

Implementasi *Coping Religious* dalam Mengatasi Gangguan Fisik-Psikis-Sosial-Spiritual pada Pasien Gagal Ginjal Kronik

Iredho Fani Reza

Fakultas Psikologi Islam

Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia

Email: iredhofanireza@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini menemukan bahwa pasien gagal ginjal kronik rentan mengalami gangguan aspek fisik-psikologis-sosial-spiritual yang bersumber dari gangguan psikologis dan fisik. Untuk mengatasi setiap aspek gangguan yang dialami pasien gagal ginjal kronik, coping religious dalam perspektif agama Islam menjadi cara mengatasi permasalahan psikologis yang dialami pasien gagal ginjal kronik yang di implementasi dengan dua bentuk. Pertama, hubungan terhadap Allah SWT (hablun Min Allah) berupa pelaksanaan serangkaian ibadah, seperti: salat, zikir, puasa, berdoa, membaca Al-Qur'an. Kedua, hubungan dengan sesama manusia (hablun min an-nas), yaitu silaturahmi. Penelitian ini merupakan jenis penelitian mixed methods dengan rancangan penelitian embedded design. Jumlah subjek yang menjadi sampel dengan teknik random sederhana dalam penelitian ini berjumlah 62 pasien gagal ginjal kronik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pasien gagal ginjal kronik, untuk mempertahankan intensitas pelaksanaan ibadah dan meningkatkan pemahaman dan penghayatan keagamaan, sehingga dapat mengatasi gangguan fisik-psikis-sosial-spiritual untuk menyikapi pelbagai permasalahan kehidupan yang dihadapi.

Abstract

This study found that patients with chronic renal failure prone impaired physical aspect-psycho-social-spiritual that comes from psychological and physical disorders. To cope with every aspect of interruptions suffered kidney failure patients conic, religious coping in the perspective of Islam becomes a way to overcome psychological problems experienced by patients with chronic renal failure in the implementation of the two forms. First, there is a relationship to Allah (hablun Min Allah) in the form of implementation of a series of worship,

such as prayer, remembrance, fasting, praying, reading the Qur'an. Second, there are relationships with human beings (hablun min an-nas), mostly called "the gathering". This study is a mixed research methods with embedded design. The number of subjects sampled by simple random technique in this research consists of 62 patients with chronic renal failure. The results of this study are expected to provide input to chronic renal failure patients, to maintain the intensity of worship and increase understanding and appreciation to religion, so that it can cope with the physical disruption of social-psychological-spiritual-to address various life problems that occur.

Keywords: *Human Disease Chronic Renal Failure, Impaired Physical Socio-Spiritual-Psychic, Religious Coping*

Individu manusia memiliki banyak kebutuhan yang harus dipenuhi. Menurut Muhammad Utsman Najati, kebutuhan manusia dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu kebutuhan fisiologis dan kebutuhan psikologis (psikis dan spiritual). Kebutuhan manusia yang bersifat fisiologis berhubungan dengan aktivitas dalam tubuh, sedangkan kebutuhan psikis dan spiritual berhubungan dengan jiwa untuk mewujudkan rasa aman dan bahagia.¹

Bila kebutuhan yang diinginkan tidak terpenuhi, maka menimbulkan suatu krisis dalam diri. Erikson mengatakan, setiap individu pada dasarnya dihadapkan pada suatu krisis. Krisis itulah yang menjadi tugas bagi seseorang untuk dapat dilaluinya dengan baik.² Krisis yang terjadi berasal dari aspek fisik dan psikis pada individu. Aspek fisik dan psikis pada individu seharusnya bersinergi, sehingga cenderung melewati krisis yang dihadapi. Apabila aspek fisik dan psikis tidak bersinergi, maka menimbulkan krisis dalam diri.

Salah satu jenis krisis yang mempengaruhi keseimbangan antara aspek fisik dan psikis individu yaitu krisis situasi. Krisis situasi terjadi ketika peristiwa eksternal tertentu pada individu, mempengaruhi keseimbangan psikologi individu atau kelompok. Sebagai contoh salah satu krisis situasi adalah menderita suatu penyakit.³ Salah satu penyakit kronis yang dapat membuat penderitanya mengalami krisis situasi berupa gangguan fisik dan psikis atas penyakit yang diderita, adalah penyakit gagal ginjal kronik.⁴

Pasien penderita gagal ginjal kronik bukan hanya mengalami kesakitan pada fisik, kondisi psikis juga terganggu. Hal ini didukung dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Andri terhadap pasien gagal ginjal kronik. Pasien penyakit

gagal ginjal kronik sering mengalami gangguan psikiatrik terkait dengan kondisi medis umumnya. Gangguan psikiatrik seperti delirium, depresi, kecemasan dan sindrom disequilibrium sering dialami oleh pasien gagal ginjal kronik.⁵

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di salah satu Rumah Sakit Umum Pemerintah di Jakarta terhadap pasien penderita gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, pasien mengungkapkan ketika mendengar diagnosa dokter bahwa menderita gagal ginjal kronik dan harus menjalani terapi hemodialisa. Pasien merasa terkejut mendengarnya dan mencemaskan bagaimana kehidupannya kedepan nanti. Pasien sempat berpikir, kehidupannya sudah habis dan tidak ada harapan lagi untuk hidupnya kedepan. Saat proses terapi hemodialisa mulai berjalan rutin, setiap akan memasuki ruangan hemodialisa, kepalanya seakan terasa pusing dan pasien sering mengeluh dengan kondisi yang dialami. Saat proses hemodialisa berlangsung, bila ada yang menyentuh bagian tubuhnya, pasien seakan merasakan sakit yang berlebihan di bagian tubuh yang tersentuh. Pasien juga mengalami kesulitan untuk tidur, setelah menderita penyakit gagal ginjal kronik. Karena pasien mencemaskan kondisi penyakit yang dialami, apakah masih dapat berkumpul dengan keluarga.⁶

Selanjutnya, berdasarkan wawancara dengan keluarga pasien gagal ginjal kronik. Ketika pasien berada di rumah, menjadi lebih sensitif terhadap hal-hal kecil yang dianggap salah. Ditampakkan melalui perilaku yang mudah marah dan perubahan pola makan.⁷ Hal ini, mengindikasikan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa bukan hanya mengalami gangguan fisik tapi cenderung mengalami gangguan psikologis.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, terdapat fenomena bahwasanya ada sebagian pasien gagal ginjal kronik yang mendekati diri kepada agama sebagai cara mengatasi psikologis yang dialami. Berdasarkan wawancara dengan seorang pasien gagal ginjal kronik. Sering mengalami kesepian, padahal memiliki anak yang banyak dan telah memiliki cucu. Karena kesibukan masing-masing keluarga, untuk pergi ke Rumah Sakit, Bapak usia 70 tahun ini pergi sendirian menggunakan angkotan umum. Dibalik kesakitan yang dialami, tetap menjalani praktek ibadah. Bahkan menajalani ibadah puasa sunnah pada saat menajalani terapi hemodialisa. Mengingat Tuhan, membuat dirinya bisa menerima keadaan yang diderita.⁸

Salah satu *coping* stres yang mulai digunakan dalam aspek kegiatan penyembuhan pasien medis yaitu pemecahan masalah melalui pendekatan keagamaan atau *coping religious*. Menurut Koenig *coping religious* didefinisikan

sebagai sejauh mana individu menggunakan keyakinan dan praktek ritual *religiousnya* untuk memfasilitasi proses pemecahan masalah dalam mencegah atau meringankan dampak psikologis negatif dari situasi yang penuh stres dan hal ini membantu individu untuk beradaptasi dalam situasi kehidupan yang menekan.⁹

Coping religious diklasifikasikan menjadi dua bagian yaitu positif *coping religious* dan negatif *coping religious*.¹⁰ Lebih lanjut menurut Pargament, dalam pengukuran pendekatan *coping religious* dapat dilakukan dengan melihat indikator *coping religious* yang terdapat di dalam dimensi *coping religious* yaitu: 1) Menemukan makna; 2) Kontrol diri; 3) Kenyamanan dan kedekatan dengan Tuhan; 4) Menjalin hubungan dengan orang lain dan kedekatan dengan Tuhan; 5) Menciptakan perubahan dalam hidup.¹¹

Selanjutnya observasi dan wawancara yang dilakukan, bahkan ada pasien yang menangis karena proses pelaksanaan hemodialisa dan berteriak kesakitan saat proses hemodialisa berlangsung, serta terlihat pasien yang mengeluh dengan kondisi yang dideritanya. Akan tetapi, dari wawancara yang dilakukan, ada pasien bisa bertahan dengan kondisi yang terjadi. Untuk menghilangkan perasaan kesendirian, pasien melaksanakan ibadah. Dalam konteks agama Islam, seperti salat, zikir dan puasa.¹²

Keterkaitan antara *coping religious* dengan aspek kehidupan individu yang menderita suatu penyakit, hal ini juga didukung oleh beberapa penelitian. Diantaranya penelitian oleh Zwingmann dan kawan-kawan terhadap pasien penderita kanker payudara di Jerman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa antara *coping religious* dapat mengatasi depresi pada pasien penderita kanker payudara di Jerman.¹³ Penelitian oleh Mahmoudi dkk, terhadap mahasiswa Universitas Islam Azad Iran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara *coping religious*, kesehatan dan gangguan psikologis yang kompleks. Artinya bahwa keyakinan agama memainkan peran penting dalam pencegahan, pengurangan emosi dan psikologis disorder.¹⁴

Dalam pandangan Islam di dalam Al-Qur'an, Allah SWT berfirman bahwasanya orang-orang yang beriman akan mendapatkan penyembuhan dari gangguan ketenangan jiwa melalui agama terdapat dalam QS. Yunus ayat 57:

يٰۤاَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْم مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman".¹⁵

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang telah diungkapkan sebelumnya, bahwasanya krisis situasi yang dialami dapat diatasi dengan pendekatan keagamaan, pada hakikatnya dapat mengatasi gangguan psikologis yang dialami pasien gagal ginjal kronik. Dari permasalahan yang ada, penelitian survei ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gangguan fisik-psikis-sosial-spiritual dan bagaimana implementasi *coping religious* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa.

Gangguan Fisik-Psikis-Sosio-Spiritual Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik

Tubuh manusia terdiri dari organ-organ yang memiliki fungsinya tersendiri. Salah satu organ manusia yaitu ginjal, yang merupakan organ terpenting dalam mempertahankan homeostatis cairan tubuh secara baik.¹⁶ Menurut Cotran dkk., ginjal adalah suatu organ yang secara struktural kompleks dan telah berkembang untuk melaksanakan sejumlah fungsi penting seperti ekskresi produk sisi metabolisme, pengendalian air dan garam, pemeliharaan keseimbangan asam yang sesuai dan sekresi pelbagai hormon autokoid.¹⁷

Menurut Syaifuddin fungsi ginjal diantaranya: 1) Mengatur volume air (cairan) dalam tubuh; 2) Mengatur keseimbangan *osmotik* dan mempertahankan keseimbangan ion yang optimal dalam *plasma* (keseimbangan elektrolit); 3) Mengatur keseimbangan asam basa cairan tubuh, bergantung pada apa yang dimakan; 4) ekskresi sisa-sisa hasil metabolisme (ureum, asam urat, kreatinin) zat-zat *toksik*, obat-obatan, hasil metabolisme *hemoglobin* dan bahan kimia asing (pestisida); 5) fungsi hormonal dan metabolisme.¹⁸

Berdasarkan penjelasan sekilas tentang ginjal, begitu penting peran ginjal bagi kelangsungan hidup manusia. Oleh karena itu, apabila organ ginjal ini mengalami suatu masalah, maka dapat berpengaruh terhadap kelangsungan hidup individu, salah satunya apabila mengalami penyakit gagal ginjal. Penyakit gagal ginjal terbagi menjadi dua yaitu penyakit gagal ginjal akut (GGA) dan penyakit gagal ginjal kronik (GGK).

Penyakit gagal ginjal tergolong penyakit kronis yang mempunyai karakteristik menetap dan memerlukan pengobatan dengan rawat jalan dalam jangka waktu yang lama. Menurut Djuariah Chanafie, pasien gagal ginjal umumnya tidak dapat mengatur dirinya sendiri dan biasanya tergantung kepada para profesi kesehatan. Kondisi seperti ini, tentu saja menimbulkan perubahan atau ketidakseimbangan yang meliputi aspek fisiologis, psikologis, sosial dan

spiritual pasien. Seperti perilaku penolakan, marah, perasaan takut, cemas, rasa tidak berdaya, putus asa, bahkan bunuh diri.¹⁹

Dalam penelitian ini, penulis melakukan survei secara kuantitatif tentang gangguan fisik, psikologis, sosial dan spiritual pada pasien gagal ginjal kronik. Pada analisis gangguan yang dialami oleh pasien gagal ginjal kronik, penulis melakukan pengelompokan kategorisasi gangguan menjadi tingkat gangguan tinggi, gangguan sedang dan gangguan rendah. Berdasarkan hasil analisis di dapatkan bahwa terdapat pasien gagal ginjal kronik yang mengalami gangguan fisik pada kategori sedang dengan jumlah sebanyak 41 pasien atau persentase 66,1% dan sebanyak 21 pasien yang berada pada kategori tinggi atau persentase 33,9% dan diketahui tidak ada pasien yang berada pada kategori rendah. Berdasarkan tingkat kategorisasi gangguan fisik pada pasien gagal ginjal kronik, dapat diartikan bahwa pasien gagal ginjal kronik rata-rata memiliki rentan terhadap aspek fisiologis. Adapun bentuk gangguan aspek fisiologis pada pasien gagal ginjal kronik berupa selera makan berkurang dan kepala terasa pusing.

Selanjutnya berdasarkan hasil analisis di dapatkan bahwa terdapat pasien gagal ginjal kronik yang mengalami gangguan psikologis pada kategori sedang dengan jumlah sebanyak 39 pasien atau persentase 63 % dan sebanyak 23 pasien berada pada kategori tinggi atau persentase 37 % dan diketahui tidak ada pasien yang berada pada kategori rendah. Berdasarkan tingkat kategorisasi gangguan psikologis pada pasien gagal ginjal kronik, dapat diartikan bahwa pasien gagal ginjal kronik rata-rata memiliki rentan gangguan terhadap aspek psikologis. Adapun bentuk gangguan aspek psikologis pada pasien gagal ginjal kronik berupa melamun ketika sedang sendiri dan merasa tertekan dengan penyakit yang dialami.

Selanjutnya berdasarkan hasil analisis di dapatkan bahwa terdapat pasien gagal ginjal kronik yang mengalami gangguan sosial pada kategori sedang dengan jumlah sebanyak 48 pasien atau persentase 77,4% dan sebanyak 13 pasien berada pada kategori tinggi atau persentase 21% dan diketahui ada 1 pasien yang berada pada kategori rendah atau persentase 1,6%. Berdasarkan tingkat kategorisasi gangguan sosial pada pasien gagal ginjal kronik, dapat diartikan bahwa pasien gagal ginjal kronik rata-rata memiliki rentan gangguan terhadap aspek sosial. Adapun bentuk gangguan aspek sosial pada pasien gagal ginjal kronik berupa perasaan dijauhi oleh orang disekitar, kurang nyaman dengan lingkungan sekitar, merasa kurang diperhatikan oleh orang disekitar dan merasa kurang dipahami oleh orang disekitar.

Selanjutnya peneliti juga melakukan analisis terhadap gangguan spiritual pada pasien gagal ginjal kronik. Kondisi spiritual yang dimaksud adalah kondisi spiritual yang berasal dari keberagaman. Berdasarkan wawancara penulis, menurut salah satu pasien gagal ginjal kronik, merasa kurang percaya dengan mukjizat Tuhan, merasa pelaksanaan ibadah yang dilakukan belum terlihat manfaatnya terhadap perkembangan kesehatan dari penyakit yang dialami. Pasien merasa menderita sebagai seorang pasien gagal ginjal kronik. Selain itu, pasien berpandangan bahwa tindakan medislah yang membuat dirinya dapat bertahan hidup (terapi hemodialisa) bukan dikarenakan pelaksanaan ibadah. Hal ini dikarenakan pasien merasa bahwa Tuhan tidak adil terhadap kehidupan yang dialami.²⁰

Wawancara selanjutnya dengan salah satu pasien gagal ginjal kronik menyatakan bahwasanya semenjak menjadi pasien gagal ginjal kronik dan diharuskan dokter untuk melakukan terapi hemodialisa. Kehidupannya berubah dalam setiap aspek kehidupan (fisiologis, psikologis dan sosial). Selain itu, pelaksanaan ibadah yang seharusnya dilaksanakan sebagai umat beragamapun terabaikan. Lebih dari itu, dirinya merasa Tuhan tidak adil dengan memberikan penyakit yang dialami.²¹ Dari hasil analisis terhadap survei gangguan spiritual pada pasien gagal ginjal kronik. Peneliti mengambil kesimpulan bahwa adapun bentuk gangguan aspek spiritual pada pasien gagal ginjal kronik berupa hilangnya rasa kepercayaan terhadap kemampuan dan ketentuan Allah dan merasa Allah tidak adil.

Dari hasil penelitian yang penelitian lakukan senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Jennifer Finnegan John dan Veronica J. Thomas untuk melihat kebutuhan psikologis, sosial dan spiritual pada pasien stadium akhir penyakit ginjal (gagal ginjal kronik). Penelitian yang dilakukan John dan Thomas di dapatkan bahwa penyakit fisik dari gagal ginjal kronik berdampak pada kualitas hidup sehari-hari, berdampak pada psikologis (kehilangan kontrol, kecemasan dan depresi), berdampak pada tanggapan terhadap keyakinan pada agama/spiritual, serta berdampak pada hubungan sosial.²²

Implementasi Coping *Religious* Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik

Pasien gagal ginjal kronik dalam mengatasi permasalahan gangguan yang dialami dengan menggunakan *coping religious* memiliki bentuk implementasinya. Peneliti melakukan studi survei terhadap bentuk implementasi *coping religious* pada pasien gagal ginjal kronik dalam perspektif agama Islam. Berdasarkan

wawancara terhadap pasien gagal ginjal kronik, peneliti mengidentifikasi bentuk implementasi *coping religious* dalam konteks agama Islam.

Dari wawancara yang dilakukan peneliti, di dapatkan bahwa bentuk implementasi *coping religious* pada pasien gagal ginjal kronik dalam konteks agama Islam yaitu melakukan serangkaian pelaksanaan ibadah seperti salat, zikir, puasa, berdoa, membaca Al-Qur'an dan silaturahmi. Semua rangkaian ibadah yang dilakukan merupakan bentuk ketaatan terhadap Tuhan yang memberikan kesehatan secara fisik, psikologis, sosial dan spiritual.²³

Peneliti mengelompokan implementasi *coping religious* pada pasien gagal ginjal kronik menjadi dua bentuk. *Pertama*, hubungan terhadap Allah SWT (*hablun Min Allah*) berupa pelaksanaan serangkaian ibadah, seperti: salat, zikir, puasa, berdoa, membaca Al-Qur'an. *Kedua*, hubungan dengan sesama manusia (*hablun min an-nas*), yaitu silaturahmi.

1. Bentuk Implementasi *Coping Religious* Melalui *Hablun Min Allah*

Bentuk implementasi *coping religious* melalui hubungan dengan Tuhan (*hablun min Allah*) dalam perspektif Islam yang merupakan hubungan vertikal melalui serangkaian pelaksanaan ibadah seperti salat, zikir, puasa, berdoa, membaca Al-Qur'an, dijelaskan sebagai berikut:

a. *Coping Religious* Melalui Pelaksanaan Salat

Salat menurut bahasa berarti berdoa atau memohon kebajikan dan pujian. Secara dimensi fikih, salat adalah rangkaian ucapan dan perbuatan (gerakan) yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, yang merupakan ibadah kepada Allah menurut syarat yang telah ditentukan oleh agama. Hakikatnya, pengertian salat adalah berharap jiwa (hati) kepada-Nya, serta menumbuhkan di dalam jiwanya rasa keagungan, kebesaran dan kesempurnaan kekuasaan-Nya.²⁴

Menurut Mujib, ibadah dalam Islam banyak jenis dan bentuknya, tetapi ibadah yang mempresentasikan seluruh kepribadian manusia adalah salat. Karena ibadah salat membedakan hamba yang Muslim dan yang kafir.²⁵ Dalam QS. al-Israa' ayat 78 terdapat perintah melaksanakan salat:

أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى عَسْقِ اللَّيْلِ وَقُرْءَانَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْءَانَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا

Artinya: “Dirikanlah shalat dari sesudah matahari tergelincir sampai gelap malam dan dirikanlah salat subuh, sesungguhnya shalat subuh itu disaksikan malaikat”.²⁶

Berdasarkan wawancara dengan pasien gagal ginjal kronik bahwa salah satu implementasi *coping religious* terhadap kerentanan stres dalam konteks agama Islam yaitu pelaksanaan salat.²⁷ Ibadah salat merupakan implementasi *coping religious* dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi seseorang. Sebagaimana yang terdapat dalam QS. al-Baqarah ayat 153:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اسْتَعِيْنُوْا بِالصَّبْرِ وَالصَّلٰوةِ ۗ اِنَّ اللّٰهَ مَعَ الصَّٰبِرِيْنَ

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar".²⁸

Komaruddin Hidayat menyatakan bahwa salat merupakan laksana perjalanan spiritual menuju Allah. Dalam kata salat terkandung empat pengertian pokok. Pertama, rasa kehadiran (*washala*) di hadapan Allah. Kedua rasa keterhubungan (*shilah*) dengan Allah, baik fisik maupun rohani, sebagaimana terkandung dalam kata silaturahmi dalam relasi sesama manusia, yaitu munculnya jalinan emosi dan kasih sayang kedua belah pihak. Ketiga salat juga bermakna menyampaikan penghargaan, pujian dan penghormatan kepada Allah. Keempat salat juga mengandung makna doa atau permohonan. Ketika salat, setelah seorang hamba menyampaikan syukur dan pujian, biasanya diikuti dengan permohonan (doa).²⁹

Lebih lanjut menurut Mujib, zikir dan pikir dalam salat merupakan metode meditasi terbaik. Selain memiliki nilai spiritual ilahiah, meditasi dalam salat juga memiliki pengaturan atau kontrol yang harmonis terhadap seluruh dimensi ragawi manusia, mulai dari syaraf, otot-otot, peredaran darah pernapasan, pencernaan, kelenjar reproduksi dan sebagainya.³⁰ Penelitian yang dilakukan oleh Ari Wisono Adi menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara keteraturan menjalankan salat dengan tingkat kecemasan. Dalam artian bahwa makin rajin dan teratur orang melakukan salat, maka makin rendah tingkat kecemasannya.³¹

Kajian yang dilakukan oleh Kurniawan menyatakan bahwa terdapat tiga pengaruh positif yang bisa diperoleh dari pelaksanaan salat, diantaranya salat dapat mendatangkan ketentraman jiwa dan ketenangan batin, salat dapat mencegah seseorang dari perbuatan keji dan mungkar dan salat dapat mencegah seseorang dari sifat kikir dan keluh kesah.³² Penjelasan lebih lanjut mengenai hikmah pelaksanaan salat sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Salat dapat mendatangkan ketentraman jiwa dan ketenangan batin karena merupakan zikir kepada Allah. Hal ini berdasarkan firman Allah SWT QS. Tha-Ha ayat 14:

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي

Artinya: “Sesungguhnya Aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, maka sembahlah Aku dan dirikanlah salat untuk mengingat Aku”. Adapun memperbanyak zikir kepada Allah SWT akan menjadikan hati merasa tenang”.³³

- 2) Salat dapat mencegah seseorang dari perbuatan keji dan mungkar. Hal ini berdasarkan firman Allah SWT QS. al-Ankabut ayat 45:

آتِلْ مَا أُوْحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

Artinya: “Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu alkitab (Al-Qur’an) dan dirikanlah salat. Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar, dan sesungguhnya mengingat Allah (salat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain), dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan”.³⁴

- 3) Salat dapat mencegah seseorang dari sifat kikir dan keluh kesah. Hal ini berdasarkan firman Allah SWT QS. al-Ma’arij ayat 19-22:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُسْلِمِينَ ﴿٢٢﴾

Artinya: “Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan salat”.³⁵

Seorang Muslim yang melaksanakan salat disebut dengan *mushhalli*, menurut Mujib, *mushalli* adalah kepribadian individu yang di dapat setelah melaksanakan shalat dengan baik, konsisten, tertib dan khusyuk, sehingga ia mendapatkan hikmah dari apa yang dikerjakan.³⁶ Lebih lanjut penelitian yang dilakukan Doufesh, Faisal, Lim dan Ibrahim menunjukkan bahwa posisi salat pada saat sujud merupakan kondisi gelombang alpha pada otak. Meningkatnya kondisi otak ditingkat gelombang alpha menunjukkan keadaan relaksasi.³⁷

Dalam hal ini, salat dapat menjadi implementasi *coping religious* dalam mengurangi kerentanan stres pada pasien gagal ginjal kronik. Kajian yang

dilakukan oleh Biocybernaut Institute menunjukkan bahwa dengan meningkatkan gelombang alpha maka dapat mengurangi stres, kecemasan dan meningkatkan sistim kekebalan tubuh.³⁸ Lebih lanjut Madjid menyatakan salat yang berhasil akan mempunyai dampak membentuk sikap jiwa yang bebas dari kekhawatiran tidak pada tempatnya menghadapi hidup. Efek salat terhadap manusia akan menghasilkan peneguhan hati dan ketenangan jiwa yang melandasi optimisme dalam menempuh kehidupan yang sulit.³⁹

b. *Coping Religious* Melalui Zikir

Zikir menurut tuntutan syariat Islam adalah menyebut nama dan mengingat Allah dalam setiap keadaan. Tujuan zikir adalah untuk menjalin ikatan batin (kejiwaan) antara hamba dengan Allah sehingga timbul rasa cinta hormat dan jiwa merasa dekat dan diawasi oleh Allah.⁴⁰ Menurut Komaruddin Hidayat jika selalu bersyukur (berterima kasih), berzikir (mengingat) dan bertafakkur (merenung) kepada Allah tentang segala kebesaran, kasih dan sayang-Nya, manusia pun akan selalu berpikir positif tentang keindahan ciptaan-Nya. Melalui zikir, berkontemplasi dan beribadah secara khusyuk, sebenarnya kita sedang melakukan proses internalisasi sifat-sifat Allah ke dalam diri kita.⁴¹

Mubarok menyatakan bahwa zikir adalah kesadaran selalu berhubungan dengan Allah, sehingga zikir merupakan aktivitas mental, bukan aktivitas mulut. Meski demikian dapat memahami bahwa zikir dalam bentuk aktivitas mulut adalah permulaan dari zikir sebagai aktivitas mental.⁴² Menurut Sajari, zikir kepada Allah dapat dilakukan secara *sirr* (rahasia), diam-diam (*khafi*) maupun terang-terangan (*jahr*), secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama dengan ucapan (*bi al-lisan*) ataupun dengan hati (*bi alqalb*).⁴³

Dalam pandangan Islam, Allah memerintahkan setiap umat yang beriman untuk selalu berzikir agar mendapatkan keberuntungan di dalam menjalani kehidupan. Hal ini sebagaimana terdapat dalam QS. al-Ahzab ayat 41-43:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴿٤٢﴾ هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ لِيُخْرِجَكُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا ﴿٤٣﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya. Dan bertasbihlah kepada-Nya di waktu pagi dan petang. Dialah yang memberi rahmat kepadamu dan malaikat-Nya (memohonkan ampunan untukmu), supaya Dia mengeluarkan kamu dari kegelapan kepada cahaya (yang terang). dan adalah Dia Maha Penyayang kepada orang-orang yang beriman”.⁴⁴

Menurut Oz, berpikir tentang Tuhan atau keyakinan spiritual dapat memberikan ketenangan dalam situasi yang menantang.⁴⁵ Dalam pandangan Islam, melalui mengingat Allah (zikir) seseorang akan mendapatkan ketentraman hati dan terhindar dari kegelisahan. Hal ini berdasarkan firman Allah QS. al-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram”.⁴⁶

Menurut Al-Darini, mengenai perintah Allah SWT untuk selalu mengingat-Nya dalam QS. al-Ra'd ayat 28, seseorang yang mengingat Allah SWT dengan jalan berzikir, hatinya menjadi tenang dan tentram, karena apabila membiasakan berzikir, maka anggota tubuhnya turut berzikir, tiada satu pun yang luput dari mengingat Allah SWT. Ketika menunjukkan suatu perilaku, maka perilaku tersebut akan ditampakkan sesuai dengan apa yang tidak dilarang oleh Allah SWT. Itulah di sebut sebagai zikir hati (*dzikr qalbi*) yang menggerakkan seluruh anggota tubuh untuk selalu mengingat Allah SWT.⁴⁷

Berdasarkan wawancara dengan pasien gagal ginjal kronik bahwa salah satu implementasi *coping religious* terhadap kerentanan stres dalam konteks agama Islam yaitu melakukan zikir kepada Allah SWT. Dalam mengisi waktu luang maupun selesai melaksanakan salat, pasien gagal ginjal kronik berzikir kepada Allah SWT seperti mengucapkan *Subhanallah, Alhamdulillah, Allahuakbar dan Astaghfirullahalazim*.⁴⁸ Dalam pandangan penulis, mengingat Allah melalui metode zikir dapat menjadi pengontrol dalam mengendalikan perilaku seseorang. Hal ini dikarenakan, keindahan kata-kata dalam zikir seperti *Subhanallah, Alhamdulillah, Allahuakbar dan Astaghfirullahalazim*. Bila dilakukan dengan penghayatan makna yang mendalam dapat menjadi pengucapan bahasa yang berpengaruh positif terhadap aspek psikologis manusia. Seperti menurut Achmad Mubarak, secara psikologis, bahasa mempunyai peran yang sangat besar dalam mengendalikan perilaku manusia. Bahasa ibarat “*remote control*” yang dapat menyetel manusia menjadi tertawa, sedih, menangis, lunglai, semangat dan sebagainya. Bahasa juga dapat digunakan untuk memasukan gagasan-gagasan ke dalam pikiran manusia. Perbedaan struktur kata-kata juga mempunyai perbedaan efek psikologis.⁴⁹

Lebih lanjut Najati menyatakan bahwa beribadah kepada Allah SWT secara istiqamah, berzikir kepada-Nya pada setiap waktu. Memohon ampun, dan selalu memanjatkan doa, bisa mendekatkan pelakunya kepada Allah SWT sehingga keyakinannya untuk mendapatkan ampunan semakin kuat. Ia akan merasa *ridla*, berlapang dada, serta lebih merasa tenang dan tenang.⁵⁰ Menurut Rajab, zikir berimplementasi positif terhadap psikologis individu. Melalui zikir individu menjadi bersih hatinya dari belenggu dosa dan maksiat, mempererat hubungan kemanusiaan dengan Tuhan dan menimbulkan sinaran dan cahaya Ilahi dalam hati sehingga terbebas dari perilaku buruk yang dapat menyebabkan kerisauan, kegundahan, dan kegalauan hati.⁵¹

c. *Coping Religious* Melalui Puasa

Menurut Mujib, puasa secara etimologi berarti menahan terhadap sesuatu, baik yang bersifat materi maupun non-materi. Menurut istilah, puasa adalah menahan diri di waktu siang dari segala yang membatalkan yang dilakukan (makan, minum, dan hubungan seksual) dengan niat dimulai terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari. Puasa juga berarti menahan diri dari segala perbuatan yang dapat merusak citra fitri manusia.⁵²

Berdasarkan wawancara dengan pasien gagal ginjal kronik bahwa salah satu implementasi *coping religious* terhadap kerentanan stres dalam konteks agama Islam yaitu melakukan ibadah puasa. Pada saat proses wawancara, salah satu pasien gagal ginjal kronik sedang menjalani ibadah puasa. Informasi yang di dapatkan dari dokter spesialis penyakit dalam yang merawat pasien gagal ginjal kronik, diperbolehkan untuk menjalani ibadah puasa. Selain untuk menjaga asupan cairan dan sebagai sebuah ibadah kepada Allah SWT.⁵³

Bahkan penelitian Krenitsky, ahli gizi dan kesehatan pencernaan dari University Of Virginia, menyatakan bahwa pasien gagal ginjal kronis disarankan untuk melakukan manajemen diet yang merupakan komponen penting dalam peningkatan kesehatan. Melalui manajemen diet dapat mengobati pencernaan yang mendasari asupan makanan dapat memperbaiki status gizi dan peningkatan gizi. Sehingga berpotensi untuk mengurangi kesakitan pada individu yang menderita penyakit ginjal.⁵⁴ Berdasarkan hasil wawancara dan penelitian Krenitsky dapat diambil suatu kesimpulan bahwasanya pasien gagal ginjal kronik diperbolehkan menjalani diet untuk menjaga asupan makanan yang masuk ke tubuh.

Lebih lanjut dalam pandangan Islam ibadah puasa dapat diasumsikan sama perannya dengan manajemen diet yang diutarakan oleh Krenitsky. Dalam

hal ini, bahkan ibadah puasa memiliki kelebihan dibandingkan dengan manajemen diet. Hal ini dikarenakan ibadah puasa bukan hanya sebagai terapi fisik akan tetapi menjadi terapi psikologis dan sosial pada pasien gagal ginjal kronik. Penelitian Ahmad dkk., menyimpulkan bahwa ibadah puasa bermanfaat bagi kesehatan manusia secara fisik, psikologis, dan sosial. Efek fisiologis puasa dapat menurunkan gula darah, kolestrtol dan menurunkan tekanan darah. Bahkan puasa dapat menjadi terapi bagi kesembuhan seseorang dari penyakit yang ringan hingga parah.⁵⁵

Selanjutnya penelitian Marbut, Al-Najjar dan Abdulrahman menyimpulkan bahwa ibadah puasa dapat bermanfaat pada kesehatan fisik seseorang. Individu yang melaksanakan ibadah puasa akan mengalami penurunan resiko terserang penyerang penyakit jantung koroner. Sehingga ibadah puasa merupakan perlindungan yang baik dari sistim kardiovaskular.⁵⁶ Bahkan orang yang menjalani puasa, memiliki motivasi yang lebih dalam menjalani aktivitas kesehariannya. Berdasarkan wawancara terhadap salah satu keluarga pasien gagal kronik. Subjek D yang merupakan anak kandung dari subjek B yang merupakan pasien gagal ginjal kronik. Subjek D menyatakan, bahwa subjek B tubuhnya terkadang menggigil, mengeluh pusing dan badanya terlihat sangat lesu. Akan tetapi, menurut penuturan subjek D. walaupun subjek B keadaan tubuhnya yang mengalami gangguan, tapi sering menjalani ibadah puasa. Selain itu juga masih melakukan pekerjaan keseharian seperti memasak.⁵⁷

Hal ini senada dengan penelitian Sadiya, Ahmed, Siddieg, Babas dan Carlsson menyimpulkan bahwa melalui puasa memiliki efek kesehatan dalam mengurangi glukosa dan kadar HbA1c yang berhubungan dengan penyakit diabetes. Selain itu melalui puasa beberapa orang justru aktivitas fisiknya akan meningkat hal ini dikarenakan efek berdoa yang dilakukan lebih banyak disaat melakukan puasa.⁵⁸ Dalam perspektif agama Islam, ibadah puasa merupakan suatu syariat yang diwajibkan bagi setiap muslim. Seperti yang terdapat dalam QS. al-Baqarah ayat 183:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa”.⁵⁹

Lebih lanjut penelitian Wahjoetomo menyatakan bahwa aktivitas puasa secara nyata tidak mengganggu kesehatan tubuh sama sekali, bahkan justru dapat

meningkatkan derajat kesehatan seseorang yang menjalankannya secara baik, terutama menyangkut fungsi liver atau hati, kendatipun kualitas pelaksanaan ibadah puasanya realtif masih rendah.⁶⁰ Selain itu, ibadah puasa juga menjadikan sebuah pendidikan bagi pasien kronis. Kajian yang dilakukan Shabir menyimpulkan bahwa ibadah puasa memiliki nilai dan manfaat pendidikan. Aspek pendidikan yang terkandung dalam ibadah puasa adalah pendidikan kesehatan dan pendidikan akhlak. Dalam artian bahwa individu yang melaksanakan ibadah puasa akan mendapatkan kesehatan dan memiliki perilaku yang baik.⁶¹

d. *Coping Religious* Melalui Berdoa

Menurut Graeme Goldworthy, definisi sederhana dari doa adalah berbicara kepada Tuhan.⁶² Selanjutnya menurut Soysaldi, kata doa berasal dari akar kata da-wa dalam bahasa Arab. Kata ini secara harfiah berarti untuk memanggil, untuk memimpin melakukan sesuatu, untuk mengundang seseorang atau berduka setelah ada orang yang meninggal.⁶³

Hamdi Yazir mendefinisikan doa sebagai subjek untuk memohon dengan cara yang menunjukkan kebutuhan kepada Allah dengan mengucapkan terima kasih dan memuliakan Dia.⁶⁴ Heiler menyatakan bahwa berdoa merupakan bukti paling nyata dari fakta bahwa seluruh umat manusia mencari Tuhan.⁶⁵ Menurut McCullough dan Larson, doa merupakan gabungan dari agama dan spiritual. Doa terdiri dari pikiran, sikap dan tindakan yang mengekspresikan atau mengalami koneksi ke sesuatu yang mendalam pada manusia.⁶⁶

Berdasarkan wawancara dengan pasien gagal ginjal kronik bahwa salah satu implementasi *coping religious* terhadap kerentanan stres dalam konteks agama Islam yaitu melalui berdoa.⁶⁷ Dalam perspektif Islam, menurut Nursi ritual doa dikenal sebagai salat yang merupakan salah satu rukun Islam. Secara umum doa terbagi menjadi dua yaitu doa formal dan informal. Doa formal terdapat dalam Al-Qur'an, hadis dan teks agama. Sedangkan doa informal secara spontan.⁶⁸

Kajian yang dilakukan Matthews, Clark, Poloma menyimpulkan terdapat empat jenis doa. Pertama, doa sehari-hari yang didefinisikan sebagai percakapan dengan Tuhan melalui kata-kata sendiri. Kedua, doa permohonan adalah jenis doa dimana orang bertanya untuk kebutuhan pribadi. Ketiga, doa ritual adalah jenis yang paling formal dalam berdoa melalui naskah doa yang telah disiapkan. Keempat, doa meditatif seperti dalam keadaan santai, tenang, menjadi diam. Jenis doa meditatif mencerminkan gaya *coping religious* seperti mencari dukungan spiritual.⁶⁹

Penelitian poloma menyatakan bahwa semua jenis doa berkorelasi positif dengan perasaan pribadi akan kedekatan dengan Tuhan. Frekuensi berdoa juga berkorelasi positif terhadap peningkatan kedekatan dengan Tuhan.⁷⁰ Lebih lanjut menurut Nursi, kata doa didefinisikan dalam beberapa pengertian dalam Al-Qur'an, diantaranya doa sebagai bentuk ibadah, sarana meminta bantuan, panggilan Allah untuk manusia dan pujian kepada Allah. Lanjut Nursi, empat karakteristik umum definisi doa merupakan bentuk komunikasi seseorang dan Tuhan.⁷¹ Dalam pandangan Islam, Allah memerintahkan setiap individu untuk berdoa kepada-Nya. Hal ini dikarenakan Allah berjanji akan mengabulkan semua doa bagi orang memenuhi perintah-Nya dan beriman kepada-Nya. Seperti yang terdapat dalam Al-Qur'an QS. al-Baqarah ayat 186:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۖ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ
يُرْشَدُونَ

Artinya: “Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, Maka (jawablah), bahwasanya aku adalah dekat. aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, Maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran”.⁷²

Lebih lanjut menurut Nursi, terdapat tiga jenis bentuk doa. Pertama, permintaan dengan kondisi seseorang. Tipe kedua adalah keinginan dari hati dan yang ketiga adalah permintaan lisan langsung yang timbul dikarenakan sangat membutuhkan pada saat itu.⁷³ Penelitian Merriam dan Mazanah menunjukkan bahwa pembacaan doa melalui ayat-ayat dari Al-Qur'an dapat menjadi penyembuh sakit pada individu manusia. Gabungan antara sistim medis Barat dengan Islam dapat menjadi penyembuh yang efektif.⁷⁴ Selanjutnya penelitian Ripley, Atkinson, Mulcahy, Maslow dan Engelbert menunjukkan bahwa individu yang mencari dukungan spiritual melalui berdoa akan menurunkan tingkat stres yang dialami.⁷⁵

Menurut Rothe doa adalah cara ampuh untuk mendapatkan kekuatan dalam menjalani kehidupan beragama dan sebagai penyembuh untuk kelemahan dalam beragama.⁷⁶ Penelitian David B. Larson dan Susan S. Larson menunjukkan bahwa 88% dari pasien psikiatri dan 76% dari pasien medis melaporkan memiliki tiga kebutuhan keagamaan saat dirawat di Rumah Sakit, diantaranya kebutuhan untuk mengetahui kehadiran Allah, kebutuhan untuk berdoa dan kebutuhan untuk

kunjungan dari keluarga untuk mendoakan.⁷⁷ Kajian yang dilakukan Paul Thagard menunjukkan bahwa ritual ibadah seperti berdoa dapat mengurangi dampak dari kecemasan tentang perubahan dalam hidup, dengan cara yang sama seperti meditasi transendental.⁷⁸

Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Marilyn Baetz dan Rudy Bowen menunjukkan bahwa individu dengan nyeri kronis dan kelelahan lebih cenderung menggunakan do'a dan mencari dukungan spiritual sebagai metode *coping*. Selain itu, rasa sakit dan kelelahan penderita kronis yang menjalankan agama dengan baik dan spiritual lebih cenderung memiliki kesejahteraan psikologis dan menggunakan strategi *coping* yang positif.⁷⁹

Penelitian Wachholtz dan Sambamoorthi menunjukkan bahwa penggunaan doa untuk masalah kesehatan dari tahun 2001 sampai 2007 mengalami peningkatan. Meningkatnya hubungan positif antara rasa sakit dan penggunaan doa sebagai cara mengatasi permasalahan kesehatan yang dialami, menunjukkan bahwa sangat penting bagi pelayan perwatan kesehatan mental dan fisik untuk menyadari pentingnya hubungan antara doa dan kesehatan.⁸⁰

e. *Coping Religious* Melalui Membaca Al-Qur'an

Al-Qur'an adalah kitab suci agama Islam. Menurut Sonn, Al-Qur'an secara istilah adalah "bacaan" atau "membaca", mencerminkan keyakinan Muslim bahwa Al-Qur'an merupakan firman Allah, bukan dari Nabi (Muhammad) yang menyampaikannya.⁸¹ Menurut Stacey bahwa Al-Qur'an merupakan pedoman yang disampaikan oleh Nabi Muhammad. Hakikat Agama Islam adalah bagaimana membuat dan menjaga hubungan dengan Tuhan. Melalui keterhubungan dengan Tuhan merupakan cara mengatasi kesedihan dan khawatir.⁸²

Dalam pandangan Islam, Al-Qur'an sebagai petunjuk dan pedoman manusia, hal ini sebagaimana terdapat dalam QS. al-Israa' ayat 9:

وَكَمْ أَهْلَكْنَا مِنَ الْقُرُونِ مِنْ بَعْدِ نُوحٍ ۗ وَكَفَىٰ بِرَبِّكَ بِذُنُوبِ عِبَادِهِ خَبِيرًا بَصِيرًا

Artinya: "Sesungguhnya Al-Qur'an ini memberikan petunjuk kepada (jalan) yang lebih Lurus dan memberi kabar gembira kepada orang-orang Mukmin yang mengerjakan amal saleh bahwa bagi mereka ada pahala yang besar".⁸³

Berdasarkan wawancara dengan pasien gagal ginjal kronik bahwa salah satu implementasi *coping religious* terhadap kerentanan stres dalam konteks agama Islam yaitu melalui membaca Al-Qur'an.⁸⁴ Menurut Alusi salah satu mukjizat Al-Qur'an adalah kesesuaian dengan hukum akal disertai dengan

ketelitian maknanya. Muatan ajaran Al-Qur'an yang sangat banyak, terkait dengan perkara akidah, ibadah, muamalah, akhlak dan sebagainya, semuanya diungkapkan dalam ungkapan yang seimbang dan ditempatkan pada tempatnya masing-masing.⁸⁵ Dalam pandangan Islam, kandungan Al-Qur'an dapat menjadi terapi bagi keadaan penyakit pada manusia sebagaimana dalam QS. al-Israa' ayat 82:

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya: “Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian”.⁸⁶

Membaca Al-Qur'an merupakan salah satu bentuk *coping religious* pada pasien gagal ginjal kronik. Melalui membaca Al-Qur'an, pasien gagal ginjal kronik dapat mengatasi kerentanan stres yang dialami. Penelitian yang dilakukan Imran Khan menunjukkan bahwa Al-Qur'an dapat menjadi obat penyembuh (*syifa*). Al-Qur'an berfungsi sebagai pedoman bagi manusia untuk jalan yang lurus, doa dan penyembuhan. Melalui pengamalan Al-Qur'an, individu akan mengalami perubahan karakter, kepribadian, proses pemikiran dan kekuatan fisik.⁸⁷ Hal ini juga senada dalam QS. Yunus ayat 57:

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman”.⁸⁸

Lebih lanjut, Al-Qur'an sebagai salah satu bentuk coping religious pada pasien gagal ginjal kronik untuk mengatasi kerentanan stres. Didukung juga oleh penelitian Musil dan Nabolsi menemukan bahwa pasien hemodialisa dalam mengatasi stres, menggunakan strategi *coping religious*. Dalam penelitiannya ditemukan bahwa keyakinan terhadap Tuhan membantu dalam mengatasi kondisi yang dialami. Bentuk strategi *coping religious* yang digunakan oleh pasien hemodialisis dalam agama Islam salah satunya berupa membaca Al-Qur'an setiap hari, khususnya di bulan suci Ramadhan.⁸⁹ Penelitian Sulaiman menemukan bahwa melalui terapi membaca Al-Qur'an dapat menjadi penyembuhan untuk semua penyakit. Hal ini dikarenakan pembacaan Al-Qur'an merupakan energi

positif yang dapat mengurangi energi negatif yang telah diambil dalam tubuh, jiwa atau pikiran seseorang.⁹⁰

2. Bentuk Implementasi *Coping Religious* Melalui *Hablun Min An-nas*

Bentuk implementasi *coping religious* melalui hubungan dengan sesama manusia (*hablun min an-nas*) dalam perspektif Islam, memiliki satu bentuk yang merupakan hubungan horizontal melalui silaturahmi. Menurut Folkman, metode *coping* dapat bersumber dari dukungan sosial.⁹¹ Penelitian John dan Thomas menyarankan bahwa hubungan antara pasien gagal ginjal kronik dan anggota keluarga perlu diidentifikasi untuk menghasilkan kepedulian sosial. Maka dibutuhkan layanan dukungan psikologi kesehatan dalam Rumah Sakit untuk mendukung pasien mengelola kondisi yang dialami dan mencapai kualitas hidup terbaik.⁹²

Dalam *term* Islam, dukungan sosial dapat disamakan dengan silaturahmi. Kajian yang dilakukan Sazli Nasution menyimpulkan bahwa silaturahmi adalah menjalin hubungan yang baik dengan sanak keluarga dan handai tolan lainnya.⁹³ Adapun manfaat dari silaturahmi adalah dapat meluaskan rezeki dan memberikan umur yang panjang pada pelakunya. Sebagaimana hadis dari Nabi Muhammad SAW:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ أَبِي يَعْقُوبَ الْكِرْمَانِيُّ حَدَّثَنَا حَسَّانُ حَدَّثَنَا يُونُسُ حَدَّثَنَا مُحَمَّدٌ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ مَنْ سَرَّهُ أَنْ يُبْسَطَ لَهُ رِزْقُهُ أَوْ يُسَأَلَ لَهُ فِي أَثَرِهِ فَلْيَصِلْ رَجْمَةً⁹⁴

Artinya: “Dari Abu Hurairah Nabi Muhammad SAW bersabda “siapa yang senang diluaskan rezekinya dan dipanjangkan umurnya hendaklah ia menyambung tali silaturahmi”.

Syarbini menyatakan bahwa kata rezeki dalam hadis mengenai silaturahmi dapat meluaskan rezeki, merupakan segala sesuatu yang dimanfaatkan dan dinikmati secara mutlak. Semua yang dapat dimanfaatkan dan dinikmati meskipun itu milik orang lain adalah rezeki. Mayoritas orang memahami rezeki hanya berupa uang atau harta kekayaan saja. Padahal pengertian amat luas, termasuk mendapat kesehatan merupakan bagian dari rezeki.⁹⁵

Lebih lanjut syarbini menyatakan bahwa rezeki dapat dibagi menjadi dua macam, yaitu rezeki *dhahir* (nyata) seperti harta benda dan rezeki *bathin* (tidak nyata) seperti ketenangan, kekuatan, pengetahuan dan ilmu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rezeki dapat berupa material dan non-material.⁹⁶ Menurut Salma, melalui silaturahmi seseorang akan mendapatkan kebahagiaan.

Kebahagiaan yang di dapatkan dapat mengurangi stres dan memperpanjang umur.⁹⁷

Abul Hamdi menyatakan bahwa keberkahan yang sejati terletak pada menyambung silaturahmi dan kebaikan yang sejati terletak pada berbuat baik dengan para sanak saudara. Karena menyambung silaturahmi akan memberikan keberkahan pada rezeki dan memperpanjang umur manusia yang disertai dengan kesehatan dan vitalitas.⁹⁸ Berdasarkan wawancara dengan pasien gagal ginjal kronik bahwa salah satu implementasi *coping religious* terhadap kerentanan stres dalam konteks agama Islam yaitu melalui silaturahmi.⁹⁹ Selanjutnya menurut Dadang Hawari, untuk meningkatkan daya tahan dan kekebalan tubuh terhadap stres, maka orang hendaknya banyak bergaul, banyak relasi dan teman serta perluas pergaulan sosial atau dengan kata lain perbanyaklah tali silaturahmi antar sesama yang serasi, selaras dan seimbang.¹⁰⁰

Penelitian Musil dan Nabolsi menemukan bahwa selain agama sebagai strategi *coping* stres. Pasien hemodialisa mencari kekuatan dari anggota keluarga, karena dianggap penting untuk membantu mengatasi penyakit yang dialami.¹⁰¹ Selanjutnya penelitian Jokena menemukan bahwa dukungan sosial memiliki dampak yang lebih besar pada kesehatan psikologis.¹⁰² Salah satu kutipan wawancara terhadap pasien gagal ginjal kronik, subjek A menyatakan “*peranan dari keluarga sangat penting bagi saya, terutama Istri selalu menemani setiap melakukan terapi hemodialisa di Rumah Sakit. Istri saya juga yang selalu mengingatkan untuk melaksanakan ibadah, seperti salat dan berdoa*”. Lebih lanjut subjek A juga memiliki hubungan sosial yang baik dengan teman-temannya “*selama menjadi pasien gagal ginjal kronik, teman-teman sering berkunjung sekedar untuk bercerita*”.¹⁰³

Hal ini senada dengan penelitian Wunderer dan Schneewind yang menemukan bahwa suami dan istri yang saling memberi dukungan akan merasakan rasa dan kepuasan perkawinan yang lebih dirasakan, serta dapat mengatasi pelbagai stres yang dialami.¹⁰⁴ Lebih lanjut kutipan wawancara terhadap subjek B “*saya merasa diperhatikan oleh ketiga anak kandung saya. Terutama anak nomor dua yang selalu menemani saat terapi hemodialisa berlangsung. Ketiga anak saya juga mengingatkan untuk tetap melaksanakan ibadah. Saya juga sering mengikuti family gathering yang diadakan pihak Rumah Sakit, sesama pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa*”.¹⁰⁵

Dalam pandangan Islam, berbuat baik kepada sesama manusia merupakan salah satu yang diperintahkan Allah yang bernilai ibadah. Hal ini berdasarkan QS. an-Nisa ayat 36:

وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا ۚ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا

Artinya: “Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun. dan berbuat baiklah kepada dua orang Ibu-Bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, dan teman sejawat, ibnu sabil dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri”.¹⁰⁶

Selanjutnya penelitian Cukor, Cohen, Peterson dan Kimmel menemukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat gejala depresi, persepsi penyakit dan kepuasan dalam hidup. Lebih lanjut Cukor dkk., menyatakan bahwa optimisme pada pasien gagal ginjal kronik adalah pengaruh mediasi antara dukungan sosial dan depresi. Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi cenderung mengalami penurunan gejala depresi dari waktu ke waktu dibandingkan individu yang rendah dukungan sosialnya. Dukungan sosial dapat mempengaruhi psikologis, medis dan faktor bikimia dengan cara yang tidak diketahui untuk menimbulkan kesehatan yang lebih baik.¹⁰⁷

Selanjutnya penelitian Habeeb menyarankan bahwa dukungan dan bimbingan sangat penting bagi individu sehingga faktor resiko untuk gangguan stres dapat diidentifikasi dan diobati pada tahap awal. Sehingga dapat mengatasi durasi peristiwa gangguan emosional dan mengurangi kerusakan sosial dalam jangka panjang.¹⁰⁸ Penelitian Lubis, Jaya, Arjadi, Hanum, Astri, Putri terhadap sekelompok individu yang berusia lanjut yang mengalami kecemasan, nyeri kronis, depresi dan insomnia menunjukkan bahwa terapi kelompok lebih disukai dibandingkan terapi individu. Hal ini dikarenakan individu lanjut usia dapat berbagi cerita dan mendapatkan teman.¹⁰⁹

Selanjutnya penelitian oleh Fatimah Abdullah menyimpulkan bahwa integrasi etika moralitas dan beberapa aspek psikologi modern yang selaras

dengan pandangan prinsip-prinsip etika, nilai-nilai etika dan norma-norma Islam tidak hanya bisa menjadi sumber panduan tindakan, tetapi juga berfungsi sebagai metode efektif manajemen emosi yang mengarahkan ke pengembangan diri dan keterampilan hubungan interpersonal.¹¹⁰

Menurut Nurcholish Madjid, pelbagai kajian ilmiah mengenai manusia telah mengukuhkan bahwa manusia yang “*reach out*”, mengulurkan tangan untuk menolong orang lain, adalah orang yang bahagia.¹¹¹ Interaksi sesama manusia dengan memberi dan menerima berdampak positif terhadap kesehatan individu. Menurut Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, salah satu bentuk psikoterapi dalam Islam yaitu melalui bergaul dengan orang salih. Jika seseorang dapat bergaul dengan orang yang salih, berarti individu tersebut dapat “berbagi rasa dan berbagi pengalaman”. Nasihat-nasihat orang salih akan dapat memberikan terapi bagi kelainan atau penyakit mental seseorang.¹¹²

Berdasarkan bentuk implementasi dari *coping religious* pada pasien gagal ginjal kronik, penulis menemukan bahwa pasien gagal ginjal kronik dalam menggunakan strategi *coping religious*, diaplikasikan melalui serangkaian ibadah dalam konteks agama Islam. Dalam hal ini, ibadah yang dilakukan bukan hanya keterhubungan dengan Allah SWT (*hablun min Allah*) yaitu melakukan serangkaian pelaksanaan ibadah seperti salat, zikir, puasa, berdoa, membaca Al-Qur’an. Akan tetapi keterhubungan sesama umat manusia (*hablun min an-nas*) melalui bentuk dukungan sosial atau dalam term Islam disebut dengan silaturahmi. Maka strategi *coping religious* yang digunakan pasien gagal ginjal kronik mencakupi hubungan dengan Tuhan dan hubungan dengan sesama manusia.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan peneliti, maka Penelitian ini menemukan bahwa pasien gagal ginjal kronik rentan mengalami gangguan aspek fisik-psikologis-sosial-spiritual yang bersumber dari gangguan psikologis dan fisik. Adapun bentuk gangguan aspek fisiologis pada pasien gagal ginjal kronik berupa selera makan berkurang dan kepala terasa pusing. Adapun bentuk gangguan aspek psikologis pada pasien gagal ginjal kronik berupa melamun ketika sedang sendiri dan merasa tertekan dengan penyakit yang dialami. Adapun bentuk gangguan aspek sosial pada pasien gagal ginjal kronik berupa perasaan dijauhi oleh orang disekitar, kurang nyaman dengan lingkungan sekitar, merasa kurang diperhatikan oleh orang disekitar dan merasa kurang dipahami oleh orang

disekitar. Adapun bentuk gangguan aspek spiritual pada pasien gagal ginjal kronik berupa hilangnya rasa kepercayaan terhadap kemampuan dan ketentuan Allah dan merasa Allah tidak adil.

Untuk mengatasi setiap aspek gangguan yang dialami pasien gagal ginjal kronik, *coping religious* dalam perspektif agama Islam menjadi cara mengatasi permasalahan psikologis yang dialami pasien gagal ginjal kronik yang di implementasi dengan dua bentuk. *Pertama*, hubungan terhadap Allah SWT (*hablun Min Allah*) berupa pelaksanaan serangkaian ibadah, seperti: salat, zikir, puasa, berdoa, membaca Al-Qur'an. *Kedua*, hubungan dengan sesama manusia (*hablun min an-nas*), yaitu silaturahmi.

Endnote

¹Najati menjelaskan lebih lanjut bahwa motif fisiologis dimiliki setiap manusia seperti kebutuhan makan, minum, istirahat dan kebutuhan seksual. Sedangkan motif psikis dan spiritual seperti kebutuhan mengenal Allah, loyalitas terhadap kelompok, ingin diterima dan dicintai anggota masyarakat, kebutuhan akan penghargaan dan prestasi, yang akhirnya mewujudkan kehidupan yang tenang dan bahagia. Kebutuhan psikis timbul saat berinteraksi dalam kehidupan sosial. Muhammad Uthman Najati, *Al-Qur'an wa Ilm'an-Nafs* (Kairo: Dar al-Shuruq, 1981), 27-52.

²Krisis ialah suatu masalah yang berkaitan dengan tugas perkembangan yang harus dilalui oleh setiap individu. Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Remaja* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2004), 79-80.

³Gail Wiscarz Stuart and Sandra J. Sundeen, *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, terjem. Achir Yani S. Hamid. *Original title: Pocket Guide To Psychiatric Nursing* (Jakarta: Buku Kedokteran Indonesia, 1998), 148.

⁴Penyakit gagal ginjal kronik adalah suatu keadaan dimana ginjal mengalami kelainan struktur atau gangguan fungsi yang sudah berlangsung lebih dari 3 bulan. Menurunnya fungsi ginjal mengakibatkan berkurangnya kemampuan ginjal untuk menyaring darah, sehingga zat-zat sisa metabolisme yang seharusnya dikeluarkan melalui urin menumpuk di dalam darah. Semakin banyak zat sisa menumpuk di dalam darah, maka akan semakin memperberat kerja ginjal yang masih baik untuk menyaring darah. Disamping itu, penumpukan sisa metabolisme ini tentunya sangat berbahaya bagi tubuh. Suhardjono, Jose Roesma dan Triyani Kresnawan, *Booklet Edukasi: Sehat dengan Penyakit Ginjal Kronik* (Jakarta: Pernefri, AsDI dan Fresenius Kabi, Ed. 1 Cet. II, 2009), 4.

⁵Andri, "Gangguan Psikiatrik Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik," *CDK-203* Vol. 40 No. 4 (2013): 259.

⁶Wawancara dengan seorang pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa selama 3 bulan di RSUP Fatmawati Jakarta, tanggal 10 Oktober 2013.

⁷Wawancara dengan istri salah seorang pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa selama 2 tahun di RSUP Fatmawati Jakarta, tanggal 10 Oktober 2013.

⁸Dari hasil wawancara yang dilakukan, pasien gagal ginjal kronik mengindikasikan mengalami stres akibat krisis situasi penyakit yang diderita. Terbiasa dengan kesibukan yang dilakukan, tiba-tiba di diagnosa dokter untuk menjalani terapi hemodialisa karena menderita gagal ginjal kronik. Sehingga aktivitas yang dilakukan menjadi terbatas, akibat dari penyakit yang di derita, ditambah dengan terapi hemodialisa yang harus dijalani secara rutin yang membuat kondisi psikis semakin menurun. Wawancara dengan seorang pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa selama 6 tahun. Konfirmasi yang dilakukan dengan suster perawat, pasien yang menjalani terapi hemodialisa boleh menjalani puasa dengan syarat kondisi fisik dalam keadaan sehat untuk melaksanakan puasa, tanggal 10 Oktober 2013.

⁹Triantoro Safaria, "Peran *Religious Coping* Sebagai Moderator Dari Job Insecurity Terhadap Stress Kerja Pada Staf Akademik," *Jurnal Humanitas* Vol. VIII No. 2 Agustus (2011): 158.

¹⁰Positif *religious coping*, melibatkan fokus pemecahan permasalahan melalui dimensi agama. Tuhan di pandang sebagai dermawan, pemaaf, penuh kasih dan terkendali, mitra dalam menangani situasi sulit, mendapat dukungan dari jemaah keagamaan, upaya untuk melakukan perbuatan baik dan menjalani kehidupan yang lebih, adalah bagian dari positif *religious coping*. Sedangkan negatif *religious coping*, melibatkan rasa ketidakpuasan terhadap agama, Tuhan dipandang tidak memiliki kekuatan, individu tidak perlu meminta pertolongan Tuhan, sehingga memandang penderitaan datang karena agama. James M. Nelson, *Psychology, Religion, and Spirituality* (New York: Springer Science+Business Media, 2009), 324-325.

¹¹John E. Fetzer, *Multidimensional Measurement of Religiousness /Spirituality for use in Health Research: a Report of The Fetzer Institute/National Institute on Aging Working Group* (Kalamazo: Fetzer Isntitute, 2003), 53-55.

¹²Observasi dan wawancara terhadap pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP. Fatmawati Jakarta, tanggal 10 Oktober 2013.

¹³Christian Zwingmann, Markus Wirtz, Claudia Muller, Jurgen Korber and Sebastian Murken, "Positive and Negative *Religious coping* In German Breast Cancer Patients," *Journal of Behavioral Medicine* Vol. 29 No. 6, Springer Science+Business Media. Inc (2006): 533.

¹⁴G. Mahmoudi, A.G. Ebadi and H. Akbarzadeh, "*Religious Coping and Anxiety in Students of Islamic Azad University-Sari Branch, 1999-2000,*" *World Applied Sciences Journal* 2 (4) IDOSI Publications (2007): 363.

¹⁵Menurut Shihab, ayat ini menegaskan bahwa alquran adalah obat bagi apa yang terdapat dalam dada. Penyebutan kata dada yang diartikan dengan hati, menunjukkan bahwa wahyu-wahyu Ilahi berfungsi menyembuhkan penyakit-penyakit ruhani seperti ragu, dengki, takabur dan sebagainya. Memang, dalam alquran hati ditunjuk sebagai wadah yang menampung rasa cinta dan benci, berkehendak dan menolak. Bahkan hati dinilai sebagai alat untuk mengetahui. Hati juga yang mampu melahirkan ketenangan dan kegelisahan serta menampung sifat-sifat baik dan terpuji. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 6* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 102.

¹⁶Syaifuddin, *Anatonomi Fisiologi; Kurikulum Berbasis Kompetensi Untuk Keperawatan dan Kebidanan Edisi 4* (Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 2010), 446.

¹⁷Vinay Kumar, Ramzi S. Cotran dan Stanley L. Robbins, *Buku Ajar Patologi; Edisi 7 Volume 2*, terjm. Brahm U. Pendent, judul asli: *Robbins Basic Pathology 7th Ed* (Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 2004), 572.

¹⁸Syaifuddin, *Anatonomi Fisiologi; Kurikulum Berbasis Kompetensi Untuk Keperawatan dan Kebidanan Edisi 4*, 452-453.

¹⁹Djuariah Chanafie, "Mengatasi Dampak Psikologis Pasien Gagal Ginjal," *Disampaikan dalam seminar Paradigma Baru Pelayanan Terpadu Penderita Gagal Ginjal Terminal* di Unit Hemodialisis RS. Jakarta. Diakes melalui <http://www.ikcc.or.id/content.php?c=2&id=372> pada tanggal 29 Mei 2014 jam 11:44 Wib.

²⁰Wawancara dengan salah seorang pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di Ruang Unit Hemodialisa salah satu Rumah Sakit Umum Pemerintah di Jakarta pada tanggal 25 Agustus 2014.

²¹Wawancara dengan salah seorang pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di Ruang Unit Hemodialisa RSUP. Fatmawati Jakarta pada tanggal 27 Agustus 2014.

²²Jennifer Finnegan John and Veronica J. Thomas, "The Psychosocial Experience of Patients with End-Stage Renal Disease and Its Impact on Quality of Life: Findings from a Needs Assessment to Shape a Service," *Hindawi Publishing Corporation Article ID 308986*, 8 pages (2013): 3.

²³Wawancara mendalam terhadap dua orang pasien dan keluarga dari pasien gagal ginjal kronik pada tanggal 17 Januari 2015 dan 21 Januari 2015.

²⁴Ahsin W. Al-Hafidz, *Fikih Kesehatan* (Jakarta: Amzah, 2007), 103.

²⁵Abdul Mujib, *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*, 256.

²⁶Menurut Shihab ayat ini menuntut Nabi SAW dan umatnya dengan menyatakan bahwa laksanakanlah secara berkesinambungan lagi sesuai dengan syarat dan sunnah-sunnahnya semua jenis salat yang wajib (subuh, zuhur, ashar, maghrib dan Isya') dari sesudah matahari tergelincir, yakni condong dari pertengahan langit sampai muncul gelapnya malam dan laksanakan salat di waktu *al-fajr*, yakni salat subuh yaitu salat yang disaksikan oleh malaikat. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 7* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 164.

²⁷"Wawancara dan Observasi Terhadap Pasien Gagal Ginjal Kronik".

²⁸Menurut Shihab, ayat ini mengajak orang-orang yang beriman, menjadikan shalat seperti yang diajarkan Allah dan dengan mengarah ke kiblat, serta kesabaran sebagai penolong untuk menghadapi cobaan hidup. Penutup ayat yang menyatakan sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar, mengisyaratkan bahwa jika seseorang ingin teratasi penyebab kesedihan atau kesulitannya, jika ia ingin berhasil memperjuangkan kebenaran dan keadilan, maka ia harus menyertakan Allah dalam setiap langkahnya. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 1*, 339-340.

²⁹Komaruddin Hidayat, *Psikologi Beragama: Menjadikan Hidup Lebih Nyaman dan Santun*, 177-178.

³⁰Abdul Mujib, *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*, 265.

³¹Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Probem-Problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cetakan VIII, 2011), 98.

³²Irwan Kurniawan, *Rahasia dan Hikmah Shalat 5 Waktu yang Bermakna* (Bandung: Marja, 2012), 7-8.

³³Menurut Shihab ayat ini menjelaskan bahwa salat yang baik dan benar akan mengantarkan seseorang mengingat kebesaran Allah dan mengantarnya untuk melaksanakan perintah-perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Makna kandungan surah ini ialah isyarat tentang hikmah dibalik perintah salat. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 7*, 568.

³⁴Menurut Shihab, ayat ini dipahami sebagai tuntunan yang paling tepat untuk menjauhkan seseorang dari kemusyrikan dan aneka kedurhakaan. Hal ini dikarenakan

dalam alquran ditemukan bukti-bukti yang sangat nyata tentang kebenaran, kisah-kisah, nasihat tuntunan, janji baik dan ancaman. Sehingga akan lahir pencegahan bagi yang membacanya. Demikian juga dengan salat yang merupakan amal terbaik yang berfungsi menghalangi pelakunya dari kekejian dan kemungkaran. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 10* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 92-93.

³⁵Menurut Thabathabai, manusia diciptakan keluh kesah ketika disentuh keburukan dan kikir ketika meraih kebaikan. Rezeki merupakan akibat dari penciptaanya menyandang sifat *hala'*, yakni gelisah dan berkeinginan meluap. Lanjut Shihab bahwa penjelasan dalam ayat ini seakan-akan Allah menyatakan bahwa ada orang-orang yang tidak menyandang sifat-sifat berkeluh kesah, mereka itu adalah orang yang mengerjakan salat dan melaksanakannya secara tetap dan pada waktunya. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 14* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 319-321.

³⁶Abdul Mujib, *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*, 256.

³⁷Hazem Doufesh, Tarig Faisal, Kheng Seang Lim and Fatimah Ibrahim, "EEG Spectral Analysis on Muslim Prayers," *Appl Psychophysiol Biofeedback* (2012): 123.

³⁸Biocybernaut Institute, "Alpha Brain Waves and Biofeedback Science," Diakses melalui http://lecerveau.mcgill.ca/flash/capsules/articles_pdf/alpha_brain_waves.pdf pada tanggal 10 Maret 2015 pukul 17:08 WIB.

³⁹Nurcholish Madjid, *Islam Doktrin dan Peradaban: Sebuah Telaah Kritis Tentang Masalah Keimanan, Kemanusiaan dan Kemoderenan*, 66-67.

⁴⁰Simuh, *Tasawuf dan Perkembangannya Dalam Islam* (Jakarta: Rajawali Pers, 1996), 113-114.

⁴¹Komaruddin Hidayat, *Psikologi Beragama: Menjadikan Hidup Lebih Nyaman dan Santun*, 132-133.

⁴²Achmad Mubarak, *Psikologi Qur'ani*, 124.

⁴³Dimiyati Sajari, "Dzikir: Makanan Spiritual Sang Sufi," *Dialog*, Vol. 37, No. 1 (Juni 2014): 2.

⁴⁴Menurut Shihab banyak ayat alquran dan hadis Nabi yang memerintahkan manusia untuk memperbanyak zikir. Karena zikir menghubungkan iwa manusia dengan Allah dan menjadikannya selalu merasakan kehadiran Allah Swt. Zikir yang paling jelas adalah salat, setiap ucapan, gerak, bahkan detak-detik hati, hendaknya tertuju pada-Nya. Lebih lanjut Shihab menyatakan bahwa zikir tidak harus dibatasi hanya pada salat, tetapi setiap aktivitas yang mengingatkan seseorang tentang kehadiran dan kebesaran Allah adalah merupakan zikir. Allah yang memerintahkan berzikir dan mengingat-Nya. Hal ini mengingatkan pula bahwa Allah yang mencurahkan rahmat sehingga ini mengisyaratkan bahwa semakin banyak zikir, semakin banyak pula curahan rahmat-Nya. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 10*, 494-498.

⁴⁵John K. Graham, "Positive and Negative Effects Of Religion On Health and Healing,": 25.

⁴⁶Menurut Shihab, zikir dalam ayat ini dipahami dalam arti menyebut nama Allah. Zikrullah dapat mencakup makna menyebut keagungan Allah, surga atau neraka-Nya, rahmat dan siksa-Nya, atau perintah dan larangan-Nya dan juga wahyu-wahyu-Nya. Lebih

lanjut Shihab menyatakan bahwa zikir mengantarkan kepada ketentraman jiwa, tentu saja apabila zikir itu dimaksudkan untuk mendorong hati merasa kesadaran tentang kebesaran dan kekuasaan Allah SWT. Bukan sekedar ucapan dengan lidah. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 6* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 271-272.

⁴⁷Al-Darini, *Terapi Menyucikan Hati*, terjem. Ida Nursida dan Tiar Anwar Bachtiar, judul asli: *Thaharah Al-Qulub wa Al-Khudu li Allam Ghuyub* (Bandung: Mizania, 2008), 51.

⁴⁸“Wawancara dan Observasi Terhadap Pasien Gagal Ginjal Kronik”.

⁴⁹Achmad Mubarak, *Psikologi Islam: Kearifan dan Kecerdasan Hidup*, 240.

⁵⁰Muhammad Utsman Najati, *The Ultimate Psychology: Psikologi Sempurna ala Nabi Saw*, terjem. Hedi Fajar, judul asli: *al-Hadits an-Nabawi wa 'Ilm an-Nafs* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2008), 386.

⁵¹Khairunnas Rajab, *Psikologi Ibadah*, 120.

⁵²Abdul Mujib, *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*, 281.

⁵³Lebih lanjut lihat lampiran “Wawancara dan Observasi Terhadap Subjek B pada tanggal 21 Januari 2015 pukul 10:00-12:15 WIB”.

⁵⁴Joe Krenitsky, “Nutrition in Renal Failure: Myths and Management,” *Practical Gastroenterology* (September 2004): 58-59.

⁵⁵Ahmad S., Goel K., Maroof K. A., Goel P., Arif M., Amir M. and Abid M., “Psycho-Social Behaviour and Health Benefits of Islamic Fasting During the Month of Ramadan,” *J Community Med Health Educ* Volume 2 Issue 9 (2012): 3.

⁵⁶Mossa M. Marbut, Hosam Al-Deen SM. Al-Najjar and Mustafa A. Abdulrahman, “Effect of Ramadan fasting on some physiological parameters,” *Tikrit Medical Journal* (2005) Vol. 11, No. 2: 1.

⁵⁷Lebih lanjut lihat lampiran “Wawancara dan Observasi Terhadap Subjek D pada tanggal 21 Januari 2015 pukul 10:00-12:15 WIB”.

⁵⁸Amena Sadiya, Solafa Ahmed, Hisham Hussain Siddieg, Irish Joy Babas and Martin Carlsson, “Effect of Ramadan Fasting on Metabolic Markers, Body Composition, and Dietary Intake in Emiratis of Ajman (UAE) with Metabolic Syndrome,” *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy* (2011) 4 409-416: 415.

⁵⁹Menurut Shihab ayat puasa dimulai dengan ajakan kepada setiap orang yang memiliki iman walau seberat apa pun. Ajakan puasa dimulai dengan satu pengantar yang mengundang setiap mukmin untuk sadar akan perlunya melaksanakan puasa. kemudian dilanjutkan dengan penjelasan kewajiban puasa tanpa menunjuk siapa yang mewajibkannya. Kewajiban puasa dimaksudkan agar menjadi orang yang takwa, yakni terhindar dari segala macam sanksi dan dampak buruk, baik duniawi maupun ukhrawi. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 1*, 484-486.

⁶⁰Wahjoetomo, *Puasa dan Kesehatan* (Jakarta: Gema Insani Oress, 1997), 40.

⁶¹M. Shabir. U, “Nilai-Nilai Pendidikan Dalam Ibadah Puasa,” *Lentera Pendidikan*, Vol. 14, No. 2 (Desember 2011): 148.

⁶²Graeme Goldworthy, "A Biblical-Theological Perspective on Prayer," Diakses melalui http://www.sbts.edu/resources/files/2010/02/sbjt_104_goldsworthy.pdf pada tanggal 16 Maret 2015 pukul 19:49 WIB: 15.

⁶³Salih Yücel, *Prayer And Healing In Islam: with addendum of 25 Remedies for the Sick by Said Nursi*, 9.

⁶⁴Salih Yücel, *Prayer And Healing In Islam: with addendum of 25 Remedies for the Sick by Said Nursi* (New Jersey: Tugra Books, 2010), 10.

⁶⁵Friedrich Heiler, *Prayer: A Study in the History and Psychology of Religion* (New York: Oxford University Press, 1997), iv.

⁶⁶William M. Gabler, "The Relationship of Prayer and Internal Religiosity to Mental and Spiritual Well-being," *The Graduate School University of Wisconsin-Stout: Thesis Master of Sciences Degree in Guidance and Counseling* (2004): 21.

⁶⁷Lebih lanjut lihat lampiran "Wawancara dan Observasi Terhadap Pasien Gagal Ginjal Kronik".

⁶⁸Salih Yücel, *Prayer And Healing In Islam: with addendum of 25 Remedies for the Sick by Said Nursi*, 8.

⁶⁹Keempat jenis doa ini berhubungan positif terhadap kepuasan hidup, kesejahteraan, kebaagiaan, kepuasan agama dan sebagai cara mengatasi penyakit pada individu. Lebih lanjut lihat dalam William M. Gabler, "The Relationship of Prayer and Internal Religiosity to Mental and Spiritual Well-being,": 21-22.

⁷⁰William M. Gabler, "The Relationship of Prayer and Internal Religiosity to Mental and Spiritual Well-being,": 22.

⁷¹Salih Yücel, *Prayer And Healing In Islam: with addendum of 25 Remedies for the Sick by Said Nursi*, 9.

⁷²Menurut Shihab ayat ini memerintahkan agar percaya kepada Allah Swt. Hal ini bukan saja dalam arti mengakui keesaan-Nya, tetapi juga percaya bahwa Allah akan memilih yang terbaik untuk si pemohon. Allah tidak akan menyalahkannya, tetapi bisa jadi Allah memperlakukan si pemohon seperti seorang Ayah dan anaknya. Sekali memberi sesuai permintaannya, di kali lain diberi-Nya yang tidak dia mohonkan tetapi lebih baik untuknya dan tidak jarang pula Allah menolak permintaannya namun memberi sesuatu yang lebih baik di masa mendatang. Dalam berdoa, pertama dan utama dituntut dari setiap yang berdoa adalah memenuhi segala perintah-Nya. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 1*, 493.

⁷³Salih Yücel, *Prayer And Healing In Islam: with addendum of 25 Remedies for the Sick by Said Nursi*, 9.

⁷⁴Sharan Merriam and Mazanah Muhamad, "How Modern-Day Traditional Healers Diagnose and Treat Cancer: The Case of Malaysia," Diakses melalui http://www.adulterc.org/Proceedings/2011/papers/merriam_muhamad.pdf pada tanggal 16 Maret 2015 pukul 16:52 WIB: 448.

⁷⁵Jennifer Ripley, Audrey Atkinson, Cara Mulcahy, Katherine Maslow and Corine Engelbert, "Prayer as *religious* coping: Does prayer really help?," Diakses melalui My Documents\Downloads\Documents\Prayer as Coping.pdf pada tanggal 15 Maret 2015 pukul 10:22 WIB.

⁷⁶Friedrich Heiler, *Prayer: A Study in the History and Psychology of Religion*, xiv.

⁷⁷David B. Larson dan Susan S. Larson, "Special Guest Contribution: Patient Spirituality and Mental Health: An Expanding Focus in Clinical Care and Research," Diakses melalui <http://www.rcpsych.ac.uk/pdf/larson1.pdf> pada tanggal 14 Maret 2015 pukul 11:23 WIB: 5.

⁷⁸Paul Thagard, "The Emotional Coherence of Religion," *Journal of Cognition and Culture* (2005): 69.

⁷⁹Marilyn Baetz and Rudy Bowen, "Chronic Pain and Faith: Associations with Religion and Spirituality," *Pain Res Manage* Vol 13 No. 5 September/October (2008): 383.

⁸⁰Amy Wachholtz and Usha Sambamoorthi, "National Trends in Prayer Use as a Coping Mechanism for Health Concerns: Changes From 2002 to 2007," *Psychology of Religion and Spirituality* (2011) Vol. 3, No. 2: 67.

⁸¹Andrew Rippin, *The Blackwell Companion to The Qur'an* (Malden: Blackwell Publishing, 2006), 3.

⁸²Aisha Stacey, "How Islam Deals With Sadness and Worry (part 1 of 4): The Human Condition," Diakses melalui <http://www.islamreligion.com/articles/3516/> pada tanggal 15 Maret 2015 pukul 14:01 WIB.

⁸³Menurut Sayyid Quthub, alquran memberi petunjuk yang paling lurus dan sempurna dalam bidang nurani dan rasa, dalam bidang akidah yang sangat jelas dan mudah dipahami, dalam menghubungkan antara lahir dan batin manusia, rasa dan perbuatannya, serta akidah dan kegiatannya. Alquran juga memberi petunjuk paling sempurna dalam hal ibadah, yang mengaitkan antara kewajiban dan kemampuan, tidak memberatkan hingga membosankan dan tidak juga mempermudah kemudahan yang melahirkan sikap tak acuh. Alquran juga memberikan petunjuk paling lurus dan sempurna dalam hal hubungan antar sesama, perorangan, atau pasangan, pemerintah, masyarakat negara dan jenis manusia. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 7*, 36.

⁸⁴Lebih lanjut lihat lampiran "Wawancara dan Observasi Terhadap Subjek A pada tanggal 17 Januari 2015 pukul 10:00-12:30 WIB".

⁸⁵Hilmy Muhammad, "Kemukjizatan Nazm al-Qur'an dalam Perspektif Syihab al-Din al-Alusi," *Refleksi*, Vol. 12, No. 6 (April 2014): 677.

⁸⁶Menurut Shihab kata *syifa'* biasa diartikan sebagai kesembuhan atau obat. Selain itu juga digunakan dalam arti keterbebasan dari kekurangan atau ketiadaan arah dalam memperoleh manfaat. Lebih lanjut menurut Shihab, kecenderungan penyakit yang dapat disembuhkan dalam ayat ini maksudnya bukanlah penyakit jasmani tetapi adalah penyakit ruhani/jiwa yang berdampak pada jasmani seperti gangguan psikosomatik. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 7*, 174-176.

⁸⁷Imran Khan, "Quranic Shifa, the hidden secrets & Prophets Medicine," Diakses melalui http://curehealth.weebly.com/uploads/1/8/7/3/18736290/a_guide_to_quranic_shifa_third_edition1.pdf pada tanggal 17 Maret 2015 pukul 16:31 WIB.

⁸⁸Menurut Shihab ayat ini menegaskan adanya empat fungsi alquran yaitu pengajaran, obat, petunjuk dan rahmat. Penerapan fungsi alquran ini diawali dengan fungsi alquran sebagai pengajaran pertama kali menyentuh hati yang masih diselubungi oleh kabut keraguan dan kelengahan serta aneka sifat kekurangan. Melalui sentuhan

pengajaran, keraguan berangsur sirna dan berubah menjadi keimanan, kelengahan beralih sedikit demi sedikit menjadi kewaspadaan. Sehingga ayat-ayat alquran menjadi obat bagi aneka penyakit-penyakit ruhani. Dari sini jiwa seseorang menjadi lebih siap meningkat dan meraih petunjuk tentang pengetahuan yang benar dan makrifat tentang Tuhan. Lebih lanjut, hal ini membawa kepada lahirnya akhlak luhur, amal-amal kebajikan yang mengantar seseorang meraih kedekatan kepada Allah Swt. Sehingga dari ketinggian fungsi yang brsinerji sebelumnya akan melahirkan tahmat yang [uncaknya adalah surga dan ridha Allah Swt. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 5* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 440-441.

⁸⁹Carol Musil dan Manar Nabolsi, "Hemodialysis Stressors and Coping Strategies Among Jordanian Patients On Hemodialysis: A Qualitative Study," *Nephrology Nursing Journal* (July-August 2013) Vol. 40, No. 4: 324.

⁹⁰Sulaiman, "Healing In Islam: A Psychological Perspective," *Ife Psychologia: Psychotherapy – Unity in Diversity* (2013): 49.

⁹¹Steven M. Lucero, "Religious Coping with The Stressors Of A First Time Pregnancy As A Predictor Of Adjustment Among Husbands And Wives," *Graduate College of Bowling Green State University: Thesis Master Of Arts* (2010): 3.

⁹²Jennifer Finnegan John and Veronica J. Thomas, "The Psychosocial Experience of Patients with End-Stage Renal Disease and Its Impact on Quality of Life: Findings from a Needs Assessment to Shape a Service," *Hindawi Publishing Corporation ISRN Nephrology Volume* (2013) Article ID 308986, 8 pages: 7.

⁹³Terjadi perdebatan dalam penyebutan kata antara "Silaturrahmi" atau "Silaturrahim". Dalam hal ini, penulis menggunakan kata silaturahmi dikarenakan sesuai dengan penggunaan bahasa Indonesia yang baku. Dalam Kamus Bahasa Indonesia kata baku yang digunakan adalah silaturahmi yang berarti tali persahabatan (persaudaraan). Sazli Nasution, "Silaturahmi dan Keberangkatan Haji," diakses melalui <http://sumut.kemenag.go.id/file/file/TULISANISLAM2/xldt1350999421.pdf> pada tanggal 08 April 2015 pukul 11:39 WIB. Lihat juga dalam Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia, 2008), 1348.

⁹⁴Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Al-Jami' al-Musnad al-Shahih al-Mukhtashor Min Umuri Rasulullah Saw wa Sunnatihi wa Ayamihi Juz 15* (Beirut: Dar Thauq al-Najah, 1999), 153.

⁹⁵Amirulloh Syarbini, *Sedekah Maha Bisnis Dengan Allah: Berkeuntungan 700 Kali Lipat Secara Cepat* (Jakarta: Qultum Media, 2012), 77.

⁹⁶Amirulloh Syarbini, *Sedekah Maha Bisnis Dengan Allah: Berkeuntungan 700 Kali Lipat Secara Cepat*, 77-78.

⁹⁷Lebih lanjut lihat dalam Salma, "Silaturahmi Memperpanjang Umur dan Menambah Rezeki," diakses melalui <http://majalahkesehatan.com/silaturahmi-memperpanjang-umur-dan-menambah-rezeki/> pada tanggal 08 April 2015 pukul 12:53 WIB.

⁹⁸Abul Hamdi, *15 Sebab Dicabutnya Berkah* (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), 50.

⁹⁹Lebih lanjut lihat lampiran "Wawancara dan Observasi Terhadap Subjek A pada tanggal 17 Januari 2015 pukul 10:00-12:30 WIB".

¹⁰⁰Dadang Hawari, *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi* (Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2001), 123-124.

¹⁰¹Carol Musil dan Manar Nabolsi, "Hemodialysis Stressors and Coping Strategies Among Jordanian Patients On Hemodialysis: A Qualitative Study,": 325.

¹⁰²Jokena C. S. Islam, "Social Support: Key to Psychological Well-being Among Rural, Low-Income Mothers," Diakses melalui <http://www.cehd.umn.edu/FSoS/projects/ruralspeak/pdf/social-support.pdf> pada tanggal 18 Maret 2015 pukul 16:40 WIB: 2.

¹⁰³“Wawancara dan Observasi Terhadap Pasien Gagal Ginjal Konik”

¹⁰⁴Steven M. Lucero, "Religious Coping with The Stressors Of A First Time Pregnancy As A Predictor Of Adjustment Among Husbands And Wives,": 15.

¹⁰⁵Lebih lanjut lihat lampiran "Wawancara dan Observasi Terhadap Subjek B pada tanggal 21 Januari 2015 pukul 10:00-12:15 WIB".

¹⁰⁶Menurut Shihab ayat ini menjelaskan perintah beribadah kepada Allah Swt. Perintah beribadah dalam ayat ini, bukan saja ibadah ritual atau yang juga dikenal dengan ibadah *mahdhah*, yakni ibadah yang cara, kadar dan waktunya ditetapkan oleh Allah atau Rasul, seperti salat, zakat, puasa dan haji, tetapi mencakup segala macam aktivitas yang hendaknya dilakukan demi karena Allah Swt. Ibadah yang dimaksud merupakan perwujudan dari perintah-Nya. Setelah memerintahkan beribadah kepada Allah Swt dan tidak mempersekutukan-Nya, perintah berikutnya adalah berbuat baik kepada sesama manusia. M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an Volume 2* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 525-531.

¹⁰⁷Daniel Cukor, Scott D. Cohen, Rolf A. Peterson, and Paul L. Kimmel, "Psychosocial Aspects of Chronic Disease: ESRD as a Paradigmatic Illness," *J Am Soc Nephrol*, 18: 3042–3055 (2007): 3048.

¹⁰⁸Mohammed Baqer Habeeb, "Vulnerability To Stress And Coping Strategies Among Undergraduate Students In Baghdad City," *Journal of Kufa for Nursing Science* Vol. 3 No. 2 (2013): 8.

¹⁰⁹Dharmayati Utoyo Lubis, Edo Sebastian Jaya, Retha Arjadi, Lathifah Hanum, Kresna Astri dan Maha Decha Dwi Putri, "Preliminary Study on the Effectiveness of Short Group Cognitive Behavioral Therapy (GCBT) on Indonesian Older Adults," *Plos One* (February 2013) Volume 8 , Issue 2: 9

¹¹⁰Fatimah Abdullah, "Virtues and Character Development in Islamic Ethics and Positive Psychology," *International Journal of Education and Social Science* Vol. 1 No. 2; September (2014): 69.

¹¹¹Nurcholish Madjid, *Pintu-Pintu Menuju Tuhan* (Jakarta: Paramadina, 1994), 187.

¹¹²Orang yang salih adalah orang yang mampu mengintegrasikan dirinya dan mampu mengaktualisasikan potensinya semaksimal mungkin dalam pelbagai dimensi kehidupan. Orang yang salih, tidak hanya baik terhadap diri sendiri, melainkan juga baik terhadap keluarga, masyarakat, hewan, tumbuhan, bahkan pada benda-benda mati. Orang yang salih berbuat baik, karena mengetahui bahwa Allah Swt menciptakan semua makhluk memiliki hikmah dan *asrar* (rahasi-rahasia) tertentu. Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Rajawali Pers, 2002), 232.

Daftar Pustaka

- Mujib, Abdul dan Jusuf Mudzakir. (2002). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: Rajawali Pers,
- Mujib, Abdul. (2007). *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*. Jakarta: Rajawali Pers,.
- Hamdi. (2005). *Abul 15 Sebab Dicaputnya Berkah*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Mubarok. (2009). Achmad. *Psikologi Islam: Kearifan dan Kecerdasan Hidup*. Jakarta: The IIIT dan Wahana Aksara Prima.
- _____. (2001). Achmad. *Psikologi Qur'ani*. Jakarta: Pustaka Firdaus,.
- Dariyo. (2004). Agoes. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- S., Ahmad, Goel K., Maroof K. A., Goel P., Arif M., Amir M. and Abid M. (2012). "Psycho-Social Behaviour and Health Benefits of Islamic Fasting During the Month of Ramadan." *J Community Med Health Educ* Volume 2 Issue 9.
- Hafidz, Ahsin W. (2007). Al-. *Fikih Kesehatan*. Jakarta: Amzah,.
- Stacey, Aisha. "How Islam Deals With Sadness and Worry (part 1 of 4): The Human Condition." Diakses melalui <http://www.islamreligion.com/articles/3516/> pada tanggal 15 Maret 2015 pukul 14:01 WIB.
- Darini. 2008. Al-. *Terapi Menyucikan Hati*. Terjm. Ida Nursida dan Tiar Anwar Bachtiar, judul asli: *Thaharah Al-Qulub wa Al-Khudu li Allam Ghuyub*. Bandung: Mizania.
- Sadiya, Amena. Solafa Ahmed, Hisham Hussain Siddieg, Irish Joy Babas and Martin Carlsson. (2011). "Effect of Ramadan Fasting on Metabolic Markers, Body Composition, and Dietary Intake in Emiratis of Ajman (UAE) with Metabolic Syndrome." *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy*.
- Syarbini, Amirulloh. (2012). *Sedekah Maha Bisnis Dengan Allah: Berkeuntungan 700 Kali Lipat Secara Cepat*. Jakarta: Qultum Media,.
- Wachholtz, Amy and Usha Sambamoorthi. (2011). "National Trends in Prayer Use as a Coping Mechanism for Health Concerns: Changes From 2002 to 2007." *Psychology of Religion and Spirituality* Vol. 3, No. 2.
- Rippin, Andrew. (2006). *The Blackwell Companion to The Qur'an*. Malden: Blackwell Publishing.

-
- Andri. (2013). "Gangguan Psikiatrik Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik." *CDK-203* Vol. 40 No. 4.
- Biocybernaut Institute. "Alpha Brain Waves and Biofeedback Science." Diakses melalui http://lecerveau.mcgill.ca/flash/capsules/articles_pdf/alpha_brain_waves.pdf pada tanggal 10 Maret 2015 pukul 17:08 WIB.
- Musil, Carol dan Manar Nabolsi, "Hemodialysis Stressors and Coping Strategies Among Jordanian Patients On Hemodialysis: A Qualitative Study." *Nephrology Nursing Journal* (July-August 2013) Vol. 40, No. 4.
- Zwingmann, Christian, Markus Wirtz, Claudia Muller, Jurgen Korber, and Sebastian Murken. (2006). "Positive and Negative Religious coping In German Breast Cancer Patients." *Journal of Behavioral Medicine* Vol. 29 No. 6, Springer Science+Business Media. Inc.
- Hawari, Dadang. (2001). *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi* (Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia,
- Cukor, Daniel, Scott D. Cohen, Rolf A. Peterson, and Paul L. Kimmel. (2007). "Psychosocial Aspects of Chronic Disease: ESRD as a Paradigmatic Illness." *J Am Soc Nephrol*, 18.
- Larson, David B. dan Susan S. Larson. "Special Guest Contribution: Patient Spirituality and Mental Health: An Expanding Focus in Clinical Care and Research." Diakses melalui <http://www.rcpsych.ac.uk/pdf/larson1.pdf> pada tanggal 14 Maret 2015 pukul 11:23 WIB.
- Lubis, Dharmayati Utoyo, Edo Sebastian Jaya, Retha Arjadi, Lathifah Hanum, Kresna Astri dan Maha Decha Dwi Putri. "Preliminary Study on the Effectiveness of Short Group Cognitive Behavioral Therapy (GCBT) on Indonesian Older Adults." *Plos One* (February 2013) Volume 8 , Issue 2.
- Sajari, Dimiyati. "Dzikir: Makanan Spiritual Sang Sufi." *Dialog*, Vol. 37, No. 1 (Juni 2014).
- Ancok, Djamaluddin dan Fuad Nashori Suroso. (2011). *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Probem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cetakan VIII.
- Chanafie, Djuariah. "Mengatasi Dampak Psikologis Pasien Gagal Ginjal." *Disampaikan dalam seminar Paradigma Baru Pelayanan Terpadu Penderita Gagal Ginjal Terminal di Unit Hemodialisis RS*. Jakarta. Diakes melalui <http://www.ikcc.or.id/content.php?c=2&id=372> pada tanggal 29 Mei 2014 jam 11:44 Wib.
-

-
- Abdullah, Fatimah. (2014). "Virtues and Character Development in Islamic Ethics and Positive Psychology." *International Journal of Education and Social Science* Vol. 1 No. 2; September.
- Friedrich Heiler, (1997). *Prayer: A Study in the History and Psychology of Religion* (New York: Oxford University Press.
- G. Mahmoudi, A.G. Ebadi and H. Akbarzadeh, "Religious Coping and Anxiety in Students of Islamic Azad University-Sari Branch, 1999-2000," *World Applied Sciences Journal* 2 (4) IDOSI Publications (2007).
- Gail Wiscarz Stuart and Sandra J. Sundeen. (1998). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, terjm. Achir Yani S. Hamid. *Original title: Pocket Guide To Psychiatric Nursing* Jakarta: Buku Kedokteran Indonesia,
- Graeme Goldworthy, "A Biblical-Theological Perspective on Prayer," Diakses melalui http://www.sbts.edu/resources/files/2010/02/sbjt_104_goldworthy.pdf pada tanggal 16 Maret 2015 pukul 19:49 WIB: 15.
- Hazem Doufesh, Tarig Faisal, Kheng Seang Lim and Fatimah Ibrahim, "EEG Spectral Analysis on Muslim Prayers. (2012). " *Appl Psychophysiol Biofeedback*.
- Hilmy Muhammad, "Kemukjizatan Nazm al-Qur'an dalam Perspektif Syihab al-Din al-Alusi," *Refleksi*, Vol. 12, No. 6 (April 2014).
- Imran Khan, "Quranic Shifa, the hidden secrets & Prophets Medicine," Diakses melalui http://curehealth.weebly.com/uploads/1/8/7/3/18736290/a_guide_to_quranic_shifa_third_edition1.pdf pada tanggal 17 Maret 2015 pukul 16:31 WIB.
- Irwan Kurniawan. (2012). *Rahasia dan Hikmah Shalat 5 Waktu yang Bermakna* Bandung: Marja.
- James M. Nelson. (2009). *Psychology, Religion, and Spirituality* (New York: Springer Science+Business Media.
- Jennifer Finnegan John and Veronica J. Thomas, "The Psychosocial Experience of Patients with End-Stage Renal Disease and Its Impact on Quality of Life: Findings from a Needs Assessment to Shape a Service," *Hindawi Publishing Corporation* Article ID 308986, 8 pages (2013).
- Jennifer Ripley, Audrey Atkinson, Cara Mulcahy, Katherine Maslow and Corine Engelbert, "Prayer as religious coping: Does prayer really help?," Diakses

-
- melalui My Documents\Downloads\Documents\Prayer as Coping.pdf pada tanggal 15 Maret 2015 pukul 10:22 WIB.
- Joe Krenitsky.. “Nutrition in Renal Failure: Myths and Management,” *Practical Gastroenterology* (September 2004).
- John E. Fetzer. (2003). *Multidimensional Measurement of Religiousness /Spirituality for use in Health Research: a Report of The Fetzer Institute/National Institute on Aging Working Group*, Kalamazo: Fetzer Isntitute.
- John K. Graham, “Positive and Negative Effects Of Religion On Health and Healing,”: 25.
- John W. Creswell. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*, Boston: Pearson.
- Jokena C. S. Islam, “Social Support: Key to Psychological Well-being Among Rural, Low-Income Mothers,” Diakses melalui [http://www.cehd.umn.edu/FSoS/projects /ruralspeak/pdf/social-support.pdf](http://www.cehd.umn.edu/FSoS/projects/ruralspeak/pdf/social-support.pdf) pada tanggal 18 Maret 2015 pukul 16:40 WIB: 2.
- Khairunnas Rajab, *Psikologi Ibadah*, 120.
- Komaruddin Hidayat, *Psikologi Beragama: Menjadikan Hidup Lebih Nyaman dan Santun*, 177-178.
- M. Shabir. U, “Nilai-Nilai Pendidikan Dalam Ibadah Puasa,” *Lentera Pendidikan*, Vol. 14, No. 2 (Desember 2011): 148.
- Marilyn Baetz and Rudy Bowen, “Chronic Pain and Faigue: Asspciations with Religion and Spirituality,” *Pain Res Manage* Vol 13 No. 5 September/October (2008): 383.
- Mohammed Baqer Habeeb, “Vulnerability To Stress And Coping Strategies Among Undergraduate Students In Baghdad City,” *Journal of Kufa for Nursing Science* Vol. 3 No. 2 (2013): 8.
- Mossa M. Marbut, Hosam Al-Deen SM. Al-Najjar and Mustafa A. Abdulrahman. (2005). “Effect of Ramadan fasting on some physiological parameters,” *Tikrit Medical Journal* Vol. 11, No. 2: 1.
- Muhammad bin Ismail al-Bukhari. (1999). *Al-Jami’ al-Musnad al-Shahih al-Mukhtashor Min Umuri Rasulullah Saw wa Sunnatih wa Ayamihi Juz 15* Beirut: Dar Thauq al-Najah.
- Muhammad Uthman Najati. 1981. *Al-Qur’an wa Ilm’an-Nafs*, Kairo: Dar al-Shuruq,.

-
- Muhammad Utsman Najati. 2008. *The Ultimate Psychology: Psikologi Sempurna ala Nabi Saw*, terjm. Hedi Fajar, judul asli: *al-Hadits an-Nabawi wa 'Ilm an-Nafs*, Bandung: Pustaka Hidayah.
- Nurcholish Madjid, *Islam Doktrin dan Peradaban: Sebuah Telaah Kritis Tentang Masalah Keimanan, Kemanusiaan dan Kemoderenan*, 66-67.
- Nurcholish Madjid. (1994). *Pintu-Pintu Menuju Tuhan*, Jakarta: Paramadina
- Paul Thagard. (2005). "The Emotional Coherence of Religion," *Journal of Cognition and Culture*.
- Salih Yücel, *Prayer And Healing In Islam: with addendum of 25 Remedies for the Sick by Said Nursi*
- Salih Yücel. 2010. *Prayer And Healing In Islam: with addendum of 25 Remedies for the Sick by Said Nursi*, New Jersey: Tughra Books.
- Sazli Nasution, "Silaturahmi dan Keberangkatan Haji," diakses melalui <http://sumut.kemenag.go.id/file/file/TULISANISLAM2/xldt1350999421.pdf> pada tanggal 08 April 2015 pukul 11:39 WIB. Lihat juga dalam Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia. (2008). *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia.
- Sharan Merriam and Mazanah Muhamad, "How Modern-Day Traditional Healers Diagnose and Treat Cancer: The Case of Malaysia," Diakses melalui http://www.adulterc.org/Proceedings/2011/papers/merriam_muhamad.pdf pada tanggal 16 Maret 2015 pukul 16:52 WIB: 448.
- Simuh. (1996). *Tasawuf dan Perkembangannya Dalam Islam*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Steven M. Lucero. (2010). "Religious Coping with The Stressors Of A First Time Pregnancy As A Predictor Of Adjustment Among Husbands And Wives," *Graduate College of Bowling Green State University: Thesis Master Of Arts* 3.
- Suhardjono. (2009). Jose Roesma dan Triyani Kresnawan, *Booklet Edukasi: Sehat dengan Penyakit Ginjal Kronik* (Jakarta: Pernefri, AsDI dan Fresenius Kabi, Ed. 1 Cet. II.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian* (Jakarta: Rineka Cipta), 177.
- Sulaiman. (2013). "Healing In Islam: A Psychological Perspective," *Ife Psychologia: Psychotherapy – Unity in Diversity*.

-
- Syaifuddin. (2010). *Anatonomi Fisiologi; Kurikulum Berbasis Kompetensi Untuk Keperawatan dan Kebidanan Edisi 4*, Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Triantoro Safaria. (2011). "Peran *Religious Coping* Sebagai Moderator Dari Job Insecurity Terhadap Stress Kerja Pada Staf Akademik," *Jurnal Humanitas* Vol. VIII No. 2 Agustus.
- Vinay Kumar, Ramzi S. Cotran dan Stanley L. Robbins. (2004). *Buku Ajar Patologi; Edisi 7 Volume 2*, terjm. Brahm U. Pedit, judul asli: *Robbins Basic Pathology 7th Ed*, Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Wahjoetomo. (1997). *Puasa dan Kesehatan*, Jakarta: Gema Insani Oress.
- William M. Gabler , "The Relationship of Prayer and Internal Religiosity to Mental and Spiritual Well-being,": 21-22.
- William M. Gabler. (2004). "The Relationship of Prayer and Internal Religiosity to Mental and Spiritual Well-being," *The Graduate School University of Wisconsin-Stout: Thesis Master of Sciences Degree in Guidance and Counseling*.