

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini merupakan waktu yang sangat produktif bagi seseorang untuk mencari jati diri dan memilih untuk bagaimana dia hidup dan jalan seperti apa yang dipilih. Bagaimana kehidupan yang telah dipilih tentu saja banyak sekali rintangan yang akan dilewati. Barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia akan mengenal Tuhannya, dan barang siapa yang mengenal Tuhannya maka binasalah (fana) dirinya (H.R Muslim). Sesuai dengan hadist tersebut ketika seseorang telah memilih bagaimana dia hidup maka dia akan menemukan jalan untuk tujuannya.

Spiritualitas merupakan suatu kesadaran dan pencerahan dalam mencapai tujuan dan makna hidup. Seperti yang di katakan Carl Gustav bahwa Dari banyaknya pasien yang beliau tangani tidak satupun dari mereka yang masalah utamanya bukan dari pandangan religious, dengan begitu para pasien yang telah ditangani oleh beliau merasa sakit akibat tidak adanya agama dan sembuh dengan memiliki agama dan bertekuk lutut dihadapan Tuhannya.¹

Seperti apa yang dikatakan Carl Gustav tersebut agama merupakan sesuatu hal yang penting untuk mengetahui dunia dengan menyadari Dia sebagai sang pencipta. Dan seperti yang dikatakan oleh para sufi contohnya al-Ghazali beliau berpendapat bahwa seseorang mampu mensinergikan berbagai kemampuan dan kecerdasan yang ada pada diri manusia, maka yang bersangkutan dapat membaca alam semesta. Kemampuan membaca alam semesta disini merupakan anak tangga menuju pengetahuan (makrifah) tentang penciptaNya karena alam semesta merupakan “tulisan” Allah SWT.

¹ Eni Pustakasari, Skripsi: *“Perbedaan Spiritual dan Spiritualitas”* (Malang: UIN Malang, 2014) hal, 20

Kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan inti yang dapat memecahkan masalah, nilai dan makna yang dapat menempatkan tindakan dan suatu jalan hidup dalam konteks yang lebih luas serta lebih mendalam. Memiliki Spiritual berarti menjadi ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik atau material. Spiritualitas merupakan kebangkitan atau pencerahan diri dalam mencapai tujuan dan makna hidup. Sehingga membuat seseorang menjadi utuh untuk mengintegritaskan kehidupannya dan aktifitasnya. Kecerdasan spiritual melahirkan wawasan serta pemahaman untuk beralih dari sisi yang dalam ke permukaan keberadaan seseorang, cara bertindak, berfikir dan berperasaan serta menolong seseorang untuk berkembang.²

Salah satu tokoh tasawuf Ary Ginanjar mengatakan dalam Islam hal-hal yang berhubungan dengan kecakapan emosi dan spiritual seperti konsistensi (istiqomah), kerendahan hati (Tawadhu), berusaha dan berserah diri (tawakal), ketulusan (ikhlas), totalitas (kaffah), keseimbangan (tawazun), integritas dan penyempurnaan (ihsan) itu dinamakan ahklakul karimah.³ Dengan adanya nilai – nilai kebaikan ahklakul karimah tersebut akan tercermin dalam kehidupan sehari-hari tentunya akan semakin memberikan kesadaran kepada setiap individu untuk selalu menerapkan sikap saling menghargai terhadap sesama maupun terhadap dirinya sendiri dengan tidak menyakiti dirinya sendiri, saling menolong, rendah hati dan akan menimbulkan pancaran kebaikan untuk masa depan sehingga apa yang dicita – cita kan akan tercapai.

Dalam perjalanan hidup seseorang banyak yang tidak menyadari akan adanya kecerdasan dalam dirinya sendiri. Didalam diri ada 3 kecerdasan yang pertama kecerdasan intelektual (IQ) kedua kecerdasan emosi (EQ) ketiga kecerdasan spiritual (SQ) kolaborasi dari ketiga kecerdasan ini untuk membuat seseorang menjadi pribadi yang pintar, cerdas dan bijaksana dalam bertindak. Dari

² Donah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Kecerdasan Spiritual* (Bandung: Mizan, 2007) hal, 4

³ Ary Ginanjar Agutian, *ESQ Rahasia Sukses Membangun kecerdasan emosi dan Spiritual*, (Jakarta: Arga Wijaya Persada, 2001) hal, 280

ketiga kecerdasan ini yang paling utama ialah kecerdasan spiritual yang akan mengontrol seseorang dalam memahami emosi (EQ) yang baik dan menggunakan intelektual (IQ) dengan tepat. Penggunaan kecerdasan spiritual akan menuntun seseorang menuju kehidupan yang baik dan sadar akan yang baik dan buruk akan dirinya.

Pada kehidupan yang begitu banyak godaan dalam mendapatkan keridhaan Allah SWT membuat seseorang terfana seperti halnya pada seseorang yang memiliki gangguan mental seperti Bipolar. Bipolar merupakan gangguan *mood* yang membuat seseorang sulit untuk mengendalikan keadaan yang seharusnya bisa dilakukan dengan mudah. Gangguan mood yang berlebihan membuat seseorang menjadi tidak stabil dalam menghadapi keadaan yang sedang dialaminya. Gangguan bipolar membuat suasana hati menjadi gembira yang berlebih dan sangat percaya diri namun disatu titik gangguan ini bisa membuat penderitanya dalam keadaan yang sangat sedih dan merasa tidak berguna atau bisa disebut mood depresi dan mania dalam waktu yang tidak terduga.⁴

Gangguan *mood* atau perasaan yang menimbulkan perasaan penderitanya terkadang tidak menyadari sedang diposisi perasaan yang mana, dan terkadang tidak dapat dikendalikan oleh penderitanya sendiri. Pada kasus ini banyak sekali penderita bipolar yang sedang berada di kutub depresi merasakan tidak berguna dalam kehidupannya karena masalah yang sedang dialaminya, merasa bersalah tidak berdaya dengan apa yang telah dilakukannya bahkan tidak memiliki hasrat untuk tidur. Pada saat dikutub depresi penderita bipolar bisa melakukan tindakan dengan menyakiti dirinya sendiri yang berarti belum bisa menghargai atau mencintai dirinya sendiri dan pada saat dikutub tersebut tidak adanya keikhlasan dalam diri untuk menerima masalah yang terjadi dan bahkan untuk taat kepada penciptanya pun tidak ada karena pada fase tersebut penderita bisa melakukan bunuh diri. Namun saat penderita berada dikutub mania sulit untuk mengendalikan pikirannya seperti memberikan gagasan serta ide dan aktifitas

⁴ Nisa diyanah, Skripsi: "*Interaksi Sosial Dalam Pemulihan Orang Dengan Bipolar Pada Komunitas Bipolar Care Indonesia*" (Jakarta: UINJKT, 2019), Hal. 43

yang sedang dilakukannya.⁵ Yang menimbulkan tidak adanya menghargai terhadap sesama manusia, dan bisa melupakan apa yang menjadi kewajiban terhadap TuhanNya seperti meninggalkan shalat, menyakiti diri sendiri dan tidak peduli kepada sesama makhluk Allah SWT.

Bipolar salah satu tantangan bagi penderitanya, karenanya penderita harus mengontrol untuk tidak berakhir ditangannya sendiri dengan bunuh diri seperti contoh kasus yang telah terjadi di Jawa Barat menurut riset yang sudah dilakukan sekitar 97.4% khususnya di kota Bandung yang berada dalam *Bipolar care* Indonesia Bandung.⁶ Penderita bipolar cenderung dialami oleh remaja dan dewasa awal kisaran usia 19-25 tahun, kebanyakan pada penderita ini merupakan mahasiswa atau seseorang yang melakukan kegiatan irasional seperti kecanduan narkoba, dan alkohol.

Bipolar hanya memberikan kesulitan bagi penderitanya dalam segala aktivitas, Pemikiran, emosi, maupun tindakannya. Pada tujuan hidup yang dimiliki seseorang dengan penderita bipolar memang memiliki tantangan tersendiri, fokus terhadap tujuan dengan mengontrol diri yang tidak dimengerti bahkan oleh dirinya sendiri sangat membuat seseorang menjadi depresi. Kecerdasan seseorang bisa dikatakan sebagai kesadaran diri dalam menjalani tujuan, dan makna hidup. Kebanyakan pada kasus bipolar ini belum menyadari bagaimana spiritualitas terhadap dirinya sendiri seperti saat memiliki masalah tidak meminta pertolongan kepada Allah dan mengambil sisi baik dari permasalahan untuk menyelesaikannya tetapi mencoba lari dari masalah dan mengambil tindakan yang lebih rumit seperti mengalihkannya dengan alkohol, obat-obatan terlarang serta menyakiti dirinya sendiri.

Adanya masalah dan cara penyelesaian oleh seseorang bipolar tidak membuatnya memiliki kecerdasan secara intelektual, emosi begitu pula

⁵ Atun priyanti, Tesis: "*Kehidupan Peserta Didik Bipolar*" (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2016), Hal. 35

⁶ Novianti Purnamasari, "*Pengaruh Coping Strategy Terhadap Adaptational Outcomes pada Caregiver Penderita Bipolar di Bipolar Care Indonesia Bandung*". Vol. 4 No. 1, Tahun 2018, hal 4.

spiritualnya. Masalah yang tak kunjung selesai karena kecerdasan spiritual yang harus lebih mendominasi dalam hal ini membuat saya sebagai penulis membuat skripsi dengan meneliti **Kecerdasan Spiritualitas Penderita Bipolar (Studi Kasus Komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung).**

B. Rumusan Masalah

Adapun masalah yang ditemukan di lapangan sesuai yang telah dilakukan pada pra penelitian penulis mendapatkan beberapa masalah diantaranya yaitu:

1. Bagaimana gambaran tentang penderita Bipolar di komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung?
2. Bagaimana kecerdasan pada penderita Bipolar?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang akan diteliti di atas maka dalam penelitian ini memiliki tujuan yang jelas yaitu:

1. Mengetahui apa yang dialami oleh penderita Bipolar di komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung.
2. Mengetahui kecerdasan spiritual terhadap penderita bipolar seperti apa.

D. Manfaat Penelitian

Adanya tujuan dan rumusan masalah yang telah dibuat sebagai mana penelitian ini menunjukkan keabsahannya dalam melakukan penelitian, maka manfaat dalam penelitian ini ialah:

1. Bagi penulis: mengetahui cara penyelesaian masalah dalam kehidupan, emosi dan spiritual secara kecerdasan yang dimiliki oleh penderita bipolar.
2. Bagi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung: untuk mengetahui bahwa di Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi bisa melakukan penelitian terhadap *mental illness* dengan tasawuf.

3. Bagi kalangan akademis, aktivis hingga masyarakat luas: bahwa diadakannya penelitian ini guna mengetahui penderita bipolar membutuhkan kita dan dukungan serta bisa di sembuhkan dengan pendekatan terhadap Yang Maha Kuasa.

E. Kerangka Berfikir

Bipolar Disorder merupakan gangguan *mood* atau disebut juga manic-depresif adalah sebuah penyakit yang menyebabkan gangguan pada alam bawah sadar atau perasaan (*mood*), energy, derajat aktivitas, dan kemampuan untuk melakukan pekerjaan sehari-hari.⁷ Pada penderita bipolar akan merasakan berupa gejala yang berupa gangguan pada karir, hubungan sosial, tidak dapat melakukan kegiatan sehari – hari dengan baik, dan membuat berakhirnya nyawa pada tangan diri sendiri atau bunuh diri.

Setiap manusia memiliki tujuan hidup masing-masing dan mengarahkan pada rencana yang telah dibuat. Namun dengan bipolar ini akan mengakibatkan tujuan seseorang menjadi tidak terarah karena pada saat episode depresi bisa membuat seseorang mengurung diri selama berbulan - bulan, tidak bisa tidur, tidak ada gairah dalam melakukan kegiatan apapun atau bahkan dalam keadaan manik penderita bisa mengeluarkan ide yang sangat bagus, tidak bisa berhenti bekerja tidak bisa beristirahat sama sekali.

Menurut beberapa para ahli psikologi (Sigmund Freud, C.G Jung) membahas mengenai lebih dalamnya tentang Kecerdasan Spiritual, disimbolkan sebagai bunga teratai diri yang menggabungkan tiga kecerdasan dasar yang dimiliki oleh manusia seperti rasional, emosional, dan spiritual. Kemudian ada tiga dasar pemikiran yang dimiliki oleh manusia yaitu sel, asosiatif, dan penyatu tidak hanya itu manusia memiliki tiga jalan dasar pengetahuan yaitu primer, sekunder dan tersier serta manusia memiliki tiga tingkatan diri yaitu pusat-transpersonal, tengah-assosiatif, tengah interpersonal dan pinggiran-ego personal. Dalam hal

⁷ Anta Samsara, "Mengenal Gangguan Bipolar" Vol, 2. No 15. Tahun 2016. Hal 1

tersebut Kecerdasan Spiritual memiliki keterhubungan pada unsur pusat bagian diri manusia yang lain.⁸

Menurut Piedmont mengembangkan konsep dari spiritual yaitu *Spiritual Transendence* yang merupakan kemampuan individu untuk berada diluar pemahaman dirinya akan waktu dan tempat, serta untuk melihat kehidupan dari perspektif yang lebih luas dan objektif. Konsep ini memiliki tiga aspek yaitu:

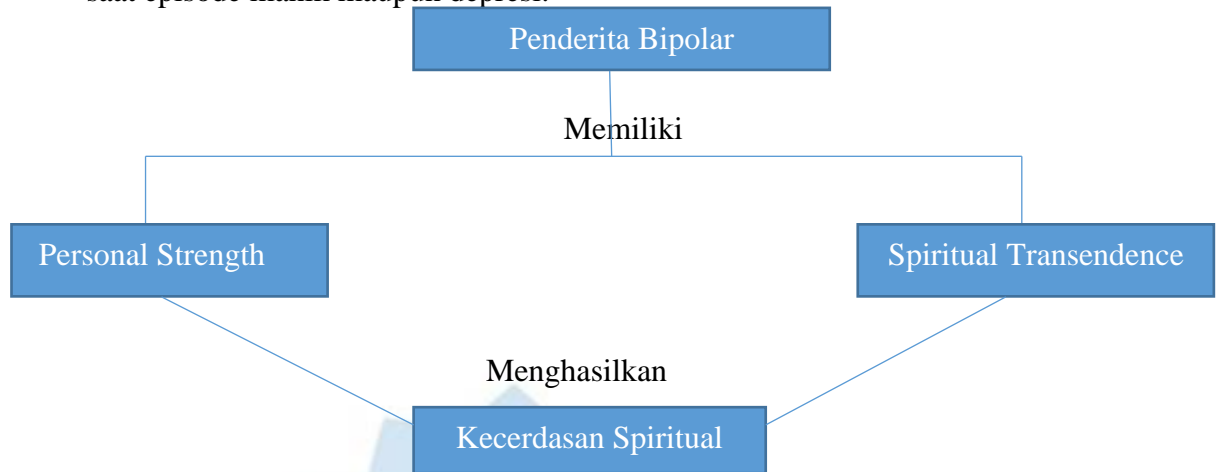
- a. *Prayer Fulfillment* (pengalaman ibadah), yaitu sebuah perasaan gembira dan bahagia yang di sebabkan oleh keterlibatan diri dengan transeden.
- b. *Universality* (Universalitas), yaitu sebuah keyakinan bahwa seseorang merupakan bagian dari realitas manusia yang lebih besar yang melampaui generasi dan kelompok tertentu.
- c. *Connectedness* (keterkaitan), yaitu sebuah keyakinan bahwa seseorang merupakan bagian dari realitas manusia yang lebih besar yang melampaui generasi dan kelompok tertentu.⁹

Menurut ketiga aspek di atas tersebut Piedmont mengembangkannya menjadi alat ukur spiritualitas yang di sebut *Spiritual Transendence Scale* (STS). Dan mengacu pada beberapa indikator yang menunjukkan pengalaman ibadah, keyakinan terhadap kesatuan dan tujuan hidup serta keterkaitan yaitu hasrat tanggung jawab pribadi terhadap yang lainnya meliputi hubungan terhadap suatu kelompok. Dalam perannya kecerdasan spiritual membuat seseorang bisa memecahkan masalah dan mengarahkan ingin dalam keadaan seperti apa dia berada. Dengan hal lain kecerdasan spiritual ini sangat penting bagi kehidupan sehari-hari dan halnya dengan penderita bipolar bisa membawa dirinya ke arah mana yang akan ia tuju. Dengan keinginan yang kuat serta peran kecerdasan spiritual

⁸ Danah Zohar dan Ian Marshall, "*SQ Kecerdasan Spiritual*". (Bandung: Mizan, 2007) hal 1

⁹ Sharon Olsen, *Instrument for Clinical Health-Care Research*, Canada: Jones and Barlett Publishers, 2004, 239

dalam diri setiap manusia akan mempengaruhi pada penderita bipolar pada saat episode manik maupun depresi.



F. Hasil Penelitian Terdahulu

1. Jurnal, Rani Anggraeni P&Yohanis Franz La K, *Pengalam Terdiagnosis Bipolar: Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis*, Universitas Diponegoro, Volume 7, Nomor 3, 2017 melihat adanya keadaan penderita dengan mengambil titik fokus pada keadaan psikologis pradiagnosis, pengalaman sebagai penderita bipolar, dan penerimaan diri sebagai penderita bipolar dengan menggunakan metode pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* yang bertujuan untuk menjelajahi pemaknaan subjek terhadap pengalaman-pengalaman besar dalam kehidupan pribadinya. Adanya metode dan titik fokus yang di ambil bisa membedakan dengan penulisan karya penulis dari segi pendekatan dan hasil dari wawancara dengan penderita.
2. Skripsi, Nasifah, *Pengaruh Antara Kecerdasan Spiritual Terhadap Tingkah Laku Di Tingkat Pendidikan MI Ikhlasiyah Palembang*, Universitas Muhammadiyah Palembang, 2012 bertujuan kecerdasan spiritual lebih penting dari kecerdasan yang lainnya karena untuk mendapatkan tingkah laku yang baik dan memiliki makna dan nilai hidup dengan metode lapangan yang menghasilkan 80% tingkah laku sedang dan 30% tergolong tinggi pada kecerdasan spiritual. Adanya

metode lapangan dan hasil tersebut membedakan adanya kecerdasan spiritual pada orang sehat tanpa adanya gangguan Bipolar Disorder.

