

PENANGANAN PENYAKIT PIKIRAN PADA KLINIK PURI USADHA DI KOTA DENPASAR PERSPEKTIF AGAMA DAN KEBUDAYAAN

Oleh:

I Wayan Subrata¹, Dariyo Utomo², I Wayan Budi Utama³

¹subrata@unhi.ac.id, ²dariyo-utomo@hotmail.com, ³budiutama904@gmail.com

Universitas Hindu Indonesia
Denpasar

Proses Review 10 Agustus-20 September, Dinyatakan Lolos 25 September

Abstract

The purpose of this study was to analyze the mental illness treatments at the Puri Usadha Clinic in Denpasar City, to analyze the disease handling process at the Puri Usadha Clinic in Denpasar City, and to analyze the responses of mental illness patients served at the Puri Usadha Clinic in Denpasar City. To achieve the objectives of this research phenomenology theory and health seeking behavior theory are used on the qualitative approach. The results obtained from this study are the reason the Puri Usadha Clinic in Denpasar City serves mental illness patients for religious, social and cultural reasons. The process of handling mental illness patients at Puri Usadha Clinic in Denpasar City consists of (1) Raja yoga meditation therapy, (2) prana, (3) acupressure, and (4) hypnotherapy. The response of patients with mental illness at the Puri Usadha Clinic in Denpasar City was that on average all patients gave positive responses and patients felt a positive change after being treated at the Puri Usadha Clinic in Denpasar City.

Keywords: *Mental Illness, Health Seeking Behavior, Religion, Treatment*

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis penyakit pikiran dilayani, proses penanganan penyakit pikiran, dan tanggapan pasien penyakit pikiran yang dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar. Penelitian ini menerapkan teori fenomenologi dan teori *health seeking behavior* melalui pendekatan kualitatif. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah alasan Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar melayani pasien penyakit pikiran karena alasan agama, sosial, dan alasan budaya. Proses penanganan pasien penyakit pikiran pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar terdiri dari (1) terapi meditasi *raja yoga*, (2) *prana*, (3) akupresure dan (4) hipnoterapi. Tanggapan pasien penyakit pikiran yang dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar ialah rata-rata

semua pasien memberikan tanggapan yang positif dan pasien merasakan perubahan kearah positif setelah diterapi di Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar.

Kata Kunci: Penyakit Pikiran, health seeking behavior, agama, penanganan

I. PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang begitu pesat di era globalisasi saat ini menimbulkan bermacam-macam tekanan kehidupan yang menyebabkan kesehatan terganggu baik fisik maupun pikiran. Di Negara berkembang seperti Indonesia, khususnya masyarakat Bali terjadinya perubahan peradaban yang menyebabkan tekanan baik sosial, budaya dan ekonomi. Manfaat positif yang didapat seperti pesatnya perkembangan teknologi di Indonesia sedangkan dampak negatif yang terjadi salah satunya adalah munculnya berbagai macam penyakit khususnya penyakit pikiran (*manah*) yang menyebabkan tubuh fisik yang lemah menjadi sakit (*roga*).

Proses modernisasi yang begitu pesat saat ini tidak seimbang dengan kemampuan manusia dalam menerima dan mencerna, sehingga manusia dihadapkan dengan berbagai tekanan, seperti: tekanan psikis, tekanan perceptual, tekanan sosial, tekanan moral dan tekanan spiritual yang menyebabkan manusia kehilangan aspek moral sebagai fungsi kontrol (Pilliang, 2004:19).

Menurut Sukayasa (Perkuliahan di Pascasarjana: Weda dan Sastra tgl 23/11/2017) di zaman *kaliyuga* (kegelapan) saat ini, manusia di *Catur Asrama Grahasta* didominasi pikiran yang berorientasi pada *Artha*, *Kama*, dan *Moksa* yang semu tanpa dilandasi *Dharma* untuk memenuhi keinginan panca indra yang liar dan *lobha* (serakah) serta *krodha* (marah) yang menjadikan pikiran (*manah*) terganggu sakit (*roga*). Dalam tahapan kehidupan yang benar yaitu *Brahmacari* (menuntut ilmu) mempersiapkan diri menggali ilmu yang cukup, maka di *grhasta* mendapatkan *Artha* dengan ilmu sosial yang mumpuni untuk menuju kehidupan *wana prastha* dan *Bhiksuka* menjadi hormoni, selaras dengan *Moksahartham jagadhita ya ca iti dharma* artinya tujuan hidup

beragama untuk mencapai kesejahteraan jasmani dan ketetraman batin kedamaian, kebahagiaan yang abadi dengan jalan kebenaran dan bermoral.

Kesehatan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia (*basic human needs*) yang sangat penting bagi manusia. Hal ini terkait erat dengan kenyataan bahwa manusia yang sehat jasmani dan rohani memungkinkannya untuk melakukan peran sosial sesuai dengan statusnya di masyarakat. Pengembangan sistem medis yang berisi tentang seperangkat kepercayaan, pengetahuan, aturan, dan praktik-praktik sebagai satu kesatuan yang digunakan untuk memobilisasi berbagai sumber daya dalam rangka memelihara kesejahteraan atau, mencegah dan menyembuhkan penyakit, baik fisik maupun rohani. Dengan demikian, sistem medis pada hakekatnya adalah pranata sosial yang memberi pedoman atau petunjuk bagi kelakuan manusia untuk memenuhi kebutuhan mereka akan kesehatan dalam suatu sistem sosial atau sistem kesehatan sebagai sistem budaya (Kumbara, 2010:436).

Menurut definisi *World Health Organisation* (*WHO*) sehat adalah kondisi manusia yang bukan saja bebas dari penyakit dan kecacatan fisik, tetapi juga bebas dari gangguan mental. Sebaliknya secara mikro dan emik, oleh karena adanya perbedaan latar belakang budaya dan lingkungan masyarakat menyebabkan konsepsi tentang sehat-sakit sering dijumpai sangat bervariasi dan bersifat subyektif antara satu kebudayaan dengan kebudayaan yang lain. Kumbara (2010: 438).

Konteks sehat sakit tersebut ada dua konsep penting diperhatikan yaitu *disease* dan *illness*. *Disease* mengacu pada konsep sakit dari perspektif kedokteran, bahwa sakit yang dialami manusia disebabkan oleh faktor kuman yang masuk ke dalam tubuh manusia, sehingga mengganggu sistem tubuh yang lemah. Sebaliknya *illness* adalah konsepsi sakit dari perspektif masyarakat atau persepsi masyarakat tentang

gangguan kesehatan yang dialami atau dirasakan individu tanpa harus berkaitan dengan adanya faktor kuman yang mengganggu fungsi tubuh yang bersangkutan. Sakit sering juga dikaitkan dengan kemampuan seorang dalam menjalankan peran-peran sosialnya di masyarakat. Dengan demikian sakit sering bersifat subyektif. Oleh karena sakit bersifat subyektif, maka sering di masyarakat dimana seseorang merasa dirinya sakit, padahal secara medis bersangkutan diyantakan sehat. Kondisi ini secara kedokteran disebut dengan psikosomatis/pikiran. Dalam kondisi yang bersangkutan kerap dijumpai individu berpindah-pindah dari satu pengobatan ke pengobat yang lain, sekalipun dirinya telah dinyantakan sehat.

.Dalam ajaran agama Hindu ada ilmu kesehatan yang dikenal dengan nama *Ayurveda*. *Ayurveda* adalah suatu ilmu pengetahuan tentang upaya manusia untuk memperoleh kesehatan dan umur yang panjang. Untuk mencapai hal tersebut, dalam ilmu *Ayurveda* diajarkan 3 pilar pokok yang harus dilakukan oleh umat manusia untuk menjaga kesehatan, ialah: *ahara*, *nidra*, *vihara*. Dalam *ahara* diajarkan tentang bagaimana cara melakukan diet yang seimbang. Makan dan minum sesuai kebutuhan, baik dalam kuantitas maupun kualitas untuk menjaga kesehatan. Dalam *Nidra* diajarkan bagaimana manusia mengatur pola istirahatnya agar memiliki waktu beristirahat yang berkualitas dan bermanfaat bagi kesehatan. Sedangkan dalam *Vihara* diajarkan bagaimana cara manajemen perilaku kita termasuk juga manajemen pikiran guna memperoleh kesehatan baik fisik, mental, maupun spiritual. (Nala, 2001: 23-72).

Ilmu pengetahuan kedokteran Hindu (*Ayurveda*) merupakan bagian dari kitab suci *weda (upaweda)* membahas menjadi sehat dan berumur panjang berdasarkan hukum alam. *Ayurveda* di Bali dikenal dengan sebutan *usada*. Pelaku *usada* disebut *balian/vaidya*. *Vaidya* merupakan seorang yang mempunyai suatu kemampuan yang tidak dimiliki oleh orang biasa, dengan menggunakan naluri intuisi, meditasi dan semadi beliau menerima getaran gaib untuk mengetahui suatu yang tidak mungkin ditangkap oleh orang biasa. Berdasarkan naluri batinnya yang tinggi beliau

dapat menegakkan diagnosis serta prognosis terhadap *vyadhi* atau penyakit yang diderita oleh seseorang. Dalam hal ini seorang *Vaidya* memberikan stimulasi secara pikiran dengan memberikan petunjuk dalam mengelola pikiran negatif menjadi positif sehingga pasien tersebut dapat memanejemen pikirannya kembali sehingga kondisi mental dan emosional menjadi optimal kembali.

Nala (2001:75) dalam *Ayurveda* 1 menyatakan bahwa sehat (*swasthya*) menurut *Ayurveda* adalah memiliki keseimbangan dalam *dhosa (vatta, pitta, kapha)* dan *agni (enzim)* dimana *dhatu* (jaringan tubuh berfungsi baik, dan serta *mala* (limbah, ekskreta) dibuang secara teratur dan mempunyai kebahagiaan *Atma* (spirit), *indrya*, dan *manah* (pikiran). Ada beberapa lontar pengobatan tradisional Bali seperti lontar: *Wreshaspati Tattwa*, *Tiwas punggung*, *Aji kreket*, *Telik sejati*, yang isinya mengenai cara untuk menyembuhkan tanpa saran obat dan sajen, hanya menggunakan sikap dan kibasan tanpa simbol-simbol tertentu, menuliskan aksara suci pada organ yang sakit dan mantra. Kebanyakan pengetahuan pengobatan di Bali yang ditulis dalam lontar *usadha* berasal *Ayurveda* (Nala 2002:18).

Dalam lontar *Whrehaspati tattwa* disebutkan bahwa timbulnya penyakit disebabkan oleh tiga hal, diantara *Adhidaiwika Dukha* adalah duka karena kekuatan supra natural (kutukan, bencana alam, dan bernasib sial, gila, ayan, dan kesurupan roh jahat) *Adhyatmika dukha* adalah duka karena sakit berasal dari pikiran keterikatan, kebencian, tergilagila, sakit keras egois, sakit hati, cemas, pemaarah, sakit kepala, sakit kulit, syaraf, gangguan pencernaan, batuk berlendir, sakit pegal linu, sakit hati). *Adhibautika dukha* adalah karena *butha* (kuman bibit penyakit, energy buruh, luka senjata tajam, kena racun, kena bisa/upas gigitan ular dan maklul jahat/*butha*). Orang yang mampu memberantas semua penyakit disebut *Adhyatmika Siddhi* (Putra & Sadia, 2009:32-3). Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan alasan penyakit pikiran dilayani, proses penanganan penyakit pikiran, dan tanggapan pasien penyakit pikiran yang dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar.

II. METODE PENELITIAN

Klinik Puri Usadha merupakan sebuah tempat pelayanan kesehatan yang berbasis konvensional dan komplementer yang melayani keluhan penyakit medis dan non-medis. Klinik Puri Usadha ini didirikan oleh dr. Jro Made Maitriya, Sp.PD pada tahun 2013. Klinik Puri Usadha ini berlokasi di Jalan Gatot Subroto IV Blok 8 No.9 Desa Dangin Puri Kecamatan Denpasar Utara Kota Denpasar. Permasalahan yang diteliti pada penelitian ini diantaranya: mengapa penyakit pikiran dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar, bagaimana proses penanganan penyakit pikiran pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar, dan bagaimana tanggapan pasien penyakit pikiran yang dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis penyakit pikiran dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar, untuk menganalisis proses penanganan penyakit pikiran pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar, dan untuk menganalisis tanggapan pasien penyakit pikiran yang dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar.

Untuk mencapai tujuan penelitian ini digunakan teori fenomenologi dan teori *health seeking behavior*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan prosedur pengumpulan data melalui studi pustaka, observasi, wawancara, dan analisis dokumen. Data yang diperoleh dianalisis secara kualitatif deskriptif yang dipadukan dengan beberapa sumber untuk mendapatkan data yang valid.

III. ANALISIS DAN INTERPRETASI DATA

3.1 Pelayanan Penyakit Pikiran

Kini diseluruh dunia terjadi perubahan besar di dalam bidang kesehatan dan penyembuhan. Para dokter sekarang menyadari bahwa terjadinya serangan penyakit tidak hanya disebabkan oleh faktor keturunan, virus maupun gaya hidup. Selama ini baik dokter maupun pasien menyadari kenyataan bahwa kebanyakan, meskipun tidak semua, penyakit-penyakit yang timbul sesungguhnya bersifat psikosomatis dan bahwa penyakit tidak bisa dipisahkan dari

pikiran.

Hubungan antara pikiran negatif dan serangan terjadinya penyakit telah berkali-kali dibuktikan dalam beberapa tahun terakhir ini. Seringkali terjadi kesedihan diikuti oleh terjadinya penyakit. Dalam suatu penelitian dari 32 orang pasien, 28 dari mereka telah mengalami stress dan kehidupan yang tragis sebelum terserang penyakit dan stress mental ini mengakibatkan sistem kekebalan tubuhnya menjadi tidak normal (*Brain Mind-Bulletin, August 1978*). Para dokter di John Hopkins *Medical School* menemukan bahwa orang-orang emosional dan pemurung cenderung menderita penyakit yang serius, seperti kanker, tekanan darah tinggi, jantung dan berumur pendek. Dan kini umumnya dokter spesialis jantung mengakui bahwa orang dengan kepribadian tidak mau mengalah, tidak sabar, terburu-buru, dan mudah jengkel lebih berpeluang terhadap penyakit jantung dan serangan jantung (Ananda.2001: 11-12).

Menurut hasil penelitian dan wawancara yang dilakukan di Klinik Puri Usadha Denpasar di dapatkan bahwa ada 3 (tiga) alasan yang mendasari kenapa penyakit pikiran dilayani pada Klinik Puri Usadha di Kota Denpasar. Ketiga alasan tersebut diantaranya: alasan agama, alasan sosial, dan alasan budaya.

3.1.1 Alasan Agama

Dalam agama Hindu, kesalahan-kesalahan terhadap dewa, roh leluhur, *bhuta-bhuti* (*bhuta kala*) dalam menjalani hidup yang banyak tidak disadari sehingga memohon ampun dan berdoa kepada dewa memohon kesembuhan adalah wajib (Nala, 2002:4). Tanpa melakukan upacara demikian, penyakit yang diderita sulit disembuhkan, sarana dapat berupa sesajen yang di Bali saran tersebut di kenal dengan guru piduka membangun suasana spiritual yang dapat mempengaruhi pasien mencapai ketenangan. Ketenangan pikiran dapat membantu upaya penyembuhan karena pikiran adalah sumber segalanya mencampai sembuh. Pikiran juga merupakan komponen tubuh yang perlu diseimbangkan karena menurut ayurveda pikiran, badan dan atman adalah satu (Nala, 2001:15)

Di dalam ajaran agama Hindu kita diajarkan

untuk saling tolong-menolong antar sesama makhluk ciptaan Tuhan. Dengan menolong orang yang membutuhkan pertolongan kita berarti kita secara langsung telah beryadnya membantu kesembuhan pasien yang kita obati. (Nala, 2012: 82-83) menjelaskan Tuhan telah menciptakan manusia dengan yadnya, maka dengan *yadnya* pulalah manusia mengembangkan dan memelihara kehidupannya. Keikhlasan dan ketulusan diri adalah dasar yang utama dalam melaksanakan *yadnya*. *Yadnya* tidak hanya menandakan identitas keagamaan, tetapi juga merupakan pengejawatahan ajaran agama.

Yadnya dalam pengertian agama Hindu di Bali tidak terlepas dari segala bentuk upacara. *Yadnya* yang terbagi menjadi lima bagian disebut *Panca Yadnya* merupakan korban suci yang dilaksanakan oleh umat hindu dengan tujuan untuk pembersihan diri dari segala hutang - hutang hidup yang melekat pada kelahiran.

Sebagai makhluk yang paling mulia yang memiliki kesadaran terhadap kewajiban untuk melunasi hutangnya. Untuk melunasi hutangnya itu, diwujudkan dengan *yadnya* atau korban suci (Nala, 2007: 361 dan widana, 2009:4). Demikian juga halnya dengan profesi pengobat tradisional konsep *yadnya* dapat sebagai inspirator dalam melaksanakan profesi. Ciri-cirinya adalah bahwa dalam melakukan pengobatan batra melaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab bekerja dengan tulus tanpa dipengaruhi oleh unsur-unsur mencari keuntungan pribadi.

Di dalam melaksanakan tujuan para batra yang semuanya beragama Hindu membantu dengan sepenuh hati karena kesehatan merupakan suatu yang sangat berharga dalam kehidupan. Bagi seseorang penyehat penanganan orang sakit sampai sembuh serta menutun mereka untuk memperoleh kehidupan sehat adalah merupakan kewajiban tersendiri bahkan mengatakannya sebagai pengalaman ajaran agama Hindu dan melaksanakan aspek budaya Bali.

3.1.2 Alasan Sosial

Perubahan kehidupan masyarakat kearah yang lebih modern seringkali memberikaan dampak yang signifikan terhadap perubahan perilaku dan gaya hidup masyarakat. Masyarakat yang mampu mengikuti perubahan ini maka

akan tetap baik-baik saja, tetapi masyarakat yang tidak mampu mengikuti perubahan ini akan mengalami tekanan di dalam hidupnya. Tekanan inilah yang sering menjadi pemicu timbulnya penyakit pikiran atau stress pada kebanyakan orang. Selain itu ditambah juga faktor ekonomi dan beban kerja yang semakin meningkat.

Kapitalis pikiran Hans Magnus Enzensberger di dalam *Dreamer of Absolute*, menjadi menjadi sebuah industri besar pikiran (*the great mind industry*), yang memproduksi pikiran - pikiran seragam (*mass produced minds*) yaitu pikiran - pikiran yang terperangkap dalam motif - motif komersial dan keuntungan semata. Pikiran - pikiran lain yang bermotif sosial, moral, kultural, atau spiritual yang sesungguhnya sangat kaya tidak mendapatkan tempat yang memadai di dalam sistem pendidikan kapitalistik ini (Pilliang, 2006: 362).

Gaya hidup yang tidak seimbang menyebabkan penyakit pikiran yang juga disebut Depresi mempuyai arti berbeda-beda, depresi dapat menjadi suatu gejala" saya merasa sedih", tanda (ekspresi wajahnya kelihatan murung) atau gangguan yang dapat didiagnosis. Suasana hati dalam depresi hampir selalu dialami sebagai rasa sedih, sulit tidur, murung, cemas atau tertekan. Pemikiran orang yang menderita depresi acapkali bersifat negative, baik tentang dirinya sendiri, tentang masa sekarang, maupun masa depan. Dan sering, mengeluh melemahnya daya konsentrasi dan ingatan, kesulitan mengambil keputusan, sering kali merasa cemas. Kadang - kadang bisa mengalami halusinasi rasa, sentuhan atau bau. Depresi yang paling berat ini kadang - kadang disebut depresi "*psikotik*". Halusinasi, delusi, dan ketidak-mampuan menilai menunjukkan bahwa orang itu telah kehilangan kontak dengan realitas. Depresi dapat mengganggu fungsi tubuh atau fungsi *vegetatif*. Gangguan nafsu makan bisa berkurang dan bertambah dan gangguan tidur bangun terlalu pagi atau susah tidur. Perubahan perilaku yang ada hubungannya dengan perubahan suasana hati, pemikiran serta fungsi tubuh dapat berbeda-beda mulai dari yang ringan dan tak terasa sampai pada kesulitan-kesulitan yang mendalam disertai dengan tangisan, ekspresi kesedihan, tubuh

lunglai, dan daya gerak lambat. Sementara orang dapat bekerja secara normal tetapi merasa sangat sedih. Hippocrates bercerita tentang seseorang wanita yang “menjadi murung sekali, karena mengalami sesuatu yang menyedihkan: ia tidak bisa tidur, tidak mau makan, dan merasa mual” (Greist. 1988: 1-4).

3.1.3 Alasan Budaya

Fenomena perilaku seseorang untuk mencari penyembuhan dengan budaya untuk mendapatkan penyembuhan di Klinik Puri Usadha dengan pendekatan budaya local dengan menggunakan sarana bunga, *tirtha*, pranayama dan berdoa menurut kepercayaan masing-masing pasien yang dibimbing oleh penyehat (*teraphis*) ini merupakan budaya.

Dalam hal ini budaya berperan secara fisik dan psikis sebagai pembantu penyembuhan sedangkan sembuh itu sendiri lebih merupakan upaya orang bersangkutan sebagai pembantu upaya ini. Berbagai upaya dapat dilakukan diantaranya adalah dengan pendekatan budaya penyembuhan *ayurveda* percaya bahwa dengan budaya mereka diri kepada energy tertinggi yang mengontrol alam semesta dan dengan cara menghalau kekuatan negative akan mendapatkan kedamaian pikiran yang pada akhirnya mendatangkan kesehatan jiwa (Dash, 2006:34-35).sehingga terapi mental dirasakan sangat berguna untuk penyembuhan pasien, bentuk terapi mental dapat berupa ritual keagamaan, *homa*, dan persembahan doa-doa kepada para dewa yang dilakukan oleh orang-orang yang di sucihkan menurut agama Hindu.

Di Klinik Puri Usada Denpasar pendekatan budaya menggunakan *tirtha* di pasupati sebagai media penyembuhan pasien. Sementara orang beranggapan bahwa analogi antara doa dan pinisilin itu keterlaluhan. Apabila doa merupakan kekuatan yang mutlak sebagaimana diisiratkan oleh George Bernard Show maka doa itu seharusnya manjur untuk semua penyakit. Tetapi doa tidak hanya menyangkut kekuatan yang maha tinggi: doa itu digerahkan oleh manusia yang barangkali merupakan mata rantai lemah dalam kaitan rantai yang seharusnya kuat sekali, kenyataan bahwa doa seampuh seperti yang diharapkan, barangkali mencerminkan kekurangan pada pendoanya

bukan doanya (Dossey, 1997: xxvii).

Berdasarkan uraian dan alasan para informan di atas memperkuat pendapat (Foster & Anderson 1978: 9) dalam penanganan penyakit pikiran berkaitan erat dengan budaya kesehatan masyarakat. Faktor social dan budaya yang mempengaruhi pandangan dan perilaku kesehatan masyarakat merupakan ranah kajian dalam ilmu antropologi kesehatan.

3.2 Proses Penanganan Penyakit Pikiran

Penyakit pikiran merupakan suatu penyakit yang disebabkan karena adanya kekacauan pikiran, persepsi dan tingkah laku di mana individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, masyarakat, dan lingkungan. Penyakit pikiran berasal dari apa yang diyakini sebagai faktor penyebabnya yang berhubungan dengan bio-psiko-sosial (Stuart & Sundeen, 1998:30).

Berdasarkan hasil wawancara dengan dr. Jro Made Maitriya, Beliau mengatakan bahwa ada beberapa terapi yang diberikan kepada pasien penyakit pikiran di Klinik Puri Usadha Denpasar, diantaranya dengan meditasi, prana, akupresur dan hipnoterapi. Dari sana pasien akan memilih salah satu atau beberapa dari terapi tersebut.

3.2.1 Meditasi

Meditasi *Raja Yoga* merupakan suatu seni penguasaan atas diri sendiri. Dengan menyadari bahwa diri manusia adalah jiwa, maka manusia bisa mengibaratkan hidup manusia seperti kereta Arjuna dalam perang *Baratha Yuda*, dimana pedati adalah tubuh ini, Arjuna adalah pikiran sedangkan Krishna adalah jiwa yang mengendalikan kuda-kuda (*Panca Indriya*) yang sedang menarik pedati (tubuh). Jiwa adalah energi yang tak termusnahkan sesuai dengan hukum kekekalan energi, sedangkan Tuhan adalah sumber energi cinta kasih, kedamaian, dan kebahagiaan. Dalam Meditasi *Raja Yoga* seluruh pikiran diarahkan atau dihubungkan dengan Tuhan, diibaratkan seperti jiwa dengan baterai yang lemah di setrum (*charged*) dengan Tuhan sebagai mesin generator (*power bank*) (Sugiarta, 2016: 54).

Dalam meditasi Raja Yoga ada beberapa tahapan yang harus dilaksanakan, diantaranya tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan

tahapan penutup. Pada tahapan persiapan dilakukan proses pembersihan diri yaitu membersihkan diri secara fisik seperti mencuci wajah, tangan dan kaki di tempat khusus yang dilanjutkan dengan berdoa di depan arca *Ganesha*. Setelah itu baru dilanjutkan ke tahapan pelaksanaan Meditasi Raja Yoga. Pada tahapan pelaksanaan dibagi menjadi 9 (sembilan), diantaranya: (1) pembukaan, (2) sikap tubuh, (3) menarik nafas, (4) mengucapkan *Pranava OM*, (5) menyadari dan mengendalikan *Panca Indriya*, (6) membayangkan diri mundur satu langkah dari tubuh, (7) membayangkan cahaya lilin, (8) membayangkan cahaya diri menyatu dengan cahaya semesta, (9) gerakan yoga. Tahapan akhir dari tahapan meditasi Raja Yoga ini adalah tahapan penutup. Pada tahapan ini dilakukan gerakan *sava asana* atau relaksasi dan pengobatan dengan air.

3.2.2 Prana

Prana berasal dari Bahasa Sansekerta yang berarti nafas, jiwa, nyawa. Lima energi vital atau energi kehidupan. Energi prana yang keberadaannya selalu seimbang harmonis di alam semesta begitu juga dalam tubuh makhluk hidup. Jika tidak seimbang maka akan menyebabkan tubuh menjadi sakit. Energi kehidupan menyebar di dalam tubuh menyebar ke berbagai organ, yang erat kaitannya dengan keluar masuknya nafas. Kelima *vayu* tersebut adalah *prana, apana, samana, udana, idan* vyana. *Prana* adalah nafas yang bergerak dari hidung sampai ke paru-paru dan keluar melalui mulut atau hidung (Nala, 2001: 232).

Dalam terapi prana ada beberapa tahapan yang harus dilaksanakan, diantaranya tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahapan penutup. Pada tahapan persiapan terapis memberikan salam dan mengajak mengobrol pasien sehingga tercipta suasana nyaman yang akan mempermudah dalam proses penyaluran energi prana. Setelah itu dilanjutkan ke tahapan pelaksanaan. Pada tahapan pelaksanaan ada Sembilan proses yang dilakukan diantaranya: (1) proses diagnosis, (2) sikap tubuh, (3) sikap *pranayama*, (4) proses *pratyhara*, (5) proses *dharana*, (6) proses *dhyana*, (7) proses *Samadhi*, (8) proses penyaluran energi prana, (9) proses penyadaran. Tahapan terakhir dari terapi prana

ini adalah tahapan penutup. Pada tahapan ini dilakukan penyembuhan air dengan energi prana dan pemberian tirta sebagai ucapan terima kasih.

3.2.3 Akupresur

Akupresur merupakan salah satu metode pengobatan tradisional dengan melakukan penekanan pada titik-titik akupuntur yang ada diseluruh tubuh manusia. Akupresur ini disusun dan dirumuskan sebagai sebuah ilmu pengobatan, dimulai 4000-5000 tahun lalu di negeri Cina. Terapi akupresur ini dibagi menjadi 3 tahapan, yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan, dan penutup.

Pada tahapan pelaksanaan pasien didiagnosis oleh *Vaidya* serta sarana dan prasarana seperti tempat akupresur, alat dan minyak disiapkan terlebih dahulu. Setelah tempat, alat dan minyak sudah siap, pasien dipersilahkan untuk memasuki ruangan terapi. Setelah itu baru dilanjutkan ke tahapan pelaksanaan. Sebelum memulai terapi, pasien penyakit pikiran dipandu untuk berdoa supaya apa yang diharapkan setelah terapi bisa terwujud dan memperoleh kesembuhan yang maksimal. Setelah selesai berdoa terapi mulai dilasanakan dimulai dengan melakukan relaksasi dan dilanjutkan dengan penekanan pada titik, EX-HN 3, GB 20, GB 21, LU 1, CV 17, LI 4, LV 3 dan relaksasi pada titik GB yang ada di daerah kepala. Setelah pemijatan pada titik-titik untuk mengurangi permasalahan pikiran selesai, maka pada tahap akhir kembali dilakukan relaksasi pada daerah kepala pasien (pada titik GB di daerah kepala). Setelah itu dilakukan pembersihan pada tubuh pasien dengan menggunakan energi prana. Setelah semuanya selesai, pasien dipersilahkan untuk bangun secara perlahan.

3.2.4 Hipnoterapi

Hipnoterapi adalah metode psikoterapi yang dikembangkan oleh seorang ilmuwan asal Austria, Franz Anton Mesmer pada tahun 1770-an. Metode ini lahir dari teori pikiran bawah sadar yang dipopulerkan oleh Sigmund Freud dan Carl Jung. Bagi orang-orang yang menyimpan trauma besar, misalnya trauma masa kanak-kanak atau post traumatic stress disorder (PTSD), kehidupan yang mereka jalani sehari-hari terasa

penuh dengan beban dan “hantu” yang mengikuti setiap langkah. Trauma yang pernah dialami tetapi belum disembuhkan akan memengaruhi pola pikir dan pola perilaku secara negatif, meskipun kadang hal ini tidak disadari sepenuhnya.

Pada hipnoterapi ini dibagi menjadi tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan tahapan penutup. Pada tahapan persiapan terapis terlebih dahulu memberikan salam dan memperkenalkan diri kepada pasien, begitu juga sebaliknya identitas pasien perlu diketahui oleh terapis. Keterbukaan ini akan menciptakan suasana yang nyaman dalam proses terapi yang akan mempermudah terapis untuk menggali informasi mengenai data-data yang berkaitan dengan keluhan penyakit pikiran yang dialami oleh pasien sehingga proses penanganannya tepat sasaran dan pasien memperoleh hasil maksimal dari hipnoterapi ini.

Selanjutnya pada tahapan pelaksanaan ada tujuh tahapan penting yang harus dilakukan, diantaranya: (1) *interview*, (2) *pre induction*, (3) *induction*, (4) *deepening*, (5) terapi pikiran, (6) terminasi, (7) *post hypnotic*. Setelah semua proses pada tahapan pelaksanaan selesai, lalu dilanjutkan ke tahapan penutup. Tahap penyelesaian hipnoterapi mengartikan jika anda sudah menyelesaikan program hipnoterapi dan berikan batasan yang sangat jelas antara sadar dan hipnotik yang dilakukan supaya anda tidak tertidur. Akhir proses ini dengan cara memikirkan bagaimana anda terbangun seperti hitungan dan sebagainya.

3.3 Tanggapan Pasien Penyakit Pikiran

Untuk memperoleh tanggapan pasien dari penanganan penyakit pikiran di Klinik Puri Usadha Denpasar, maka peneliti datang ke lokasi Klinik Puri Usadha Denpasar, dengan cara menemui pasien yang datang memeriksakan diri.

Wawancara dengan pasien dilakukan di tempat pasien menunggu sebelum mendapat panggilan. Pada saat itu peneliti berbaur dengan pasien yang diwawancara. Hal ini untuk menghindari pasien menutup diri saat wawancara. Pembicaraan mulai dari hal-hal yang bersifat umum, kemudian mengerucut

pada permasalahannya. Pada saat wawancara dengan pasien, peneliti sekilas tampak seperti pasien yang sedang menunggu giliran dilayani. Dengan berpedoman pada daftar pertanyaan, peneliti pelan-pelan mengajukan pertanyaan untuk memperoleh respon pasien yang datang berobat ke Klinik Puri Usadha Denpasar.

Dari 11 pasien dengan keluhan penyakit pikiran yang berobat ke Klinik Puri Usadha Denpasar, kesemuanya rata-rata mengatakan puas atas pelayanan yang diberikan oleh terapis di Klinik Puri Usadha Denpasar. Tidak hanya itu, pasien dengan penyakit pikiran yang dilayani di Klinik Puri Usadha Denpasar rata-rata mengalami perubahan ke arah yang lebih positif. Berbagai keluhan yang dialami oleh pasien tersebut mulai berkurang dan kondisi pasien berangsur-angsur membaik, baik secara jasmani maupun rohani.

IV. SIMPULAN

Dalam memberikan pelayanan kepada pasien penyakit pikiran pada Klinik Puri Usadha Denpasar, ada tiga hal yang menjadi alasan penyakit pikiran dilayani di Klinik Puri Usadha Denpasar. Ketiga alasan tersebut adalah pertama alasan agama yang menekankan pada pelaksanaan *yadnya* (saling tolong menolong secara tulus ikhlas). Kedua adalah alasan sosial yaitu dengan memberikan nasehat-nasehat kepada pasien guna memperbaiki gaya hidupnya ke arah yang lebih positif. Yang ketiga adalah alasan budaya dimana pengobatan penyakit pikiran di Klinik Puri Usadha tidak hanya semata-mata murni pengobatan secara medis, tetapi ada unsur kebudayaan lokal yang bersumber dari lontar-lontar Usadha yang salah satunya adalah Ayurveda dan *Wrashpati Tattwa: Adhidaiwika dukha, Adhiyatmika dukha, dan Adhibautika dukha*.

Proses penanganan penyakit pikiran pada klinik Puri Usadha Denpasar dimulai dari proses pendaftaran, kemudian dianamnesis secara ilmu kedokteran konvensional. Setelah itu baru dirujuk ke pengobatan secara tradisional (*holistic*). Dalam pelayanan secara tradisional ini pasien penyakit pikiran akan diterapi dengan 4 jenis terapi sesuai dengan jenis penyakit pikiran yang diderita pasien. Keempat terapi

tersebut diantaranya: Yoga dan Meditasi, terapi Prana, *Akupresure*, dan Hipnoterapi. Setelah selesai menjalani terapi, pasien akan diberikan nasihat-nasihat positif oleh terapis agar pikirannya normalisasi kembali. Setelah itu baru pasien di persilahkan pulang ke rumah.

Tanggapan pasien penyakit pikiran yang

dilayani di Klinik Puri Usadha Denpasar dalam penelitian ini adalah bervariasi. Namun sebagian besar memberikan tanggapan positif karena pasien penyakit pikiran merasakan adanya perubahan yang positif setelah mendapatkan terapi oleh *Vaidya* atau terapis dari pada sebelum berobat ke Klinik Puri Usadha Denpasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Yati dan Nur Imami Rachmawati. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Alviani, Puput. 2015. *Pijat Refleksi*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru
- Ananda Marga Indonesia. 2001. *Yoga for Health*. Jakarta: Persatuan Ananda Marga Indonesia
- Ardian, Dony Gahral. 2002. *Pilar-pilar filsafat Kontemporer*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Ariana, Ida Bagus Putra Manik & Ida Bagus Budaya. 2016. *Ala Ayuning Dewasa*. Denpasar: ESBE Buku
- Amirullah. 2013. *Metodologi Penelitian Manajemen: Disertai Contoh Judul Penelitian dan Proposal*. Malang: Bayumedia Publishing.
- Basrowi & Sukidin. 2002. *Metode Penelitian Kualitatif Perspektif Mikro*. Surabaya Insan Cendikia.
- Basrowi dan Suwandi. 2008. *Memahami penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Buletin, 2012. *Penyakit Tidak Menular*. Diunduh dari: <http://depkes.go.id>
Diakses tanggal 20 Januari 2018
- Buletin, 2017. *Macam-macam Gangguan Jiwa*. Diunduh dari: <http://dosenpsikologi.com>
Diakses tanggal 06 April 2018
- Campbell, Tom. 1994. *Tujuh Teori Sosial, Sketsa, Penilaian, Perbandingan*. Yogyakarta: Kanisius.
- Charajit, Ghooi Bhopal. 2010. *Spirituality and Health*. New Delhi: Prasanthi Nilayam The Converner Publication Division.
- Conner, M. and Norman P. 2003. *Prediction Health Behavior, Research and Practice with Social Cognition Model*. Buckingham: Open University Press.
- Dash, Bhagawan Vaidya dan Ramaswamy, Suhasisni. 2006. *Ayurveda Ilmu Pengobatan Tradisional India*. Surabaya: Paramitha.
- Dharmika, Ida Bagus. 2017. *Peradaban Air*. Denpasar: Sukha Press.
- Dharmita, Ida Pandita Mpu Siwa-Budha. 2005. *Tuntunan Praktis Meditasi Adhyatmika*. Surabaya: Paramita.
- Donder, I Ketut. 2007. *Kosmologi Hindu*. Surabaya: Paramita
- Dossey. 1997. *Healing Words (kata-kata yang menyembuhkan)*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Emzir. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif dan Kuantitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Foster, George M. & Barbara Gallatin Anderson. 1978. *Medical Antropologi*, New York; John Willey and Son
- _____. 1996. *Antropologi Kesehatan*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Frewley, David, Avinash L, Subhash Renade. 2003. *Ayurveda and Marma Terapi: Energy Point in Yogic Healing*. Diunduh dari: <http://books.google.co.id>
Diakses tanggal 2 Januari 2019
- Greist. 1988. *Depresi dan Penyembuhan*. Jakarta: PT.BPK Gunung Mulia

- Instan Hypnosis. 2002. *Indonesia Hypnosis Center Pelatihan & Terapi*. Mataram: Instan Hypnosis
- Iqbal, Hasan. 2000. *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Gahilia.
- Jelantik, Ida Ketut. 2012. *Wreshapati Tatwa*. Surabaya: Paramita.
- Kadjeng, Nyoman & dkk. 1996. *Sarasamusccaya*. Surabaya: Paramita.
- Kaelan. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif Bidang Filsafat Paradigma Bagi Pengembangan Penelitian Interdisipliner Bidang Filsafat, Budaya, Sosial, Semiotika, Sastra, Hukum dan Seni*. Yogyakarta: Paradigma.
- Kahija. 2007. *Hipnoterapi: Prinsip-Prinsip Dasar Praktek Psikoterapi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kemenkes RI. 2018. *Modul Orientasi Akupresur Bagi Petugas Puskesmas*. Jakarta: Dirjen Yankestradkom.
- _____. 2012. *Modul Orientasi Akupresur Bagi Petugas Puskesmas*. Jakarta: Dirjen Yankestradkom.
- Kumbara. 2010. *Canang Sari Dharma Smerti*. Denpasar: Widya Dharma.
- Moleong, J. Lexy. 1998. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Karya.
- _____. 2004. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyana & Deddy. 2001. *Metodologi Penelitian Kualitatif Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial lainnya*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyono, Anton M. 1989. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Nala. 2001. *Ayurweda 1 Ilmu kedokteran Hindu*. Denpasar: Upada Sastra.
- _____. 2002. *Usadha Bali*. Denpasar: Upada Sastra.
- _____. 2007. *Kosmologi Hindu*. Surabaya: Paramitha.
- Notoatmojo, Soekidjo dan Sarwono, Sarlito W. 1985. *Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Badan Penerbit Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Notoatmojo, Soekidjo. 1993. *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- _____. 2010. *Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset
- Permenkes RI. 2014. *Peraturan Menteri Kesehatan RI Tentang Klinik*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Pilliang, Yasrat Amir. 2004. *Dunia yang Berlari Mencari Tuhan-Tuhan*. Jakarta: PT. Grasindo Anggota Ikapi.
- _____. 2006. *Dunia Yang Dilipat*. Yogyakarta dan Bandung: Jala Sutra.
- Prima Pena, Tt. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gitamedia Press.
- Pudja, I Gede. 1981. *Sarasamusccaya, teks-terjemahan komentar*. Jakarta: Departemen Agama RI.
- Putra & Sadia. 2009. *Wrhaspati Tattwa*. Surabaya: Paramita.
- Ratu Bagus, 2014. *Bio- Enegi, Tertawa dan Pandita*. Denpasar: Deva Communications
- Rema, I Nyoman. 2011. *Penyatuan Siwa Budha*. Denpasar: Program Pascasarjana Institut Hindu Dharma Negeri.
- Renade, Subhash. 2007. *A Textbook of Swasthavritta*. New Delhi: A.K Lihographers.
- Riskedas, 2007. *Riset Kesehatan Dasar*. Diunduh dari: <http://depkes.go.id>
Diakses tanggal 20 Januari 2018
- Ritzer, G. dan Goodman, DJ. 2005. *Teori Sosiologi Modern*. Edisi Keenam. Jakarta: Prenada Media.
- Ritzer, G. 2011. *Sosiologi Ilmu Pengetahuan Berparadigma Ganda*. Jakarta: Rajawali Press.
- Saryono dan Anggraeni Mekar Dewi. 2010. *Metodelogi Penelitian Kualilatif Dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Shigeo Haruyama, 2011. *The Miracle of Endhorphin: Mudah dan Praktis dengan Hormon Kebahagiaan*. Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Soetriono dan Rita Hanafie. 2007. *Filsafat Ilmu dan Metode Penelitian*. Yogyakarta: Andi.
- Somvir. 2007. *Mari Beryoga*. Denpasar: Bali-India Foundation
- Sudartha, Tjok Rai. 2009. *Sarassamuccaya (Smerti Nusantara)*. Surabaya: Paramita.

- Sudiarta, I Nengah. 2017. *Terapi Prana di Klinik Puri Usadha Denpasar*. Tesis. Denpasar: Pascasarjana UNHI.
- Sugiarta, I Ketut. 2016. *Meditasi Raja Yoga di Klinik Puri Usadha Denpasar*. Tesis. Denpasar: Pascasarjana UNHI.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sukayasa I. Wayan, 2010. *Rasa Daya Estetika Relegiusitas Geguritan Sucita*. Denpasar: Yayasan Sari Kahyangan Indonesia.
- Sukayasa & Sarjana. 2013. *Brahma Widya Teks Tattwa Jnana*. Denpasar: Widya Dharma.
- Sura, I Gede & I Wayan Suka Yasa. 2008. *Samkhya dan Yoga*. Denpasar: Lembaga Penelitian UNHI Denpasar.
- Sutawijaya, R. Bagus. 2010. *Bugar dan Fit Dengan Terapi Air*. Yogyakarta: Media Baca.
- Sutrisno Hadi. 1976. *Metodologi Reseach Fakultas Psikologi*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Suyanto, Bagong dan Sutinah (editor). 2005. *Metode Penelitian Sosial: Berbagai Alternatif Pendekatan*. Jakarta: Prenida Media
- Sulasman dan Setia Gumilar, 2013. *Teori- teori Kebudayaan*. Badung: CV. Pustaka Setia
- Stuart & Sudeen. 1998. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 3 Alih Bahasa Achir Yani. S*. Jakarta: EGC
- Tim Penyusun. 2010. *Buku Pedoman Penelitian Usulan Tesis dan Desertasi*. Denpasar: Program Pascasarjana, UNHI Denpasar
- Titib. I Made. 1996. *Veda Sabda Suci*. Denpasar: Paramita
- Triguna, Yudha, dan kawan-kawan Tim Penyusun. 2012. *Buku Ajar Psikologi Agama*. Jakarta: Dirjen Bimas Hindu Indonesia Kemenag RI.
- Vasan lad & Agus Mantik. 2007. *Ayurveda*. Paramitha: Surabaya
- Wijaya. 2010. *Catur Marga*. Surabaya: Paramita.
- Wiryanatha, Ida Bagus. 2014. *Penanganan Disfungsi Seksual Perspektif Ayurveda*. Tesis. Denpasar: Prodi Ilmu Agama dan Kebudayaan Pascasarjana UNHI
- Zoedmulder, P.J. 1995. *Kamus Jawa Kuno-Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.