

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Islam merupakan agama yang dibawa oleh Nabi Muhammad dan senantiasa didalamnya mengajarkan tentang tuntunan hidup manusia di muka bumi. Pada saat zaman jahiliyah, beliau merupakan sosok yang memberikan perubahan terhadap peradaban Arab saat itu. Islam dalam konteks lain mengajarkan agar manusia dapat berguna bagi sesamanya baik itu dari segi apapun sebab manusia adalah makhluk yang diberi akal serta dibarengi oleh budi pekerti.

Mayoritas penduduk di Indonesia adalah menganut agama Islam, maka sudah seharusnya Nabi Muhammad sebagai suri tauladannya umat Islam. Dalam rangka membentuk moral serta meningkatkan iman, sunah Nabi Muhammad selalu menjadi kebiasaan umat Islam untuk menjalankan aktivitas kesehariannya dan sholawat sebagai media pendekatannya.

Sebagai bentuk pengingat terhadap peran Nabi Muhammad pada saat itu, umat muslim saat ini mengingatnya dengan lantunan-lantunan sholawat yang dapat menenangkan terhadap kondisi jiwa manusia. Kondisi jiwa yang baik akan mempengaruhi terhadap perkembangan fisik yang baik pula. Namun menciptakan kondisi jiwa yang baik tidak semudah membalikan telapak tangan, sebab salah satu faktor yang mempengaruhi hal tersebut justru ada dalam lingkungannya seperti gosip, tekanan dari luar, pekerjaan yang menumpuk dan lain hal.

Setiap individu memiliki kondisi jiwa yang berbeda dan tidak bisa disamaratakan. Artinya kondisi jiwa seseorang itu bisa dirasakan oleh individu itu sendiri dan dapat paham batasan mentalnya masing-masing. Banyak orang ketika kondisi jiwanya terganggu justru lari kepada hal-hal negatif seperti mabuk, narkoba, dll hingga ia malah kehilangan identitasnya sebagai agama islam. Pada ajaran agama islam, yang dapat dikaitkan dengan kesehatan mental salah satunya adalah bersholawat. Sholawat merupakan suatu tanda pujian terhadap Nabi Muhammad Saw dan dengan bersholawat

juga dapat menenangkan hati manusia yang sedang mengalami fase stres didalam kehidupannya.

Sebagaimana dalam dunia pekerjaan, manusia sebetulnya dapat meminimalisir stres yang ia miliki dalam pekerjaan apabila ia memiliki pola hubungan atau pola komunikasi antara rekan, atasan, maupun bawahan dalam suatu bidang pekerjaan yang baik. Sehingga daya produktivitas dalam bekerja mendapatkan suatu hasil yang memuaskan, dan perusahaan tempat ia bekerjapun mendapatkan *feedback* yang menguntungkan juga dapat mengefisienkan waktu yang ditaruhkan.

Disejumlah instansi negara seperti kepolisian, Kepolisian Negara Republik Indonesia atau sering kita sebut Polri memiliki tugas pokok sebagaimana yang tertera dalam Undang-Undang No. 2 Tahun 2002 Pasal 13 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia yang berbunyi “*Tugas pokok polri yakni berupa memberikan perlindungan, pengayoman, pelayanan kepada masyarakat, memelihara ketertiban dan keamanan masyarakat, dan menegakkan hukum*”¹. Dalam tugasnya tersebut artinya Polri memiliki beban dan tanggung jawab yang sangat kompleks dalam kesehariannya, atau dapat dikatakan juga sebagai beban ganda.

Dibalik dari semua itu, citra Polri yang hari ini berkembang di media begitu negatif akibat dari beberapa oknum polisi yang melanggar aturan, baik pelanggaran etika, pelanggaran disiplin, hingga pelanggaran pidana. Kita tarik contoh kasus Fredy Sambo CS yang merekayasa kasus pembunuhannya kepada ajudannya Brigadir Yosua Hutabarat akibat kesalahpahaman dan FS tidak bisa mengontrol emosi yang terdapat pada dirinya, padahal FS merupakan Jendral bintang dua yang memiliki jabatan sebagai Kadiv Propam Polri. Lebih lanjut lagi banyaknya kasus-kasus oknum polisi lainnya yang melakukan kejahatan dan memanfaatkan jabatannya tersebut akibat dari tidak terlatihnya emosi yang dihasilkan

¹. Undang-Undang No. 2 Tahun 2002 Tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia.

melalui pendekatan spiritual dengan salah satu medianya adalah proses penghambaan kepada-Nya secara menyeluruh.

Kepolisian Negara Republik Indonesia dalam biro SDM memiliki program berupa pembinaan rohani dan mental yang berorientasi pada kesehatan mental anggotanya dan sebagai upaya ibadah agar senantiasa dapat mengingat Allah SWT juga Nabi Muhammad SAW. Anggota kepolisian di Polrestabes Bandung dalam kegiatannya diberikan siraman rohani dan melakukan sholawat guna mendapatkan syafaat kelak di yaumul akhir. Maksud dari diadakannya bimbingan rohani dan mental ini adalah dalam rangka meningkatkan keimanan anggota Polrestabes serta mempererat tali silaturahmi antar anggota polisi di lingkup Polrestabes Bandung, serta membimbing kondisi rohani agar senantiasa anggota Polrestabes memiliki ruang khusus yang biasa disela kesehariannya yang sibuk dengan tugas negara juga memiliki kondisi mental yang sehat.

Tujuan dari kegiatan binrohtal tersebut yaitu agar para anggota Polrestabes Bandung dapat merileksasi diri dan proses mengingat kembali muatan materi keagamaan atau bisa dikatakan juga tolakul ilmi. Bekal dari kegiatan tersebut untuk anggotanya berupa sholawat thibbil qulub yang dalam pemaknaannya sangat mendalam. Sholawat thibbil qulub juga dapat membentuk karakter individu yang berjiwa gagah dan berhati tenang dalam mengatasi persoalan tugasnya sebagai abdi negara.

Pada pelaksanaan Binrohtal ini tidak lepas dari yang namanya hambatan teknis sehingga pelaksanaannya pun dapat maksimal ataupun hanya perwakilan dari setiap biro saja seiring padatnya tugas yang diemban. Adapun untuk anggota non muslim mengikuti kegiatan Binrohtal ini di tempat ibadahnya seperti di gereja, pure dan lain sebagainya. Kemudian setelah melakukan ritual keagamaan yang sesuai dengan kepercayaannya, diharuskan membuat laporan dan diserahkan kepada pimpinan atau melalui Biro SDM Polrestabes Bandung.

Dalam kaitannya antara sholawat thibbil qulub dengan kesehatan mental, penulis mengobservasi lapangan di Polrestabes Bandung. Sebab,

ketenangan jiwa dan kesehatan mental ini sangat dibutuhkan oleh anggota polisi sebagai mana sesuai dengan slogannya yakni melindungi dan mengayomi masyarakat. Maka penulis mengangkat judul skripsi yakni **“Pengaruh Sholawat Thibbil Qulub Terhadap Kesehatan Mental Anggota Polri (Studi Deskriptif Pada Program Pembinaan Rohani Dan Mental Polrestabes Bandung)”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka penelitian ini memiliki rumusan masalah yang hendak diteliti sebagai berikut :

1. Hubungan sholawat thibbil qulub dan kesehatan mental ?
2. Bagaimana pelaksanaan Pembinaan Rohani dan Mental di Polrestabes Bandung?
3. Bagaimana pengaruh Sholawat thibbil qulub terhadap Kesehatan Mental Anggota Polrestabes Bandung setelah mengikuti program pembinaan rohani dan mental?

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan latar belakang dan rumusan masalah, penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Untuk menambah dan menjadi pembaharu kajian pustaka yang telah ada
2. Untuk menganalisis sholawat thibbil qulub menggunakan pisau analisis kesehatan mental
3. Untuk mengetahui pengaruh sholawat thibbil qulub terhadap kesehatan mental

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, dalam penelitian ini memiliki manfaat sebagai pisau analisis penelitian yang akan datang tentang pengaruh sholawat thibbil qulub dan kesehatan mental dan menambah kajian kepustakaan dalam bidang ilmu tasawuf dan psikoterapi.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, dalam penelitian ini untuk menambah cakrawala pengetahuan tentang kesehatan mental yang dikaitkan dengan sholat thibbil qulub sebagai pisau analisisnya dan mengobservasi pengetahuan secara praksis. Selain daripada itu menambah wawasan tentang sholat thibbil qulub secara pemaknaan dalam kehidupan.

E. Tinjauan Pustaka

Dari analisis literatur skripsi yang telah ditelusuri, penulis menemukan beberapa literatur yang berkaitan dengan bahasan penelitian diantaranya :

1. Anwar Dhobith skripsi yang berjudul *"Pembinaan Rohani dan Mental (BINROHTAL) Islam Dalam Upaya Peningkatan Pemahaman Agama Islam dan Implikasinya Terhadap Anggota Polres Ponorogo"* memiliki hasil yakni pelaksanaan binrohtal ini yakni anggota polisi dapat melaksanakan apa yang memang telah diperintahkan agama maupun pimpinan yaitu melaksanakan kebaikan khususnya ibadah. Kemudian dari jumlah anggota yang mengikuti kegiatan binrohtal hampir keseluruhan bisa untuk membaca quran dan mengamalkan dikesehariannya. Maka dari itu kegiatan binrohtal ini sangat tepat dalam meningkatkan pemahaman keislaman terhadap anggota polisi yang beragamaan islam. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif, dimana pada metode ini adalah merupakan pembeda metode yang hendak diteliti oleh peneliti selanjutnya. Secara basis teori relevan untuk digunakan sebagai referensi dan penelitian selanjutnya.
2. Listiya, Puji Utami dengan judul *"Pengaruh Pengamalan Sholawat Wahidiyah Terhadap Kesehatan Mental di Desa Sidomulyo Kecamatan Wonosalam Kabupaten Demak"*. Skripsi ini dibuat tahun 2018 di Institut Agama Islam Negeri Kudus pada Jurusan Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam. Dalam skripsi ini, penulis ingin membuktikan relevansi psikologi dzikir ditinjau dari aspek ilmu psikologi melalui pengamalan sholat wahidiyah. Kemudian penulis mengambil data sample 58 orang dari

total 140 orang yang mengikuti majelis sholawat ini. Hasil dari hipotesis tersebut dapat disimpulkan bahwa pengaruh sholawat wahidiyah terhadap kesehatan mental ini sebesar 56% dengan mendapatkan nilai yakni t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} ($8439 > 2,004$). Jadi dapat disimpulkan bahwasanya Pengamalan Sholawat Wahidiyah merupakan variabel bebas yang secara signifikan ini memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental di Desa tersebut. Untuk perbedaannya adalah jenis sholawat yang hendak menjadi pisau analisis penelitian yakni sholawat thibbil qulub serta objek kajian pada penelitian yang akan dilakukan di Polrestabes Bandung.

3. Atik Mardiani Kholilah, dengan judul *“Pengaruh Membaca Sholawat Wahidiyah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pengguna Narkoba”*. Skripsi yang diterbitkan oleh Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta pada tahun 2017. Dalam skripsi ini didalamnya memuat bagaimana sholawat wahidiyah mampu memberikan stimulus positif terhadap kecemasan pengguna narkoba. Kemudian hal ini disangkutkutkan juga dengan ilmu kedokteran atau secara sains. untuk perbedaannya yaitu dari sholawat dan juga objek kajiannya, tetapi ada korelasi teori yang berkesinambungan.
4. Niafatun Nofiah, Fitri Arofiati, Yanuar Primanda. Jurnal berjudul *“Pengaruh Mendengarkan dan Membaca Sholawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Post Op Orif di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi”* diterbitkan pada tahun 2019 memiliki hasil yakni adanya pengaruh sholawat terhadap tingkat kecemasan pasien Op Orif dan ini adanya indikasi penurunan tingkat kecemasan secara signifikan setelah pasien mendengarkan dan membaca sholawat. Analisa yang digunakan dalam penelitian ini berupa uji wilcoxon dan menghasilkan p value 0.000 atau $p < 0.05$. adapun perbedaannya yakni dalam objek yang diteliti dan proses penanganan juga metode uji yang dipakai.

5. Abdul Hamid. Jurnal berjudul "*Agama dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Psikologi Agama*" diterbitkan pada tahun 2017 memiliki hasil penelitian bahwa kesehatan mental yakni seseorang yang terhindar dari penyakit jiwa dan disini agama memiliki keterkaitan dengan kesehatan mental, hubungannya seperti proses penyerahan diri terhadap Allah SWT yang pada akhirnya memiliki pandangan dan pikiran yang optimis juga positif. Sehingga kondisi cemas dan gangguan mental lainnya akan transisis sebagaimana sesuai dengan fitrah sebagai manusia yaitu sehat jasmani maupun rohani. Adapun perbedaannya yaitu jika disini secara umum dibahas tentang peran agama dalam kesehatan mental, tapi untuk penelitian selanjutnya lebih dispesifikasikan ke dalam sholat syifa.
6. Arifin Yahya. Skripsi yang berjudul "*Peranan Majelis Zikir dan Sholawat dalam Membina Akhlak Remaja di Dusun Dasan Aman Desa Peresak Kecamatan Batu Kliang Lombok Tengah*" ini memiliki hasil yaitu peran zikir dan sholat disini efektif membina akhlak remaja di daerah ini. Kemudian selain daripada itu disini menggunakan metode pendidikan oleh orang lain yang saling mengingatkan pada kebaikan. Metode yang digunakan adalah kualitatif dan disini pun adalah sebagai pembeda metode juga dan objek kajian pun demikian. Tapi secara kesamaan teori ini memiliki korelasi satu sama lain.

F. Kerangka Berpikir

Dzikir adalah makanan hati yang senantiasa menjadi makanan rohani, dimana ketika hatinya sering diberi nutrisi yang baik, maka kondisi hati juga tidak akan mudah terserang penyakit yang menyelimuti dirinya dengan perilaku negatif. selain daripada itu, dzikir juga merupakan bagian dari sholat. Sholat merupakan suatu pujian atau doa yang ditujukan kepada baginda Nabi Muhammad SAW sebagai bentuk kecintaan kepada beliau yang merupakan utusan Allah di muka bumi dan beliau pula manusia yang paling dicintai oleh Allah SWT.

Sholawat diyakini sebagai jalan menuju ridho-Nya melalui proses pengakuan Nabi Muhammad SAW sebagai baginda umat muslim di dunia. Banyak manfaat serta syafaat dari pelantunan sholawat yang salah satunya adalah sholawat thibbil qulub disinyalir memiliki energi positif untuk meningkatkan kualitas kesehatan umat manusia terkhusus kesehatan mental yang jarang orang peduli akan kesehatan mentalnya.

Para ahli tarekat berkeyakinan bahwa jika seorang hamba Allah berkeyakinan atas lahir dan batinnya diawasi oleh Allah SWT dan segala bentuk geraknya di lihat-Nya, maka hamba Allah tersebut akan menjadi manusia yang benar dan takut akan perbuatan tercela². Ketika hati selalu melantunkan dzikir kepada Allah SWT, ia merupakan golongan orang-orang yang selamat dan akan bertemu dengan baginda Nabi Muhammad kelak di yaumul akhir.

Dalam lingkup kepolisian, fisik merupakan hal yang utama untuk dibina, sebab kondisi fisik yang prima akan menunjang bagaimana kedepan tugas negara dapat diselesaikan dengan baik. Namun tidak bisa dipungkiri bahwasanya kondisi rohani pun harus dibina, sebab fisik yang kuat dan hati yang sehat ini akan selaras dalam hal penyelesaian nya. Perlu kita ketahui, bahwa mata hati merupakan suatu keindahan melihat bagaimana kebenaran itu nampak nyata dibanding dengan mata fisik yang penglihatannya sangat terbatas dan keindahan makna yang terlihat oleh mata hati ini memiliki makna besar ketika dirasionalisasikan oleh akal dan hati daripada apa yang terlihat oleh mata fisik³. Maka nikmat hati ketika menangkap persoalan ketuhanan yang maha mulia ini sulit dilihat oleh indra dan hanya dapat ditangkap melalui kedekatan dengan Tuhan. Cara untuk mempertajam hati kita yakni dengan memberi nutrisi kepada hati kita berupa Dzikir dan Sholawat.

². Aboebakar Atjeh, "*Tarekat dalam Tasawuf*". (Bandung: Segi Arsy, 2017), hlm. 27

³. Rosihon Anwar dan Asep Suhendar, "*Mendekati Allah dengan Kecintaan, Kerinduan, dan Keridoan*". (Bandung: CV Pustaka Setia, 2004), hlm. 23

Definisi dari sehat secara umum adalah keadaan sempurna dan sejahtera dalam hidup, baik itu fisik, psikis, atau sosial sekalipun dan terbebas dari penyakit juga kondisi yang melemah. Sehat secara mental menunjukkan tingkah laku yang sikap hidupnya sesuai dengan aturan dan norma yang ada di lingkungannya. Menurut Karl Menninger individu yang sehat secara mental, mereka yang berkemampuan menahan diri dan menunjukkan kecerdasannya serta senantiasa berkehidupan yang bahagia⁴. Kemudian menurut Schneiders, kesehatan mental ini mencakup tiga aspek yakni kesehatan mental tidak akan terlepas dari yang namanya integritas organisme dan kesehatan fisik, lalu tidak akan terlepas dari pribadi yang intelek, bermoral, religius, sosial, dan emosional, dan yang terakhir adalah bagaimana cara agar dapat mengendalikan diri, pemikiran, hasrat, emosi, dan perilaku yang terjadi dimasyarakat. Pada intinya memiliki aspek relasi Tuhan, Manusia, dan Alam.

Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam latar belakang diatas, penulis memiliki konsep pembahasan dari permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari seorang polisi dimana pada kesehariannya sebagai anggota polisi tidak banyak memiliki banyak waktu luang sehingga dalam proses beribadah pun kurang maksimal. Kemudian tekanan dari pekerjaan pun selalu bertubi-tubi, maka disetiap harinya anggota polisi banyak juga yang mengalami tekanan mental hingga stres menyerang pada dirinya. Dengan adanya kegiatan pembinaan rohani dan mental ini dapat membantu meluangkan waktu anggota polisi agar memaksimalkan dalam halnya beribadah dan ada waktu khusus juga disela kesibukannya jadi dapat fokus terhadap proses mengingat sang pencipta juga menjadi refleksi agar tidak terlalu stres dalam menghadapi tugas-tugas sebagai anggota polisi.

Pembinaan rohani dan mental yang dilakukan oleh Polrestabes Bandung sangat berhubungan dengan pengembangan etik anggota polisi di lingkup Polrestabes Bandung berdasarkan ajaran agama islam dan memiliki

⁴. Kartika Sari Dewi, "*Kesehatan Mental*". (Semarang: CV Lestari Mediakreatif, 2012), hlm. 10-11

kecenderungan meningkatkan kualitas keimanan serta kepribadian anggotanya. Hal tersebut menjadi dasar peningkatan kualitas spiritual yang tanpa disadari penuh dengan keberkahan dan menjadi ladang pahala kelak di yaumul akhir.



G. Sistematika Penulisan

Bab I : Bab ini berisikan tentang bab pendahuluan yang didalamnya mencakup latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka berfikir, tinjauan pustaka, dan sistematika kepenulisan.

Bab II : Bab ini merupakan landasan teori yang didalamnya mendeskripsikan tema besar yang hendak diteliti dan berisikan teori berupa –tentang judul

Bab III : Bab ini berisi tentang metode penelitian yang berupa pendekatan dan metode penelitian, sumber data dan subjek penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, dan tempat juga lokasi penelitian.

Bab IV : Bab ini berisikan hasil dari penelitian yang dilakukan dan merupakan bab yang membahas gagasan yang didapat selama penelitian.

Bab V : Bab ini merupakan bab penutup yang berisikan kesimpulan dan saran.

