*Smart*). *Jurnal Fakultas Syar'iah dan Hukum UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*. 5 (1), 1-2.
- Rahimi, M.H. 2006. *Terapi Ruqyah Untuk Mengobati Berbagai Penyakit dan Gangguan Sihir*. Jakarta: PT Niaga Swadaya.
- Razak. A, Mokhtar. M. K, Sulaiman. W. S. W. 2013. Terapi Spiritual Islam Suatu Model Penanggulangan Gangguan Depresi. *Jurnal Dakwah Tabligh*. 14 (1), 141-148.
- Satrianegara. M .F. 2014. Pengaruh Religiusitas Terhadap Tingkat Depresi, Kecemasan, Stres, dan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Kronis di Kota Makassar (Kajian Survei Epidemiologi Berbasis Integrasi Islam dan Kesehatan. *Jurnal Kesehatan*. 7 (1), 288-303
- Seligman.M.E.P. 2005. *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Sisca.H & Moningka.C. 2008. Resiliensi Perempuan Dewasa Muda yang Pernah Mengalami Kekerasan Seksual di Masa Kanak-kanak. *Jurnal Psikologi*. 2 (1), 62-65.
- Sugiyono, 2005, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.
- Yasir, F.A. 2013. *Menjadi Muslim Sehat dan Hebat dengan Ruqyah Syar'iyah (edisi kedua)*. Solo: PT Era Adicitra Intermedia