223938 - Terkena Phobi Sosial

Pertanyaan

Saya terkena penyakit mental dan phobi sosial sekaligus juga kondisi kejiwaan dan was-was kuat. Dan melakukan terapi prilaku atau pengobatan. Apa pendapat anda terkait dengan terapi prilaku atau pengobatan mental. Apakah saya melakukan terapi dengan Al-Qur’an tanpa memakai obat lainnya. Atau harus melakukan terapi dengan Al-Qur’an dan pengobatan mental?

Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Pertama:

Harus kita ketahui bahwa penyakit mental itu ada beberapa tingkatan, diantaranya ada yang ringan dan kemungkinan terapinya cukup dengan terapi prilaku dan arahan kejiwaan tidak membutuhkan pengobatan. Diantaranya ada juga yang berat, seperti hilang akalnya dan hal ini membutuhkan pengobatan.

Harus merujuk ke dokter atau dokter spesialisasi mental. Karena dia lebih mengetahui sebab-sebab yang merusak mentalnya agar dapat berimbang dalam berfikir dan terlepas dari goncangan jiwanya. Terkadang sebagian obat yang bermanfaat dapat membantu anda dalam hal ini. Jangan ragu pergi kepadanya. Karena was-was akan semakin parah. Selayakna anda selesaikan sebelum kehilangan kesempatannya.

Perlu diketahui bahwa disana ada riset ilmiyah modern menguatkan bahwa terapi prilaku yang dikenal dan dialog dengan psikiater dalam kasus fhobia sosial lebih penting dan lebih bermanfaat daripada sekedar obat-obatan.

Untuk tambahan faedah silahkan dilihat disini : http://bit.ly/2YJAgwI

Sementara was-was yang parah terutama dalam fase berat, maka membutuhkan dua hal, terapi kejiwaan prilaku dan mempergunakan Sebagian obat-obatan yang aman. Dibawah pengawasan dokter spesialis. Untuk tambahan faedah silahkan melihat disini : https://bit.ly/3cC6rX2

Dan silahkan melihat jawaban soal jawab di no. 90819 .

Kedua:

Allah telah menjadikan Al-Qur'an dampak yang sangat dalam pada jiwa untuk perbaikan dan meluruskannya bahkan juga untuk pengobatan. Sebagaimana Firman Allah ta'ala:

قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء

فصلت /44

"Katakanlah, "Al-Qur'an adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman." QS. Fuslah: 44.

Dan firman-Nya:

وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين

الإسراء /82

"Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang yang beriman." QS. Al-Isro': 82

Terutama surat Al-Baqarah yang dapat mengusir syetan, dan dengan dzikir-dzikir yang ada dalam rangka penjagaan seorang muslim, tidak mengapa mempergunakan obat-obatan jikalau telah ditetapkan oleh dokter untuk mempergunakannya seperti penjelasan tadi. Dengan terus menerus terapi dengan Al-Qur'an insyaallah semuanya akan mendapatkan kebaikan.

Terakhir:

Seharusnya anda melihat kehidupan ini dengan optimis penuh harapan yang bagus, dan

berprasangka baik kepada Allah azza wa jalla, dan perbaiki hubungan antara anda dengan Allah subahanhu, serta terus menerus berdoa kepada-Nya agar menghilangkan kesusahan anda dan menyingkirkan gundah gulana anda. Jangan berputus asa terhadap rahmat-Nya subhanahu wa ta’ala. Percaya penuh kepada-Nya dan kuatkan bahwa Allah bersama anda tidak akan meninggalkan anda. Sesungguhnya Allah tergantung persangkaan seorang hamba-Nya kepada-Nya. Dan biarkan jangan diteruskan dengan was-was serta berpaling darinya karena hal itu merupakan sebab terbesar dan terpenting dalam rangka penyembuhan anda.

Semoga Allah memberikan taufik kepada anda dan semoga Allah memberikan kesempurnaan nikmat Kesembuhan dan Kesehatan.

Wallahu’alam