

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Bimbingan

1. Definisi Bimbingan

Konsep bimbingan pertama kali diperkenalkan oleh Frank Parson pada tahun 1908, dan sejak saat itu, bidang bimbingan berkembang menjadi profesi khusus dengan peminat dan ahli yang semakin banyak. Pada dasarnya, bimbingan melibatkan pemberian bantuan atau dukungan dalam mencapai tujuan tertentu, dan itu dapat didefinisikan sebagai proses membantu individu membuat keputusan penting yang mungkin berdampak signifikan pada kehidupan mereka.¹

Bimbingan adalah pendekatan praktis yang bertujuan untuk membantu individu dalam membuat keputusan tentang tindakan mereka di masa depan. Tujuan utamanya adalah untuk membantu individu menyelesaikan tugas perkembangan mereka dan mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Bimbingan adalah proses sistematis di mana para ahli memberikan dukungan kepada individu atau kelompok untuk membantu mereka mendapatkan kesadaran diri, memahami lingkungan mereka, dan merencanakan masa depan mereka serta untuk mengatasi berbagai kesulitan atau masalah yang dihadapi dalam hidup.²

Definisi bimbingan menurut para ahli seperti Arthur J. Jones, Bimo Walgito, dan DR. Rahman Natawijaya memberikan pengertian pelengkap tentang tuntunan. Menurut Jones, bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan, penyesuaian, dan memecahkan masalah. Walgito mendefinisikan bimbingan sebagai pertolongan yang diberikan kepada individu atau kelompok dalam menghindari atau mengatasi kesulitan untuk mencapai kehidupan yang sejahtera. Natawijaya melihat bimbingan sebagai proses berkelanjutan yang membantu individu memahami dirinya sendiri, mengarahkan perilakunya secara tepat, dan mencapai perkembangan yang optimal sebagai makhluk sosial, menuju

¹ Program Studi, Fakultas Keguruan, and Universitas Darul Ulum, 'Filosofi Keilmuan Bimbingan dan Konseling Bakhrudin All Habsy', 2 (2017), 1–7.

² Tika Evi, 'Manfaat Bimbingan Dan Konseling Bagi Siswa', 2 (2020), 2–5.

kebahagiaan dan kontribusi yang berarti bagi masyarakat.³ Ayat 2 Surat Al-Maidah memuat kewajiban bagi setiap manusia untuk saling membantu, yang dapat diparafrasekan sebagai berikut:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ
وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya:

“...Hendaklah kalian, wahai orang-orang mukmin tolong menolong sesama mereka dalam berbuat baik dan dalam melaksanakan semua bentuk ketaatan dan jangan saling menolong dalam berbuat kemaksiatan dan melanggar ketentuan-ketentuan Allah. Takutlah hukuman dan siksa Allah, karena siksa-Nya amat kejam bagi orang-orang yang menentang-Nya” Q.S Al-Maidah: 2.⁴

Ayat ini menekankan kewajiban orang beriman untuk saling membantu dan mendukung dalam kebaikan dan ketakwaan. Artinya, kewajiban setiap muslim untuk membantu dan memberikan bantuan kepada orang lain yang membutuhkan, terutama dalam hal-hal yang dapat bermanfaat bagi kebahagiaan dan kesejahteraan. Di sisi lain, ayat tersebut juga melarang membantu dalam perbuatan jahat atau melakukan dosa dan pelanggaran. Oleh karena itu, orang beriman tidak boleh membantu atau mendukung orang lain dalam melakukan hal-hal yang bertentangan dengan ajaran Allah. Sebaliknya, mereka harus menasihati dan mendorong mereka untuk menjauhi perbuatan tersebut dan tetap bertakwa kepada Allah untuk menghindari hukuman-Nya. Dalam konteks pendampingan, ayat tersebut menyoroti tanggung jawab pendamping untuk membimbing dan membantu penerima manfaat mereka menuju jalan kebaikan dan takwa, menuju kehidupan yang bahagia dan memuaskan. Tafsir ayat ini menekankan pentingnya membantu sesama dengan cara-cara yang positif dan mengedepankan nilai-nilai kebaikan dan ketakwaan dalam masyarakat.⁵

³ Abdul Hanan, ‘Meningkatkan Motivasi Belajar Bimbingan Konseling Siswa Kelas VII.C Melalui Bimbingan Kelompok Semester Satu Tahun Pelajaran 2015/2016’, *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 3.1 (2017).

⁴ Miraz Saeful Sandra, ‘Kelompok Sosial Dalam Masyarakat Perspektif QS. AL-Maidah Ayat 2’, *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 6.3 (2018), 6.

⁵ Miraz Saeful Sandra, ‘Kelompok Sosial Dalam Masyarakat Perspektif QS. AL-Maidah Ayat 2’, 7-8

Berdasarkan pembahasan sebelumnya, bimbingan dapat dilihat sebagai suatu proses pemberian bantuan atau bantuan kepada individu atau kelompok dalam menentukan pilihan penting, memecahkan masalah, mencapai tugas perkembangan yang optimal, dan memahami diri sendiri dan lingkungan dalam rangka merencanakan masa depan. Tujuan akhir dari bimbingan adalah untuk membantu individu mencapai kebahagiaan dan memberikan kontribusi yang berarti bagi masyarakat. Proses ini biasanya dilakukan oleh seorang konselor atau ahli secara sistematis.⁶

Bimbingan memainkan peran penting dalam membantu penerima manfaat dalam proses pengembangan diri mereka. Melalui bimbingan, penerima manfaat dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri, kekuatan, dan kelemahan mereka, serta tujuan dan aspirasi mereka. Bimbingan dapat membantu penerima manfaat mengidentifikasi dan mengatasi masalah atau kesulitan yang mungkin menghambat kemajuan mereka, dan memberi mereka alat dan strategi yang mereka butuhkan untuk mengatasi hambatan tersebut. Selain itu, bimbingan juga dapat membantu penerima manfaat mengembangkan keterampilan dan kemampuan mereka, meningkatkan pertumbuhan pribadi mereka, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

2. Fungsi dan Tujuan Bimbingan

Ada beberapa fungsi bimbingan, yaitu sebagai berikut:

- a. Pemahaman
Membantu individu mengembangkan potensi mereka secara optimal.
- b. Preventif
Pencegahan individu dari melakukan hal-hal yang dapat merugikan dan membahayakan diri mereka sendiri.
- c. Pengembangan
Menciptakan situasi yang kondusif dan menyediakan fasilitas untuk proses pengembangan.
- d. Perbaikan atau penyembuhan
Pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah pribadi, sosial, akademik, atau karier.

⁶ Afiatin Nisa, 'Analisis Kenakalan Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Konseling', *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4.2 (2019), 102.

- e. Distribusi
Membantu individu mengembangkan potensi mereka sesuai dengan keterampilan dan kemampuan di bidangnya.
- f. Adaptasi
Membantu individu beradaptasi dengan kondisi lingkungan sekitarnya.
- g. Penyesuaian
Membantu individu beradaptasi di mana pun tempatnya.

Secara umum tujuan bimbingan adalah untuk membantu individu memahami dirinya secara utuh sebagai manusia guna mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Tujuan khusus bimbingan meliputi hal-hal berikut:

- a. Mengembangkan secara optimal segala kemungkinan yang ada pada diri individu.
- b. Membantu mengatasi kesulitan pada individu.
- c. Membantu individu memecahkan masalah.
- d. Membantu individu mempertahankan dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau positif agar tetap baik atau meningkat sehingga mencegah terjadinya masalah bagi diri sendiri dan orang lain.⁷

Tujuan umum bimbingan adalah untuk membantu individu memahami diri sendiri dan mencapai kebahagiaan dalam hidup, sedangkan tujuan khusus adalah membantu individu dalam mengatasi masalah dan kesulitannya serta mempertahankan dan mengembangkan kondisi yang lebih baik untuk dirinya sendiri. Dengan mencapai tujuan tersebut, individu dapat menjadi lebih lengkap dan terpenuhi, baik di dunia maupun di akhirat.

3. Metode Bimbingan

Metode adalah pendekatan, teknik, atau prosedur yang sistematis yang digunakan untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien. Metode dapat dikategorikan berdasarkan mode komunikasi yang digunakan menjadi dua jenis yaitu langsung dan tidak langsung.

- a. Metode langsung, juga dikenal sebagai metode tatap muka, melibatkan mentor yang berkomunikasi langsung dengan mentee. Metode langsung dapat dibagi menjadi dua sub tipe:
 - 1) Bimbingan individu, di mana pembimbing berkomunikasi satu-satu dengan konseli.

⁷ Ramlah, 'Pentingnya Layanan Bimbingan Konseling Bagi Peserta Didik', 1.1 (2018).

- 2) Bimbingan kelompok, di mana pembimbing berkomunikasi dengan konseli dalam kelompok.
- b. Metode tidak langsung, di sisi lain, melibatkan penggunaan media komunikasi massa. Cara ini dapat dilakukan secara perseorangan, seperti melalui surat menyurat atau telepon, atau secara berkelompok atau dalam skala besar, seperti melalui papan bimbingan, surat kabar, majalah, brosur, radio, dan televisi.⁸

Metode bimbingan dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu metode langsung dan metode tidak langsung. Metode langsung dapat dikategorikan lebih lanjut menjadi bimbingan individu dan bimbingan kelompok, sedangkan metode tidak langsung dilakukan melalui media komunikasi massa, yang dapat dilakukan secara individu, kelompok, maupun massal.

B. Bimbingan Mental Spiritual

1. Pengertian Mental Spiritual

Istilah “mental” mengacu pada aspek yang berkaitan dengan sifat dan pikiran manusia, bukan energi. Berasal dari bahasa Yunani dan memiliki arti yang sama dengan “psyche” dalam bahasa Latin, yang berarti “psikis”, “jiwa”, atau “pikiran”. Oleh karena itu, konsep kesehatan jiwa diartikan sebagai keadaan kesejahteraan jiwa seseorang yang bersifat dinamis dan tidak statis, serta dapat menunjukkan peningkatan dari waktu ke waktu.⁹

Kesehatan mental seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mengacu pada sifat, bakat, dan aspek keturunan seseorang. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor lingkungan yang berada di luar kendali seseorang, seperti keluarga, masyarakat, hukum, politik, sosial budaya, agama, dan pekerjaan. Faktor eksternal yang positif dapat berdampak baik bagi kesehatan mental individu, sedangkan faktor eksternal yang negatif dapat berdampak negatif bagi kesehatan mental mereka. Baik faktor internal maupun eksternal memainkan peran penting dalam membentuk kesehatan mental seseorang dan memberikan peluang untuk perubahan positif atau

⁸ Muhammad Andri Setiawan dan Karyono Ibnu Ahmad, *Layanan-Layanan Bimbingan Dan Konseling Pendekatan Qur'ani* (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2021).

⁹ World Health Organization. Department of Mental Health, et al. *Mental health atlas 2005*. World Health Organization, 2005.

negatif. Meningkatkan kesehatan mental melibatkan bekerja pada faktor internal dan eksternal untuk menciptakan pola pikir yang sehat.¹⁰

Dalam QS. Ar-Ra'd (13): 28, mental yang sehat ditandai dengan kedamaian dan ketenangan jiwa.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya:

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hatinya menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah bahwa hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram. Allah Swt. Melalui hal tersebut, terbentuklah manusia yang sehat dengan pola pikir yang dapat hidup tepat sesuai dengan apa yang dipuji, diperintahkan dan juga dilarang oleh Allah. Ketika manusia melupakan Allah, hidupnya terasa hampa, dan ketika manusia menjauhkan diri dari Sang Pencipta; artinya mengosongkan nilai-nilai keimanan.”¹¹

QS. Ar-Ra'd (13): 28 adalah salah satu ayat Al-Qur'an yang menekankan pentingnya memiliki pola pikir yang damai dan tenteram. Ayat tersebut menyatakan bahwa “Orang-orang yang beriman dan yang hatinya tenteram dengan mengingat Allah. Tidak diragukan lagi, dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.” Ayat ini dimaknai sebagai pengingat bahwa orang yang beriman kepada Allah dan senantiasa mengingat-Nya akan memiliki pola pikir yang damai dan tenteram, karena mengingat Allah membawa kedamaian dan kepuasan batin. Hal Ini menekankan pentingnya spiritualitas dan peran yang dimainkannya dalam kesejahteraan mental.¹²

Spiritualitas mengacu pada pencarian batin seseorang akan kesadaran dan hubungan dengan nilai-nilai universal, sedangkan agama berfokus pada praktik eksternal seperti ritus, formalitas, dan kitab suci. Spiritualitas adalah proses transformatif yang

¹⁰ Purmansyah Ariadi, ‘Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam Pendahuluan’, 3.2 (2013).

¹¹ Samain Sam, ‘Konsep Kesehatan Mental Dalam Al-Qur’ān Dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah’, *Atta’dib Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1.2 (2020), 18–29.

¹² Garwan, Muhammad Sakti, Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga, and Gelar Magister Agama. “Geneologi Tradisi Tahlilan dan Tipologi Resepsi QS Ar-Ra’d (13): 28 Pada Masyarakat Kesultanan Ternate.” *UIN Sunan Kalijaga* (2020).

melibatkan berbagai aspek kehidupan, termasuk fisik, emosional, intelektual, dan rasional. Terkait erat dengan cinta, kreativitas, kasih sayang, pengampunan, rasa hormat, kebijaksanaan, kepercayaan, dan rasa persatuan. Ada dua komponen spiritualitas: komponen vertikal, yang melibatkan melampaui ego atau diri, dan komponen horizontal, yang berhubungan dengan Tuhan, jiwa, alam semesta, dan kekuatan lain yang lebih tinggi. Spiritualitas membantu individu menemukan makna dan tujuan hidup serta merefleksikan nilai-nilai pribadi yang dapat membawa perubahan positif. Memiliki mental spiritual sangat penting dalam mengembangkan individu yang utuh dan bermakna, dan kedua komponen tersebut dapat memengaruhi individu untuk mengambil tindakan dan membuat perbedaan positif dalam hidup manusia.¹³

2. Fungsi Bimbingan Mental Spiritual

Spiritualitas memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan mental dengan mengurangi stres dan mendorong pemikiran rasional melalui mengingat kekuatan yang lebih tinggi. Bimbingan mental spiritual dapat membantu membentuk karakter moral seseorang, mendorong mereka untuk bertindak dengan kebajikan dan etika serta menghindari perilaku yang dapat menimbulkan akibat negatif seperti kejahatan. Dalam ajaran Islam, bimbingan spiritual dianggap sebagai pondasi perilaku dan tindakan yang baik. Mentalitas atau jiwa yang sehat diyakini akan melahirkan perbuatan baik, menuju kehidupan yang memuaskan dan bahagia, baik secara mental maupun fisik.

Fungsi bimbingan mental spiritual dalam Islam adalah untuk membantu individu mengembangkan hubungan yang kuat dengan Allah SWT dan untuk mencapai kedamaian dan ketenangan batin. Hal ini juga bertujuan untuk membimbing individu menuju jalan yang benar, membantu mereka mengatasi kesulitan dan tantangan mereka, dan memberi mereka tujuan dan arah dalam hidup. Bimbingan mental spiritual dalam Islam memainkan peran penting dalam membentuk moral dan nilai individu, membantu mereka menjalani kehidupan yang berbudi luhur dan beretika. Menekankan pentingnya refleksi diri,

¹³ Mengko, Seska Meily Hermin, and Vesty Like Sambeka. "Pengaruh spiritualitas kerja terhadap kepuasan kerja dosen Politeknik Negeri Manado." *Jurnal Akuntabilitas Manajemen Pendidikan* 6.1 (2018): 76-89.

peningkatan diri, dan pengendalian diri, yang mengarah pada kehidupan yang lebih damai dan puas.¹⁴

Selain, bimbingan mental spiritual dalam Islam berfungsi sebagai sarana untuk mengatasi stres dan kecemasan. Mendorong individu untuk tidak berpaling dari kepada Allah Swt pada saat kesusahan dan untuk mencari bimbingan dan bantuan-Nya. Membantu individu mempertahankan pola pikir positif dan keadaan emosi yang seimbang, yang sangat penting untuk kesehatan mental yang baik. Secara keseluruhan, fungsi bimbingan mental spiritual dalam Islam adalah untuk membantu individu menjalani kehidupan yang memuaskan dan terarah dengan mengembangkan hubungan spiritual yang kuat dengan Allah Swt dan mengadopsi ajaran Islam sebagai panduan untuk kehidupan sehari-hari manusia.

3. Dampak Bimbingan Mental Spiritual

Istilah “dampak” mengacu pada efek atau pengaruh signifikan yang dimiliki sesuatu terhadap seseorang, kelompok, organisasi, atau lingkungan. Efek ini dapat berupa positif atau negatif, dan besarnya dapat berkisar dari kecil hingga signifikan.¹⁵

Dampak bimbingan mental spiritual dalam Islam sangat signifikan berfungsi sebagai sarana untuk menghubungkan individu dengan iman mereka dan membantu mereka mengembangkan hubungan yang lebih kuat dengan Allah SWT. Bimbingan mental spiritual dalam Islam memberikan tuntunan dan arahan dalam semua aspek kehidupan, termasuk perilaku pribadi dan sosial, serta mendorong individu untuk berjuang demi keunggulan moral. Dengan mengikuti bimbingan mental spiritual, individu mampu mencapai rasa damai, puas, dan kepuasan batin. Membantu mengurangi stres dan kecemasan dengan mengingatkan individu bahwa mereka tidak sendirian dalam perjuangan mereka dan bahwa Allah Swt selalu ada untuk mereka. Hal ini dapat berdampak positif pada kesehatan mental, karena meningkatkan rasa harapan dan ketahanan.

Bimbingan mental spiritual dalam Islam dapat memberikan dampak positif bagi masyarakat secara keseluruhan. Mendorong

¹⁴ Ahmad Yusuf Afandi, Sabar Al Ghazal, Ayi Sobarna, ‘Implikasi Pendidikan Qs. Ali Imron Ayat 104 Tentang Amar Ma’ruf Nahi Munkar Terhadap Akhlak’, *Islamic Education*, 2.No. 2 (2022).

¹⁵ Pusat Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), 234.

individu untuk menjadi baik, penuh kasih, dan bekerja menuju kemajuan masyarakat. Ini dapat mengarah pada komunitas yang lebih harmonis dan damai, karena individu bekerja menuju tujuan bersama untuk melayani Allah Swt dan membantu orang lain.¹⁶

Secara keseluruhan, dampak bimbingan mental spiritual dalam Islam sangat signifikan, karena meningkatkan rasa aman, kedamaian batin, dan perilaku positif.

C. Penyandang Disabilitas Mental

1. Pengertian Disabilitas Mental

Manusia ciptaan Tuhan tidak selalu sempurna, dan beberapa mungkin memiliki kekurangan yang membuatnya tampak tidak normal atau berbeda. Sayangnya, orang-orang ini sering menghadapi distigmatisasi karena kecacatannya, yang dapat merusak martabat kemanusiaan mereka. Yang dimaksud dengan “cacat” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah suatu kekurangan yang mengurangi mutu atau nilai sesuatu sehingga kurang sempurna. Penyandang disabilitas seringkali dikucilkan dari partisipasi penuh dalam kegiatan sosial karena keterbatasan fisik, mental, intelektual, atau sensorik. Menurut Goffman, individu penyandang disabilitas seringkali terbatas dalam kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan orang lain, sehingga menimbulkan persepsi dan asumsi negatif bahwa mereka menjadi beban masyarakat. Terlepas dari tantangan ini, penyandang disabilitas harus dianggap sebagai anggota masyarakat yang setara dan harus memiliki akses yang sama terhadap hak dan tanggung jawab mereka. Karena mereka termasuk dalam kelompok rentan, penting untuk memperlakukan mereka dengan hati-hati dan melindungi mereka dari segala bentuk diskriminasi atau ancaman, dan memastikan bahwa hak asasi mereka dilindungi setiap saat.¹⁷

Disabilitas Mental mengacu pada berbagai kondisi yang memengaruhi fungsi kognitif dan emosional seseorang, yang mengarah pada keterbatasan kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan terlibat dalam interaksi sosial. Kondisi ini dapat berkisar dari gangguan perkembangan

¹⁶ Novian, Ai Dede. “Dampak Bimbingan Mental Spiritual terhadap keberagaman warga binaan sosial (WBS) di Rumah Sosial Bina Insan Bangun Daya 2 Ceger Jakarta Timur.” (2013).

¹⁷ et al. Kurniadi, Y U., ‘Penyandang Disabilitas Di Indoneisa’, *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7.2 (2020), 408–20.

seperti autisme dan kecacatan intelektual hingga penyakit mental seperti depresi dan skizofrenia. Gejala dan tingkat keparahan disabilitas mental bervariasi tergantung pada individu dan dapat memengaruhi berbagai bidang kehidupan mereka, termasuk pekerjaan, hubungan, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Dukungan psikologis dan sosial seringkali diperlukan untuk membantu individu dengan disabilitas mental mengelola gejala mereka dan meningkatkan fungsi mereka.¹⁸

Menurut Pedoman dan Penggolongan Gangguan Jiwa (PPDGJ) bahwa gangguan mental biasanya ditandai dengan serangkaian gejala atau perilaku yang signifikan secara klinis yang menyebabkan penderitaan atau gangguan pada satu atau lebih area fungsi yang penting, seperti fungsi sosial atau pekerjaan. Gejala atau perilaku tersebut dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti faktor biologis, psikologis, atau lingkungan, dan dapat memengaruhi pikiran, emosi, dan perilaku seseorang.¹⁹

Undang-Undang Penyandang Disabilitas Nomor 8 Tahun 2016 merupakan undang-undang Indonesia yang bertujuan untuk melindungi dan memajukan hak-hak penyandang disabilitas di negara ini. Undang-undang memberikan pedoman bagi pemerintah, organisasi, dan individu tentang bagaimana menyediakan akses dan fasilitas bagi penyandang disabilitas di berbagai sektor, termasuk pendidikan, ketenagakerjaan, kesehatan, dan layanan publik. Undang-undang tersebut juga mengamankan pembentukan Dewan Nasional Penyandang Disabilitas, yang bertanggung jawab untuk mengkoordinasikan dan memantau pelaksanaan undang-undang tersebut. UU Penyandang Disabilitas merupakan langkah penting untuk memastikan bahwa penyandang disabilitas diperlakukan secara adil dan memiliki akses yang sama terhadap kesempatan dalam masyarakat Indonesia.²⁰ Kementerian Sosial di Indonesia menyediakan berbagai program pencegahan dan pengobatan bagi penyandang disabilitas mental. Program-program ini meliputi:

¹⁸ Fajar Rinawati dan Moh Alimansur, '(Asmedi, 2016).', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5.1 (2016), 34.

¹⁹ Rusdi Maslim, *Diagnosis Gangguan Jiwa* (Jakarta: Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK Unika Atma Jaya, 2013), 7.

²⁰ Halalia, Mugi Riskiana. "Pemenuhan Hak Politik Penyandang Disabilitas Sesuai Dengan Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas oleh Komisi Pemilihan Umum (KPU) Kota Yogyakarta." *Supremasi Hukum: Jurnal Kajian Ilmu Hukum* 6.2 (2016).

a. Deteksi dan intervensi dini

Program ini bertujuan untuk mendeteksi dini disabilitas mental dan memberikan intervensi dini untuk mencegah kondisi menjadi lebih buruk. Program ini melibatkan pemeriksaan dan penilaian rutin terhadap anak-anak dan orang dewasa untuk tanda-tanda cacat mental.

b. Konseling dan terapi

Kementrian menyediakan layanan konseling dan terapi bagi penyandang disabilitas mental dan keluarganya. Sesi konseling dan terapi bertujuan untuk membantu individu mengatasi kondisi mereka, mengelola emosi dan perilaku mereka, dan meningkatkan keterampilan sosial dan komunikasi mereka.

c. Rehabilitasi dan pelatihan keterampilan

Kementrian menyediakan program rehabilitasi dan pelatihan keterampilan untuk membantu penyandang disabilitas mental meningkatkan kemampuan fisik, mental, dan sosial mereka. Program-program tersebut bertujuan untuk meningkatkan kemandirian, harga diri, dan kualitas hidup mereka.

d. Layanan berbasis komunitas

Kementrian menyediakan layanan berbasis komunitas untuk memungkinkan penyandang disabilitas mental hidup mandiri dan berpartisipasi dalam kehidupan komunitas. Layanan tersebut meliputi kegiatan sosial dan rekreasi, pelatihan kejuruan, dan penempatan kerja.

e. Pendidikan dan kesadaran kesehatan mental

Kementrian melakukan program pendidikan dan kesadaran kesehatan mental untuk mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap penyandang disabilitas mental. Program tersebut bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang disabilitas mental dan mempromosikan penerimaan dan inklusi penyandang disabilitas mental di masyarakat.

Program ini ditujukan untuk memberikan perawatan holistik dan komprehensif bagi penyandang disabilitas mental di Indonesia.²¹ Penyandang disabilitas mental dapat memiliki berbagai kondisi yang memengaruhi fungsi kognitif, emosional, dan perilaku mereka. Kecacatan mental dapat berkisar dari ringan

²¹ Kementrian Sosial, *Pencegahan Dan Penanganan Bagi Penyandang Disabilitas Mental* (Jakarta: Kemensos, 2018), 15-16.

hingga berat dan dapat mencakup kondisi seperti kecacatan intelektual, gangguan spektrum autisme, skizofrenia, gangguan bipolar, depresi, dan gangguan kecemasan. Penyebab disabilitas mental juga bisa beragam, mulai dari faktor genetik hingga faktor lingkungan, dan pendekatan pengobatan bisa berbeda tergantung kondisi spesifik dan tingkat keparahannya. Penting untuk diperhatikan bahwa penyandang disabilitas mental tidak boleh hanya ditentukan oleh kondisi mereka, dan harus diperlakukan dengan martabat, rasa hormat, dan kesempatan yang sama.

2. Faktor-Faktor Disabilitas Mental

Manusia adalah makhluk yang kompleks dengan berbagai dimensi yang saling berhubungan dan saling mempengaruhi. Masalah dalam satu dimensi dapat berdampak signifikan pada dimensi lain, memengaruhi kesejahteraan dan fungsi secara keseluruhan. Penting untuk mengambil pendekatan holistik terhadap kesehatan dan kebugaran, mengatasi semua dimensi kehidupan seseorang untuk meningkatkan kesehatan dan fungsi yang optimal.²² Penyebab disabilitas mental karena kombinasi dari berbagai faktor, antara lain faktor somatik atau organobiologis, faktor psikologis atau psikoedukasi, faktor sosial budaya atau sosiokultural, dan faktor spiritual. Penjelasan sebagai berikut:

- a. Faktor somatik meliputi neuroanatomi, neurofisiologi, nerokimia, tingkat kematangan dan perkembangan organik, serta faktor prenatal dan perinatal.
- b. Faktor psikologis meliputi interaksi ibu-anak, peran ayah, kecerdasan, hubungan dalam keluarga, pekerjaan, permainan, dan masyarakat, kehilangan yang mengakibatkan kecemasan, depresi, rasa malu atau bersalah, konsep diri, keterampilan, bakat, kreativitas, pola perilaku, adaptasi, dan tingkat perkembangan emosional.
- c. Faktor sosial budaya meliputi stabilitas keluarga, pola pengasuhan anak, tingkat ekonomi, perumahan, masalah kelompok minoritas, pengaruh ras dan agama, dan nilai-nilai sosial-budaya.
- d. Faktor spiritual berperan sebagai perlindungan diri terhadap berbagai penyebab masalah, dan individu dengan spiritualitas

²² Ema Hidyanti, *Dasar-Dasar Bimbingan Rohani Islam* (Semarang: Karya Abadi, 2015), 93.

religius rendah lebih rentan mengalami gangguan jiwa dibandingkan individu dengan spiritualitas religius tinggi.²³

Individu yang memiliki spiritualitas religius yang tinggi ditemukan memiliki kemungkinan yang lebih kecil untuk mengalami gangguan jiwa dibandingkan dengan mereka yang memiliki spiritualitas religius yang rendah. Namun, penting untuk dicatat bahwa hubungan ini mungkin tidak sama untuk semua individu dan dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti budaya, kepercayaan pribadi, dan pengalaman individu.

3. Ciri-Ciri Disabilitas Mental

Orang dengan gangguan jiwa biasanya menunjukkan perilaku yang berbeda dari apa yang dianggap normal di masyarakat. Beberapa ciri individu penyandang disabilitas mental antara lain sebagai berikut:

- a. Cenderung menampilkan perilaku a-sosial, eksentrik, dan patologis kronis, kurang kesadaran sosial dan kecerdasan. Mereka mungkin juga fanatik, individualistis, dan menolak norma budaya dan konvensi sosial.
- b. Sering berperilaku aneh, kasar, kurang ajar, dan agresif terhadap orang yang mereka anggap sebagai ancaman atau gangguan, bahkan ketika tidak ada alasan yang jelas untuk itu.
- c. Mungkin menunjukkan reaksi sosiopat yang dapat menjadi gejala gangguan kepribadian, kondisi psikoneurotik, atau reaksi psikotik.²⁴

Disebutkan bahwa disabilitas mental dapat menimbulkan berbagai karakteristik pada individu yang mengarah pada gangguan jiwa, antara lain perilaku, sikap, dan reaksi sosiopat. Gambaran ini mungkin berlaku bagi individu yang saat ini sedang mengalami gangguan jiwa.

4. Gejala Disabilitas Mental

Untuk menggambarkan gejala disabilitas mental, ada dua jenis gejala:

- a. Gejala positif termasuk halusinasi, di mana individu dengan disabilitas mental mendengar suara atau melihat hal-hal yang tidak ada, dan delusi, di mana mereka memiliki keyakinan kuat yang bertentangan dengan kenyataan. Gagal berpikir juga

²³ *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: PT Dana Bhakti, 1996), 15–16.

²⁴ Dwi Tiya Rahmawati, 'Terapi Terhadap Klien Eks Psikotik Di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras Yogyakarta', (2018): 24.

merupakan gejala, di mana mereka tidak dapat memproses pikiran dan emosinya, dan sering tertawa atau berbicara sendiri.

- b. Gejala negatifnya, di sisi lain, termasuk kehilangan motivasi, apatis, dan kurangnya minat dalam hidup, yang dapat membuat mereka tampak malas. Meskipun mereka mungkin dapat menerima hadiah dan perhatian, mereka mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka. Depresi juga umum terjadi dan dapat menyebabkan individu menarik diri dari lingkungannya dan lebih suka menyendiri.²⁵

Penyandang disabilitas mental preferensi untuk menyendiri dan diam, yang merupakan ciri khas introvert, terkadang dapat menyebabkan kesulitan atau masalah tertentu.

5. Kebutuhan Disabilitas Mental

Dalam mendukung pemulihan penyandang disabilitas mental, mereka membutuhkan alat khusus yang memenuhi kebutuhan unik mereka. Terlepas dari kondisinya, penyandang disabilitas mental memiliki hak yang sama dengan orang lain, dan berikut adalah beberapa kebutuhan khusus yang diperlukan untuk mendukung :

- a. Lingkungan yang mendukung yang memberikan kenyamanan, keamanan, dan kebebasan dari stigma sosial.
- b. Rumah yang berfungsi sebagai sarana komunikasi antara fasilitas perawatan dan masyarakat, seperti pusat penitipan anak dan rumah singgah.
- c. Perawatan medis, termasuk antipsikotik, penstabil suasana hati, dan layanan medis lain yang efektif.
- d. Konsultasi tentang masalah saat ini, perawatan medis, dan masalah psikososial.
- e. Pelatihan sosial dan kejuruan, termasuk bimbingan agama, terapi ADL, terapi keterampilan, terapi kerja, terapi seni, terapi dinamika kelompok, dan lain-lain.
- f. Kesempatan kerja dan modal usaha bagi individu penyandang disabilitas mental yang telah melalui fase post hospitalisasi dan berada pada fase akut.
- g. Perlakuan khusus bagi penyandang disabilitas mental yang mengikuti pelatihan atau bekerja, termasuk periode cuti khusus dan akomodasi untuk cuti sakit yang diperpanjang.

²⁵ Yosep Iyus dan Titin Sutini, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa* (Bandung: Refika Aditama, 2014), 218–219.

- h. Akses ke asuransi kesehatan nasional untuk masalah kejiwaan, karena pengobatan untuk disabilitas mental biasanya memerlukan komitmen jangka panjang.
- i. Kesetaraan dalam hak kesehatan, ekonomi, sosial, dan politik, serta partisipasi dalam pemilu dan kesehatan reproduksi.
- j. Perlindungan hukum yang menjamin hak penyandang disabilitas mental terkait kondisi kesehatan jiwanya saat ini.
- k. Organisasi sosial untuk penyandang disabilitas mental untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka terkait kesehatan mental dan melindungi hak-hak mereka. hak ekonomi, sosial, dan politik, serta partisipasi dalam pemilu dan kesehatan reproduksi.
- l. Perlindungan hukum yang menjamin hak penyandang disabilitas mental terkait kondisi kesehatan jiwanya saat ini.
- m. Organisasi sosial untuk penyandang disabilitas mental untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka terkait kesehatan mental dan melindungi hak-hak mereka. hak ekonomi, sosial, dan politik, serta partisipasi dalam pemilu dan kesehatan reproduksi.
- n. Perlindungan hukum yang menjamin hak penyandang disabilitas mental terkait kondisi kesehatan jiwanya saat ini.
- o. Organisasi sosial untuk penyandang disabilitas mental untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka terkait kesehatan mental dan melindungi hak-hak penyandang disabilitas.²⁶

Penyandang disabilitas mental memiliki hak asasi manusia yang sama seperti orang lain, termasuk hak untuk menerima perawatan dan dukungan yang tepat untuk memungkinkan mereka menjalani kehidupan normal semaksimal mungkin. Mereka membutuhkan alat khusus untuk mendukung kondisi mereka, seperti lingkungan yang mendukung, perawatan medis, konsultasi, pelatihan sosial dan kejuruan, pekerjaan, perlindungan hukum, dan organisasi sosial. Dengan menyediakan kebutuhan ini, kita dapat membantu mereka menjalani kehidupan yang bermartabat dan memastikan bahwa hak-hak mereka terlindungi.

6. Kebutuhan Spiritual Penyandang Disabilitas Mental

Setiap manusia memiliki kebutuhan spiritual dasar yang penting untuk kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Sebagai

²⁶ Rehabilitasi ODK, *Buku Panduan Rehabsos Melalui Unit Informasi Dan Layanan Sosial (ULS) Bagi ODK*, 10.

mahluk yang bersifat biologis, psikologis, sosial, kultural, dan spiritual, manusia rentan terhadap perubahan dan tantangan yang dapat muncul dari masalah kesehatan dan kebutuhan yang tidak terpenuhi.²⁷

Pemenuhan kebutuhan spiritual sangat penting bagi manusia dan tidak terbatas pada aspek biologis saja. Sehingga hal tersebut merupakan bagian integral dari kehidupan manusia, dan mencapai kehidupan yang baik melibatkan pemenuhan kebutuhan spiritual. Oleh karena itu, penyandang disabilitas mental juga membutuhkan dukungan spiritual sebagai bagian dari proses penyembuhannya.

Memenuhi kebutuhan spiritual individu penyandang disabilitas mental melibatkan kepuasan hubungan mereka dengan Tuhan, perasaan diri mereka, dan tujuan hidup mereka. Ini menyoroti pentingnya memenuhi kebutuhan ini, terutama pada penyandang disabilitas mental, di mana membaca Al-Qur'an dan menghafal doa dapat membantu mengurangi ketegangan sistem saraf dan meningkatkan ketenangan dan relaksasi. Studi tersebut menunjukkan bahwa mendengarkan bacaan Al-Qur'an dapat memiliki efek positif pada individu penyandang disabilitas mental, yang mengarah pada penyembuhan fisik dan emosional. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut, keterlibatan orang-orang tersayang sangatlah penting, karena penyandang disabilitas mental mungkin memiliki kesehatan mental yang tidak stabil.²⁸

Kesehatan jiwa yang tidak stabil menjadi pengaruh pemenuhan kebutuhan spiritual. Namun hal tersebut dapat dilihat dari tingkat kekambuhan. Kekambuhan tersebut dapat terjadi apabila tidak stabilnya status mental disabilitas mental. Selain mengamati tingkat kekambuhan dapat dilihat juga dari taatnya minum obat, dan cara berinteraksi dengan orang lain.

Kesehatan jiwa yang tidak stabil dapat berdampak pada pemenuhan kebutuhan spiritual bagi individu penyandang disabilitas mental. Hal ini terlihat pada angka kekambuhan penyakit jiwa yang dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kepatuhan minum obat dan interaksi sosial. Individu dengan kesehatan mental yang tidak stabil mungkin berjuang untuk

²⁷ Hermin Husaeni dan Abdul Haris, 'Aspek Spiritualitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Pasien', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9.2 (2020), 960–65.

²⁸ Kadek Verlyanita Septoarini, Desak Made Widyantari, dan Ni Made Dian Sulistiowati, 'Hubungan Antara Pemenuhan Kebutuhan Aspiritual Dengan Tingkat Status Mental Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)', *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 1.2 (2018), 69–75.

mempertahankan praktik dan keyakinan spiritual mereka, yang dapat menyebabkan kesulitan dalam menemukan makna dan tujuan hidup. Penting untuk mengatasi masalah kesehatan mental untuk memberikan kesejahteraan secara keseluruhan dan mendukung individu dalam perjalanan spiritual.

D. Penelitian Terdahulu

Penelitian sebelumnya dilakukan untuk mengumpulkan informasi dan pengetahuan tentang topik tertentu, yang kemudian dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya. Membantu untuk menghindari duplikasi dan memastikan bahwa penelitian baru dibangun di atas pengetahuan yang ada. Selain itu, penelitian sebelumnya dapat memberikan landasan untuk pengembangan teori dan hipotesis baru.

1. Penelitian dengan judul “Bimbingan Agama Islam dalam Meningkatkan Spiritualitas Individu Disabilitas Mental di Rumah Sosial Disabilitas Martani Cilacap” yang dilakukan oleh Yulina Mukaromah Tsaniyah berfokus untuk mengkaji bagaimana bimbingan agama Islam dapat meningkatkan spiritualitas individu penyandang disabilitas mental. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa proses pembinaan agama Islam didasarkan pada dua landasan, yaitu landasan agama dan landasan psikologis.²⁹

Penelitian Yulina Mukaromah Tsaniyah dan Penelitian penulis sama-sama membahas tuntunan agama atau spritual bagi penyandang disabilitas mental, namun fokusnya berbeda. Kajian Yulina Mukaromah Tsaniyah bertujuan untuk meningkatkan spiritualitas individu penyandang disabilitas mental, sedangkan penelitian penulis berpusat pada pemberian layanan bimbingan spiritual mental kepada individu penyandang disabilitas mental.

2. Penelitian dengan judul “Bimbingan Islam dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa (SQ) di Sekolah Unggul Islam Tuah Yayasan Al-Jenderami Selangor Malaysia” oleh Siti Triyuwanti bertujuan untuk mengkaji tahapan bimbingan Islami dalam meningkatkan kecerdasan spiritual (SQ) siswa pada Al-Jenderami Selangor Malaysia Islamic Excellence School. Studi ini menemukan bahwa proses bimbingan Islam melibatkan dua tahap, yaitu

²⁹ Yulina Mukharomah Tsaniyah, ‘Bimbingan Agama Islam Dalam Meningkatkan Spiritualitas Penyandang Disabilitas Mental Di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Martani Cilacap’, 2021.

membangun hubungan antara mentor dan siswa, dan tahap identifikasi, diagnosis, pembelajaran, kesadaran, dan evaluasi.³⁰

Penelitian Siti Triyuwanti dan penelitian penulis sama-sama berpusat pada topik tuntunan agama atau spritual, namun berbeda dalam fokus spesifiknya. Penelitian Siti Triyuwanti difokuskan pada bimbingan Islam untuk meningkatkan kecerdasan spiritual (SQ) siswa, sedangkan penelitian penulis meneliti tentang bimbingan mental-spiritual bagi individu penyandang disabilitas mental.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Aji Putra Nugraha dengan judul “Implementasi Bimbingan Kerohanian Dalam Meningkatkan Ketahanan Anak Jalanan di Yayasan Bina Insan Mandiri Depok” bertujuan untuk menggali implementasi bimbingan kerohanian, intensitasnya, dan dampaknya terhadap tingkat ketangguhan anak jalanan di yayasan. Studi ini menemukan bahwa program bimbingan spiritual telah menginternalisasi nilai-nilai spiritual pada anak jalanan dan meningkatkan ketahanan mereka untuk mengatasi keterpurukan, termasuk kegiatan seperti murajaah, membaca Al-Qur’an, dan pendidikan Al-Qur’an.³¹

Kesamaan antara penelitian Aji Putra Nugraha dengan penelitian penulis terletak pada fokusnya pada bimbingan spiritual. Adapun perbedaan dari kedua penelitian tersebut adalah penelitian Aji Putra Nugraha membahas tentang implementasi bimbingan spiritual dalam meningkatkan resiliensi anak jalanan, sedangkan penelitian penulis berpusat pada bimbingan mental-spiritual bagi individu penyandang disabilitas mental.

E. Kerangka Berpikir

Bimbingan mental spiritual adalah bentuk bantuan yang penting bagi individu, karena membantu mereka dalam membuat keputusan yang mengubah hidup dan mencapai pertumbuhan pribadi. Klasifikasi metode bimbingan mental spiritual didasarkan pada kebutuhan spiritual individu penyandang disabilitas mental.

Spiritualitas sangat penting untuk menemukan makna dan tujuan hidup. Namun, penyandang disabilitas mental menghambat proses pembinaan mental spiritual Di Rumah Sosial Penyandang Disabilitas Mental Sono Rumecko Grobogan, penyandang disabilitas

³⁰ Siti Triyuwanti, ‘Bimbingan Islami Dalam Meningkatkan Spiritual Quotient (SQ) Pelajar Di Sekolah Kecemerlangan Islam Tuah Yayasan Al-Jenderami Selangor Malaysia’, 2020.

³¹ Aji Putra Nugraha, ‘Implementasi Bimbingan Spiritual Dalam Meningkatkan Resiliensi Anak Jalanan Di Yayasan Bina Insan Mandiri Depok’, 2021.

mental belum sepenuhnya pulih, dan mereka membutuhkan perawatan rutin selain bimbingan mental spiritual. Kerangka berpikir ini memungkinkan pemahaman yang mudah tentang hubungan antara berbagai faktor yang menentukan isu-isu penting.

Gambar2. 1 Kerangka Berpikir

