

BAB II

BIMBINGAN SPIRITUAL ISLAM DAN GANGGUAN MENTAL

A. Kajian Pustaka

1. Bimbingan Spiritual Islam

a. Pengertian Bimbingan Spiritual Islam

Bimbingan disebut Guidance dalam bahasa Inggris yang biasanya berarti pertolongan atau petunjuk. Atau disebut dengan nasehat. Kata kepemimpinan secara harfiah berasal dari kata *guide*, yang berarti “membimbing, membantu, dan mengarahkan”. Konseling juga dapat diartikan sebagai pekerjaan seseorang profesional untuk memaksimalkan kemampuannya untuk mengambil keputusan yang ditentukan sendiri tentang berbagai masalah sehingga pasien dapat menjadi orang yang berguna dalam hidupnya, baik untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain.¹

Bimbingan ini juga dibagi dua, secara istilah dan bahasa. Jika secara istilah bimbingan adalah memimpin, menunjukkan, mengarahkan dll, secara bahasa bimbingan adalah suatu langkah yang diberikan kepada seorang manusia untuk memberikan rangsangan cara berfikir yang kemudian dapat di diterapkan dalam keluarga, lingkungan atau masyarakat memperoleh pemahaman yang jelas.²

Pendapat lain mengenai bimbingan, dari Tambuwal Bimbingan ialah proses membantu seseorang secara langsung, berupa kegiatan yang memberikan pemahaman, bimbingan, pengaruh dan fokus pada pengembangan, yakin bahwa konseling dapat dipahami sebagai suatu proses pengolahan masalah individu yang disertai oleh seseorang profesional atau juga disebut konselor secara sukarela untuk mengubah perilakunya.

¹ Moh. Hidayat S. Latinapa, Nurul Faizah, *Nilai Spiritual bimbingan dan Konseling*, (Jurnal pendidikan Ilmiah, 2018) 2

² Kaliyatun. *Bimbingan dan konseling Islam Dalam Meningkatkan Relijius Siswa sekolah Menengah Atas (SMA)*. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 2. 1 (2020): 98

Konsultasi adalah kombinasi dari layanan, sedangkan konsultasi adalah salah satu layanan yang dikelola. Layanan bimbingan, termasuk layanan konseling, bertujuan untuk meningkatkan citra diri seseorang dalam bidang kebutuhan pendidikan, sosial, emosional, fisik, integritas, dan moral.³

Pendapat lain mengenai bimbingan dari Kartadinata ialah bimbingan adalah proses mendukung orang dalam perkembangan optimal mereka sehingga mereka dapat membuat keputusan dan membuat pilihan sendiri. Pembangunan yang optimal adalah pembangunan yang sesuai dengan potensi dan sistem nilai yang dianut. Fokus dari bimbingan adalah promosi pengembangan individu di lingkungan. Perkembangan terjadi melalui interaksi yang sehat antara individu dan lingkungan, oleh karena itu kerja kepemimpinan menitikberatkan pada upaya menciptakan lingkungan bagi perkembangan manusia.⁴

Pendapat lain mengenai bimbingan menurut Walgito adalah menyatakan bahwa bimbingan merupakan bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengenai kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya agar individu atau sekumpulan individu-individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya. Ada juga pendapat lain dari, Priyatno dan Anti menyatakan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang, baik anak-anak, remaja maupun dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.

³ Kaliyatun. *Bimbingan dan konseling Islam Dalam Meningkatkan Relijius Siswa sekolah Menengah Atas (SMA)*. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 2. 1 (2020): 98

⁴ Bakhruhin All Habsy, *Filosofi Keilmuan Bombingan dan Konseling*, (Jurnal Pendidikan 2017) 2

Menurut Musnawar dalam bimbingan Islam, kepemimpinan Islam adalah proses membantu individu hidup sesuai dengan tujuan Allah agar bahagia di dunia dan di akhirat. Melalui ini dapat diperoleh pemahaman bahwa membantu individu tidak ada bedanya, melainkan konsep dalam kepemimpinan Islam yang bersumber dari Al-Qur'an dan al-Hadits.⁵

Spiritual adalah sesuatu yang berhubungan dengan yang bersifat kejiwaan batin, batin. Pendapat W. H. Thomas mengungkapkan pendapat melalui “the Four Wishes”, bahwa yang menjadi sumber kejiwaan agama (spiritual) ialah ada empat macam keinginan dasar yang ada dalam jiwa manusia yaitu:⁶

- 1) Keinginan untuk keselamatan
- 2) Keinginan dalam mendapatkan penghargaan
- 3) Keinginan untuk ditanggapi
- 4) Keinginan akan pengetahuan atau pengalaman baru.⁷

Menurut Dadang Hawar, dalam pengertian spiritual pemahaman spiritual mencakup hal-hal yang berkaitan dengan kehidupan beragama. Kehidupan beragama seseorang yang merupakan bagian dari kodrat manusia meliputi nilai-nilai moral, etika dan hukum, yaitu orang yang taat hukum adalah bermoral dan etis; Orang yang bermoral dan beretika juga berarti dia religius. Salah satu aspek spiritualitas adalah upaya tekad untuk terus meningkatkan kebijaksanaan dan kemauan seseorang, untuk mencapai hubungan yang lebih dekat dengan ketuhanan dan alam semesta, serta menghilangkan angan-angan dari persepsi salah yang berasal dari indera, emosi, dan pikiran.⁸

⁵ Baidi Bukhori, *Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jurnal Bimbingan Konseling Islam 1, 2014) 5

⁶ Jalaludin dan Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Kalam, 1998), 25

⁷ Jalaludin dan Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Kalam, 1998), 25

⁸ Dadang Hawari, *Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa Perspektif Al-Qur'an dan As-Sunnah*, (Jakarta: Badan Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2015), 6.

Sementara itu Mimi Doe dan Marsha Walch mengungkapkan bahwa spiritual adalah dasar bagi tumbuhnya harga diri, nilai-nilai, moral, dan rasa memiliki. Ia memberi arah dan arti bagi kehidupan kita tentang kepercayaan mengenai adanya kekuatan non fisik yang lebih besar dari pada kekuatan diri kita; Suatu kesadaran yang menghubungkan kita langsung dengan Tuhan, atau apa pun yang kita namakan sebagai sumber keberadaan kita. Spiritual juga berarti kejiwaan, rohani, batin dan mental.⁹

Bimbingan spiritual memiliki makna yang sama dengan bimbingan agama Islam. Dengan demikian bimbingan spiritual dapat diartikan sebagai bimbingan yang berupa membantu individu baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengenal dirinya, lamun dapat mengembangkan potensi dirinya, maupun menyesuaikan diri dengan lingkungannya, memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dapat dikembangkan, berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan pengalaman agamanya yang akan dirasakan manfaatnya dalam kehidupan.¹⁰

Bimbingan spiritual adalah bimbingan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman pasien tentang agama yang diyatakan sehingga dapat menerapkannya kedalam kehidupan. Dapat dimagnai bahwa bimbingan spiritual Islam adalah upaya atau proses yang dilakukan oleh konselor terhadap pasien yang sedang menghadapi masalah dengan pengetahuan pemahaman pasien tentang agam yang berlandasan Islam sesuai dengan Al-Qur'an dan Hadits yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat menerapkannya dalam kehidupannya. Dan dapat mewujudkan kebahagiaan di dunia maupun di akhirat.¹¹

⁹ Noor Mazinah, *Peran Guru Bimbingan Konseling (BK) Dalam Membantu Menyelesaikan Permasalahan Siswa (Studi Kasus di Mts Negeri Semarang)*, (Semarang: Pascasarjana IAIN Walisongo, 2008), 63.

¹⁰ Giyono, *Bimbingan Konseling*, (Bandar Lampung: Media Akademi 2105), 4.

¹¹ Slamito, *bimbingan di sekolah*, (Jakarta: Bina Aksara, 1998), 10-12

b. Konsep Bimbingan Spiritual Islam

Bimbingan spiritual Islam adalah proses membantu setiap individu secara terarah, berkesinambungan dan sistematis untuk mengembangkan potensi atau karakter religiusnya dengan menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur'an dan hadits-hadits Nabi agar dapat mengikuti petunjuk al-Qur'an dan sunnah. Ketika internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Sunnah tercapai dan kualitas keagamaan dikembangkan secara optimal, seseorang dapat mengembangkan hubungan yang baik dengan Allah SWT, manusia dan alam semesta, yang merupakan perannya sebagai khalifah di dunia. Perwujudan peran dalam pengabdian kepada Tuhan.¹²

Bimbingan spritual Islami seperti pembinaan tradisional, merupakan proses pembinaan, tetapi bagaimanapun juga didasarkan pada ajaran Islam, yaitu pada Al-Qur'an dan Sunnah Nabi, yaitu.¹³

- 1) Hidup sesuai dengan ketentuan esensi Allah SWT, sesuai dengan kodrat, sunnah dan hakikat sebagai makhluk Allah SWT.
- 2) Hidup menurut petunjuk Allah SWT yaitu sesuai petunjuk yang ditetapkan Allah melalui Rasul-Nya (ajaran Islam).
- 3) Hidup sesuai dengan aturan dan petunjuk Allah SWT berarti menyadari keberadaan dirinya sendiri dan menjadi ciptaan Tuhan yang diciptakan oleh Allah¹⁴

c. Tujuan Bimbingan Spiritual Islam

Tujuan pendampingan spiritual adalah untuk membantu pasien dengan masalah psikologis, sosial dan agama, yang sebagian besar juga memiliki pasien dengan penyakit fisik dan mental. Sebuah layanan bimbingan spiritual yang menawarkan bantuan, nasihat dan dorongan untuk memecahkan masalah pribadi pasien,

¹² A, Hallen, *Bimbingan dan Konseling*. Edisi Revisi. (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), 16-17

¹³ Aunur rahmat Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press 2001), 14

¹⁴ Aunur rahmat Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press 2001), 14

diharapkan dapat mengatasi masalah yang berada di luar jangkauan dokter, sehingga pasien akhirnya dapat meningkatkan kesehatannya secara umum maupun fisik, psikologis, aspek sosial dan keagamaan.¹⁵

Dan didalam tujuan Bimbingan Spiritual diatas memiliki poin-poin diantaranya adalah:

- 1) Akan melakukan perubahan, memperbaiki, kesehatan, membersihkan psikis dan spiritual. Jiwa juga dapat mejadi tenang, juga lemah lembut dan damai, sikap yang baik dan bijak, dan diberi petunjuk oleh Allah.
- 2) Untuk melakukan perubahan perilaku, meningkatkan derajat yang dapat membawa manfaat bagi seseorang itu sendiri, lingkungan sekitar, lingkungan keluarga, lingkungan pekerjaan, dan lingkungan sosial.
- 3) Membangkitkan kecerdasan (emosional) pada diri pribadi untuk tampil dan berkembang toleransi, solidaritas, tolong menolong dan kasih sayang
- 4) Penciptaan kecerdasan spiritual batin individu, ciptakan keinginan untuk taat kepada tuhan, dpatuhi semua perintahnya, bertahan serta terima cobaan yang diberikan.
- 5) Untuk membangkitkan potensi suci, sehingga seseorang dapat menjalankan tugasnya dengan baik dan benar, dapat menangani berbagai masalah dalam kehidupan dengan baik, juga dapat memberikan manfaat dan keamanan bagi lingkungan dalam segala aspek kehidupan.¹⁶
- 6) Membantu pasien untuk meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri sesuai dengan keterampilan, minat, pribadi dengan kesempatan yang ada
- 7) Membantu proses permasyarakatan dan sensitivitas kepada ketubuhan orang lain

¹⁵ Agus Riyadi. ' *Dakwah Terhadap paien: Telaah Terhadap Model Dakwah Melalui Sistem Layanan bimbingan rohani Islam di Rumah Sakit.* ' Jurnal Bimbingan dan Konseling, 5. 2 (2014) 248

¹⁶ Amin, *Samsul Munir, Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: AMZAH,2010), 43.

- 8) Memberikan dorongan didalam pengarahannya diri, pemecahan masalah, pengambilan keputusan dan keterlibatan diri sendiri dalam masalah yang ada
- 9) Mengembangkan nilai dan sikap secara menyeluruh dan serta perasaan sesuai dengan penerimaan diri
- 10) Membantu didalam tingkahlaku individu
- 11) Membantu pasien untuk memperoleh kepuasan pribadi dan dalam penyesuaian diri secara maksimal
- 12) Membantu pasien untuk hidup didalam kehidupan yang seimbang dalam berbagai aspek fisik, mental dan sosial.

d. Fungsi bimbingan spiritual Islam

Tugas konseling adalah membantu pasien dengan masalah kesehatan mental untuk memecahkan masalah dengan benar. Menurut Achmad Mubarak, peran konseling adalah memberikan layanan yang mendorong pasien untuk menghadapi masalah-masalah kehidupan dengan menggunakan kemampuannya sendiri. Tugas seorang penasihat spiritual meliputi yang berikut ini¹⁷

1) Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman adalah fungsi pelayanan yang menghasilkan pemahaman tentang sesuatu dari pihak-pihak tertentu sesuai juga dengan kepentingannya individu, pemahaman diri dan lingkungan.

2) Fungsi pencegahan

Fungsi pencegahan yaitu fungsi yang menghasilkan tercegahnya dan terhindarnya seseorang dalam berbagai permasalahan yang mengganggu, mengambat, merugikan dan membahayakan dirinya sendiri

3) Fungsi pengentasan

Fungsi ini sebagai fungsi penyembuhan atau fungsi terapeutik yang berarti menyembuhkan. Mitigasi ini akan membantu mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi oleh individu atau pasien baik melalui sifatnya, jenis dan bentuknya.

¹⁷ Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta:Quantum Teaching, 2005), h 53

4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Fungsi yang menghasilkan terpelihara dan berkembang berbagai potensi dan kondisi seseorang dalam rangka pengembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan

5) Fungsi penyembuhan

Fungsi ini yang berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan keadaan seseorang yang sedang mengalami masalah

6) Fungsi perbaikan

Fungsi ini untuk membantu seseorang sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berfikir, kehidupan, perasaan, bertindak dan berkehendak¹⁸

Menurut Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan¹⁹ fungsi dari bimbingan dan konseling adalah:

- 1) Pemahaman artinya, membantu pasien memahami dirinya dan lingkungan sekitar dari mulai pendidikan, pekerjaan, dan norma agama.
- 2) Preventif atau pencegahan adalah konselor yang berusaha untuk selalu meramalkan berbagai masalah yang mungkin timbul dan berusaha mencegahnya agar tidak terjadi pasien tidak mengalami masalah tersebut.
- 3) Pengembangan, konselor selalu berusaha untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pasien.
- 4) Perbaikan atau penyembuhan, fungsi dari pedoman pengobatan fungsi ini berkaitan erat dengan pemberian bantuan kepada pasien yang mengalami masalah.
- 5) Penyaluran, ialah fungsi bimbingan dalam membantu pasien memilih kegiatan dalam masyarakat.
- 6) Penyesuaian diartikan, fungsi bimbingan dalam membantu pasien untuk beradaptasi secara dinamis

¹⁸ Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta:Quantum Teaching, 2005), h 53

¹⁹ A. Juntika, Nurihsan, Yusuf, Syamsu, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. remaja Rosdakarya, 2010), 15-16

dan konstruktif dengan kondisi dan aturan sosial serta norma agama.²⁰

e. Bentuk-bentuk Bimbingan Spiritual Islam

Adapun bentuk-bentuk bimbingan spiritual Islam menurut Adz-Dzaky yaitu:

- 1) Membaca ayat-ayat suci Al-Qur'an, surat-surat tertentu yang ada hubungannya dengan permasalahan yang sedang dihadapi seseorang. Manfaatnya atau tujuannya adalah: memberikan nasehat, tindakan pencegahan dan perlindungan, tindakan pengobatan dan penyembuhan.
- 2) Penyucian diri, yang dimaksud ialah suatu upaya untuk menghilangkan najis dan kotoran yang terdapat dalam diri seseorang secara psikologis dan rohaniyah. Adapun tindakan dengan penyucian jiwa dan rohaniyah, pengingkaran terhadap Allah dan Rosulnya adalah dengan memberikan bimbingan, pengalaman tentang ilmu tauhid dan melakukan pertobatan.
- 3) Pengajaran Al-Quran, yang dimaksud yaitu menyampaikan dan memahamkan tentang makna dan pesan-pesan Al-Quran secara tersirat dan hakikat. Dengan teknisnya yaitu; konseling dan psikoterapi²¹

Ada juga menurut Riyadh, dari pengamatan maupun pengkajian hadist-hadist Rasulullah SAW, diantaranya yang terpenting ialah:

- 1) Penyembuhan dengan iman

Rasulullah SAW., bersabda, “Saya benar-benar kagum dengan qadha Allah terhadap orang beriman. Sesungguhnya seluruh hal yang terjadi senantiasa baik dalam pandangan seorang mukmin. Sikap hidup seperti ini tidak dimiliki kecuali oleh mereka, orang-orang yang beriman. Jika hidup dalam kelapangan maka ia bersyukur sehingga keadaan lapang tersebut menjadi lebih baik baginya. Demikian juga, jika ia

²⁰ A. Juntika, Nurihsan, Yusuf, Syamsu, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. remaja Rosdakarya, 2010), 15-16

²¹ Hamdani Baknan Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al-manar, 2004), h, 404-405

ditimpa kesusahan maka ia bersabar dan itulah baik baginya.”

- 2) Penyembuhan dengan beribadah contohnya dengan bersuci, wudhu, shalat, zakat, puasa, haji, zikir, doa
- 3) Berdoa kepada Allah agar cepat diangkat penyakitnya²²

f. Pelaksanaan Bimbingan Spiritual Islam

Dalam pelaksanaan bimbingan spiritual Islam menurut Musfir bin Said Zahrani, bahwa pelaksanaan bimbingan spiritual Islam ada beberapa poin yaitu:²³

1. Tahap Awal

- a) Persiapkan kondisi dan keadaan yang menguntungkan dengan mengeluarkan lukisan dari dalam rumah hingga malaikat berkenan memasuki rumah tersebut. Selain itu juga dengan menyingkirkan peralatan rumah yang dianggap mistis dan juga membuang sesuatu yang bisa saja menghalangi pasien dari menerima pertolongannya.
- b) Menghilangkan benda yang ada di rumah tersebut dari hal-hal yang melanggar syariat seperti laki-laki yang memakai perhiasan emas atau wanita yang bersolek.
- c) Memberi ajaran aqidah seadanya kepada pasien dan keluarganya yang bertujuan agar tergantung kepada Allah tidak yang lain.
- d) Membedakan metode yang ada dengan menerangkan bahwa Al-Quran merupakan penawar akan penyakit.
- e) Mengadakan diagnosis yaitu dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada pasien untuk mengetahui gejala-gejala yang ada pada pasien.
- f) Hendaknya petugas, konselor, dan pasien berwudhu terlebih dahulu sebelum melakukan terapi.

²² Hamdani Baknan Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al-manar, 2004), h, 404-405

²³ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, (Jakarta:Gema Insani Pres, 2005), h.661

- g) Apabila santrinya adalah wanita, maka hendaknya terapi tidak dimulai hingga ia membenarkan pakaian sampai tidak ada yang terbuka ketika berjalannya terapi, dan juga terapi dilakukan ketika ada mahramnya yang mendampingi.
- h) Petugas atau konselor yang akan melakukan terapi juga berdoa kepada Allah agar berkenan membantunya dalam melakukan terapi dan mengeluarkan penyakit mental yang di derita pada pasien.²⁴

2. Tahap Terapi

Tahap terapi adalah pelaksanaan bantuan pasien atau bimbingan spiritual Islam. Ada beberapa metode pada terapi yang digunakan dalam bimbingan spiritual Islam, diantaranya yaitu:

a) Shalat

Menurut bahasa, salat adalah berdoa dan meminta kebaikan dan pujian dari Allah. Sebagaimana dipahami oleh Syariah, para ahli hukum berarti ucapan dan tindakan yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam dalam kondisi tertentu. Pertemuan hati dengan Allah, yang membuatnya takut dan membawa ke dalam jiwa rasa keagungan, keagungan dan kesempurnaan kekuatan.

Shalat merupakan salah satu bentuk ibadah jasmani yang memiliki banyak manfaat, baik sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT maupun sebagai sarana pembentukan seseorang atau kelompok menjadi muslim yang beriman.

Shalat juga memiliki efek positif pada tubuh manusia. Dapat membantu menggerakkan bagian tubuh pasien sehingga semua sendi dan pembuluh darah di tubuh tidak kaku, serta dapat memperlancar aliran darah. Shalat itu sendiri sebenarnya menyatukan seluruh bagian luar tubuh

²⁴ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, (Jakarta:Gema Insani Pres, 2005), h.661

mulai dari berdiri, rukuk, duduk, menumpangkan tangan dan menutup mata.

Begitu juga dengan bagian dalam, mulai dari menyibukkan hati dengan niat, perasaan hati dengan takut dan berharap, menghadirkan otak dan akal dengan pengagungan dan pemulihan. Semua itu cukup penting membantu pasien dalam penyembuhan

b) Zikir

Secara etimologi Zikir berasal dari kalimat dzakara, yang mempunyai beberapa makna. Diantaranya adalah mengingat dan menghafal dengan lidah maupun dengan hati. Mengingat sesuatu atau menyebutnya dengan lidah.²⁵

Kemudian Zikir juga dapat diartikan dengan mengingat sesuatu atau menghafal sesuatu dengan hati. Oleh karena itu Zikir itu terbagi menjadi dua bagian. Pertama, Zikir berarti mengingat dan kedua, Zikir dapat dimaksudkan dengan sesuatu yang disebut dengan lidah dan hati secara bersamaan.²⁶

Menurut imam An-nawawi “Berzikir adalah sesuatu amalan yang disyariatkan dan sangat dituntut didalam Islam. Ia boleh dilakukan dengan hati atau lidah dan yang baik dengan keduanya secara bersama. Dan jika tidak memungkinkan secara bersama maka Zikir juga bermaksud shalat, membaca Al-Quran, bertasbih, berdzikir, bersyukur, dan taat.

Pendapat lain dari al-Hafiz Ibnu Hajar al-‘Asqalani: “Zikrullah juga bermakna melakukan perkara yang wajib atau yang sunat seperti membaca Al-Quran, membaca hadist, dan mengikuti majlis-majlis ilmu. Zikir merupakan ibadah verbal ritual, yang tidak terkait dengan waktu, tempat atau keadaan, dan jika manusia

²⁵ Ahmad Yani Nasution, *Analisis Zikir dan Doa Bersama*, Jurnal Madani, Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Humaniora, Vol 1, 1

²⁶ Ahmad Yani Nasution, *Analisis Zikir dan Doa Bersama*, Jurnal Madani, Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Humaniora, Vol 1, 1

menyibukan diri untuk melakukannya, menghasilkan pengetahuan dan penglihatan dalam dirinya, karena dalam konteks dasarnya masuk dalam kategori verbal. Ia mencakup semua kata sederhana atau gabungan yang mengandung nama Tuhan, baik secara eksplisit ataupun implisit siapapun yang mengucapkan kata ini memiliki niat untuk menjunjung tinggi nama yang disebut yakni tuhan dengan alasan yang pasti.²⁷

Zikir merupakan latihan yang bernilai ibadah untuk mendapatkan keberkahan sejati dari Allah. Juga merupakan sesuatu cara untuk menyebut mensucikan sifat-sifat Allah akan kesempurnaan.

Zikir juga memiliki mafaat, keuntungan, salah satunya ialah dapat membantu hati menjadi tenang. Karena itulah mesti dilakukan, agar hati senantiasa tenang dan senantiasa mengingat Allah.

Dari penjelasan terapi Zikir diatas dapat disimpulkan bahwa terapi Zikir adalah pengobatan psikologis dengan mengingat Allah dengan cara membaca lafal tertentu dan disertai dengan perenungan terhadap petunjuk Allah tampakkan.²⁸

c) Ruqyah

Ruqyah merupakan salah satu bentuk penyembuhan yang berbasis Islam, penerapannya didasarkan pada bimbingan Al-Quran dan hadist, dengan kata lain dalam prosesnya adalah menggunakan bacaan ayat-ayat Al-Quran dan do'a-do'a yang telah dianjurkan oleh Rasulullah, ada beberapa bentuk bentuk ruqyah yang bisa diterapkan yaitu seperti berdoa, basmalah, dan isti'adzah (memohon perlindungan) sambil meletakkan tangan pada bagian yang sakit, do'a sambil mengusap dengan tangan kanan, meniup (nafas) di kedua tangan sambil membaca

²⁷ Ahmad Yani Nasution, *Analisis Zikir dan Doa Bersama*, Jurnal Madani, Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Humaniora, Vol 1, 1

²⁸ Ahmad Yani Nasution, *Analisis Zikir dan Doa Bersama*, Jurnal Madani, Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Humaniora, Vol 1, 1

mu'awwidzat (al-Ikhlās, al-Falaq, dan an-nas) dan juga dengan al-Fatihah sambil mengumpulkan air dan meludahkannya.²⁹

Ruqyah juga sebagai salah satu pengobatan yang dianjurkan dalam Islam, maka ruqyah harus memenuhi unsur dan rukunya agar dapat memenuhi pasien dan dapat mencapai keadaan yang di inginka. Proses ruqyah yang berorientasi pada spiritual berarti nilai-nilai spiritual dijadikan sebagai pedoman, kemudian memberikan integrasi nilai dalam jiwa dan raga secara seimbang, sehingga pasien dapat menjalankan fungsinya untuk berusaha semaksimal mungkin. Sebagaimana telah dijelaskan dalam jurnal Dedy, bahwa ruqyah sebagai pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit yang indentifikasinya pada dimensi internal manusia.³⁰

d) Doa

Doa adalah obat dari gangguan kecemasan, dapat memberikan efek *katarsis* (pembersihan) bagi yang mengamalkannya, dan kata-katanya yang baik secara otomatis menjadi nasehat bagi diri sendiri. permintaan kepada orang lain (pernyataan).), mengakui dan bertobat dari kesalahan, meminta ampun (pengakuan), menangis dan meminta maaf dalam keadaan mendesak (mendesak), menunjukkan rasa hormat dan niat (ibadah), mengharapakan kehadiran Tuhan (doa) dan mengungkapkan rasa syukur kepada-Nya.³¹

e) Puasa

Kitab Ihya'Ulumiddin menyatakan bahwa lapar memiliki banyak manfaat, antara lain:

²⁹ Aliyah Laila Afiyati, *Ruqyah Sebagai Pengobatan Berbasis Spiritual Untuk Mengatasi Kesuruan*, Jurnal: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Vol,16, 2

³⁰ Aliyah Laila Afiyati, *Ruqyah Sebagai Pengobatan Berbasis Spiritual Untuk Mengatasi Kesuruan*, Jurnal: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Vol,16, 2

³¹ Larry Dossey, dalam buku Mustamir, *Potensi SQ, EQ, IQ Al Faatihah*, (Jakarta: Diva Press, 2009), 287

1) hati yang murni; 2) dapat merasakan nikmatnya Zikir; 3) kehilangan harga diri dan kebahagiaan; 4) peringatan azab Allah, peringatan orang-orang yang selamat dari bencana; 5) memudahkan ibadah di malam hari. Puasa adalah perasaan yang membuat manusia belajar untuk taat dan bertakwa kepada Allah SWT, selalu merasa terlindungi, sehingga tidak mudah berbuat maksiat meski tidak ada yang melihat. Latih kesabaran Anda untuk mendapatkan apa yang Anda inginkan pada waktu yang disepakati. Latihan jiwa keadaan ini bertujuan untuk menjinakkan jiwa manusia dan menjadikannya suci dan sabar.³²

f) Tobat

Penyembuhan berarti memulihkan keadaan semula, memulihkan jiwa orang ke keadaan semula. Beberapa orang menyerahkan urusan haram kepada Allah SWT dan menghargai pengambilan keputusan yang baik. Ada dua aspek penting penyembuhan: pengetahuan dan kesabaran. Dengan pengetahuan dia tahu bahwa kesalahannya adalah sumber dosa. Kemudian berusaha dengan sabar untuk memurnikan pikiran Anda sesuai dengan petunjuk dari pendeta. Pertobatan memberi orang harapan untuk hidup baru, bebas dari bayang-bayang masa lalu, dan itu menjadi tindakan yang terus diperbarui untuk memperkuat lembaran kosong. Selain berusaha melatih jiwanya lebih jauh, agar tidak lagi tergoda untuk berbuat maksiat.³³

³² Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin, Terjemah Ihya' Ulumiddin Jilid 5, Terj.Moh. Zuhri, et al, (Semarang: Asy-Syfa,2009), 219-231*

³³ Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin, Terjemah Ihya' Ulumiddin Jilid 7, Terj.Moh. Zuhri, et al, (Semarang: Asy-Syfa,2009), 280-281*

2. Gangguan Mental

a. Pengertian Gangguan Mental

Kita dengan mudah mengenali seseorang yang sakit. Dia yang memiliki tumor, tekanan darah tinggi atau sakit kepala. Penyakit yang ada pada tubuh kita dikenali oleh anak-anak dan orang tua dan dapat dirasakan. Ketika ada gangguan pada tubuh, seseorang berbicara tentang rasa sakit atau secara khusus tentang penyakit fisik.

Sebagai analogi penyakit fisik, tentu saja ada sakit, penyakit, gangguan jiwa. Jika sakit fisik mencakup semua kelainan tubuh, organ, jaringan, sel, dan proses fisiologis, maka gangguan mental juga mencakup kelainan psikologis.³⁴

Memahami adanya gangguan jiwa tidak semudah mengenali gangguan fisik. Banyak faktor yang berkontribusi pada konsensus tentang bagaimana memahami gangguan mental ini. Selain faktor budaya yang menginterpretasikan konsep kesehatan dan penyakit dari satu budaya ke budaya lainnya, ada juga faktor individu yaitu persepsi dan perasaan yang sifatnya sangat subjektif.

Namun, gangguan logam diakui di masyarakat. Gangguan mental ini, seperti halnya gangguan fisik, pada prinsipnya terjadi di semua masyarakat. Gangguan jiwa ada dimana-mana. Gangguan mental dalam beberapa hal disebut perilaku abnormal (*abnormal behavior*), yang juga dianggap sama dengan sakit mental (*mental illness*), sakit jiwa (*insanity, lunacy, madness*) selain terdapat pula istilah-istilah yang serupa, ialah: *distress, discontrol, disadvantage, disability, inflexibility, irrationality, syndromal pattern, dan disturbance*. Berbagai istilah dalam beberapa hal dianggap sama, namun lain digunakan secara berbeda. Dalam *international classification diseases (ICD)* dan *diagnostic and statistical manual of mens disorders (DSM)* digunakan istilah “mental disorder” yang diterjemahkan menjadi gangguan jiwa,

³⁴ Moeljono Notosoedirjo, Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan, (Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2001, 41

dan untuk keperluan tertulis (buku) ini digunakan istilah gangguan mental untuk maksud yang sama.³⁵

Secara sederhana, gangguan mental dapat dimaknai sebagai tidak adanya atau kekurangan dalam hal kesehatan mental. Dari pengertian ini, orang yang menunjukkan kurang dalam hal kesehatan mentalnya, maka dimaksudkan sebagai orang yang mengalami gangguan mental. Pengertian ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Kaplan yang menyatakan gangguan mental itu artinya penyimpangan dari keadaan ideal dari suatu kesehatan mental merupakan indikasi adanya gangguan mental.

Pengertian lain, gangguan mental dimaksud sebagai adanya penyimpangan dari norma-norma perilaku, yang mencakup pikiran, perasaan, dan tindakan. Orang yang depresi dan alkoholik, adalah orang yang mengalami gangguan mental karena terjadi adanya penyimpangan perilaku, orang yang depresi perasaannya sangat tertekan dan orang yang alkoholik tidak dapat menahan tindakannya secara konsisten mengkonsumsi minuman beralkohol. Perilaku yang dilakukan secara konsisten atau repetitif terutama perilaku yang tidak dikehendaki meruokan indikasi gangguan mental.³⁶

Ciri ciri mental sakit ialah Mental yang sakit dari aspek psikis, sosial, moral religius dan dari aspek kesehatan fisik, memiliki ciri yang berkebalikan arah dengan karakteristik mental sehat. Secara sosial misalnya, Seseorang yang gagal dalam beradaptasi secara positif dengan lingkungannya dikatakan mengalami gangguan mental. Proses adaptif ini berbeda dengan penyesuaian sosial, karena adaptif lebih aktif dan didasarkan atas kemampuan pribadi sekaligus melihat konteks sosialnya.³⁷

³⁵ Moeljono Notoesdirjo, Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan, (Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2001, 41

³⁶ Moeljono Notoesdirjo, Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan, (Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2001, 41

³⁷ Purmansyah Ariadi, Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam, Jurnal: Syifa' Medika, Vol. 3, No. 2, 2013

Gangguan mental yang dijelaskan oleh A. Scott, meliputi beberapa hal diantaranya adalah:

- 1) Salah dalam penyesuaian sosial, orang yang mengalami gangguan mental perilakunya bertentangan dengan kelompok dimana dia ada.
- 2) Ketidakbahagiaan secara subyektif
- 3) Kegagalan beradaptasi dengan lingkungan.
- 4) Sebagai penderita gangguan mental menerima pengobatan psikiater dirumah sakit, namun ada sebagian yang tidak mendapat pengobatan tersebut.

Gangguan mental dapat dikatakan sebagai perilaku abnormal atau perilaku yang menyimpang dari norma-norma yang berlaku dimasyarakat, perilaku tersebut baik yang berupa pikiran, perasaan maupun tindakan. Stress, depresi dan alkoholik tergolong sebagai gangguan mental karena adanya penyimpangan. Penyakit yang dimaksud disini yakni keyakinan mereka terhadap kebenaran Nabi Muhammad SAW sangat lemah. Kelemahan keyakinan itu, menimbulkan kedengkian, iri hati dan dendam terhadap nabi SAW, agama dan orang-orang Islam. Ciri-ciri metal yang tidak sehat lainnya adalah:³⁸

- 1) Perasaan tidak nyaman (*inadequacy*)
- 2) Perasaan tidak nyaman (*insecurity*)
- 3) Kurang memiliki rasa percaya diri (*self-confidence*)
- 4) Kurang memahami diri (*self-understanding*)
- 5) Kurang mendapat kepuasan dalam berhubungan sosial
- 6) Ketidakmatangan emosi
- 7) Kepribadian terganggu

b. Jenis Individu Gangguan Mental

Penyakit mental memiliki jenis atau tipe berbeda yang juga akan berpengaruh terhadap tingkat parahnya penyakit. Beberapa tipe penyakit sosial yaitu:³⁹

- 1) Kecemasan

Rasa tidak aman individu dari hilangnya makna hidup (*the meaning of life*). Manusia secara

³⁸ Purmansyah Ariadi, Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam, Jurnal: Syifa' Medika, Vol. 3, No. 2, 2013

³⁹ Mubarok Ahmad, Jiwa dalam Al-qur'an (Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern), (Jakarta: Paramadina, 2000). 19.

alami perlu mencari makna dalam hidup. Makna hidup diniliki oleh manusia ketika ia memiliki kehormatan dan merasa hidupnya dibutuhkan oleh orang lain serta mampu. Mengerjakan sesuatu yang bermakna untuk orang lain. Orang yang mengalami kecemasan adalah orang yang tidak memiliki prinsip hidup, sehingga hidupnya tidak berarti. Apa yang dilakukan adalah mengikuti trend atau arus modernisasi⁴⁰.

2) Kesepian

Gangguan mental berupa kesepian terjadi sebagai akibat dari hubungan interpersonal antara orang-orang yang tidak lagi hangat dan tulus. Kegersangan antar manusia ini disebabkan karena semua manusia menggunakan topeng sosial untuk menyembunyikan kepribadian mereka, dalam komunikasi interpersonal, orang modern tidak memperkenalkan diri dan selalu menampilkan diri sebagai orang lain. Manusia modern mengidap perasaan sepi, meski dia berada ditengah keramaian.

3) Kebosanan

Hidup yang tidak bermakna dan hubungan dengan orang lain tidak hangat karena tidak ada ketulusan hati, menyebabkan manusia modern menderita gangguan mental berupa kebosanan. Kecemasan dan kesepian yang berkelanjutan lambat laun juga akan menyebabkan seseorang mengalami kebosanan. Manusia seperti ini merasa bosan dengan berpura-pura, bosan dengan kepalsuan, namun tidak tahu harus melakukan apa untuk menghilangkan bosan dalam hidupnya.⁴¹

4) Perilaku Menyimpang

Kecemasan, kebosanan dan kesepian yang diderita berkelanjutan menyebabkan seseorang tidak tahu harus bagaimana. Dalam keadaan jiwa yang kosong dan rapuh ini, individu tidak mampu berfikir

⁴⁰ Mubarak Ahmad, Jiwa dalam Al-qur'an (Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern), (Jakarta: Paramadina, 2000). 19.

⁴¹ Mubarak Ahmad, Jiwa dalam Al-qur'an (Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern), (Jakarta: Paramadina, 2000). 19.

jauh, kecenderungan kepada memuaskan motif kepada hal-hal yang rendah manjadi sangat kuat. Manusia seperti ini mudah diajak atau dipengaruhi untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan, meskipun perbuatan itu menyipang dari norma moral.⁴²

5) Skizofrenia

Skizofrenia biasanya terjadi pada usia muda antara akhir usia remaja hingga 20an akhir, penyakit ini merupakan gangguan pada kognitif, emosi dan tingkah laku yang masih belum ditentukan pasti penyebabnya. Tanda-tanda gejala orang yang menderita skizofrenia adalah:⁴³

- a. Dalusi: penderita skizofrenia tidak mampu membedakan realita dan khayalan. Penderita lebih sering mempercayai bahwa apa yang ada di dalam khayalannya adalah kenyataan dan tidak menyadari keadaan realita yang sebenarnya.
- b. Halusinasi: Mendengar atau melihat sesuatu yang tidak nyata
- c. Berbicara tidak jelas: tidak mampu berbicara dengan baik, seperti memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan pertanyaan yang ditanyakan dalam percakapan sehari-hari.
- d. Gejala Negatif: Yang dimaksud disini adalah tidak berjalannya fungsi emosi manusia. Seperti misalnya berbicara datar tanpa nada atau ekspresi wajah, tidak melihat ke lawan berbicara ketika sedang berbicara, tidak memiliki semangat atau minat terhadap kegiatan sehari-hari dan tidak memiliki niat dalam melakukan interaksi sosial dengan orang lain.⁴⁴

⁴² Mubarak Ahmad, Jiwa dalam Al-qur'an (Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern), (Jakarta: Paramadina, 2000). 19.

⁴³ Berry Choresyo, Soni Akhmad Nulhaqim, & Hery Wibowo "Kesadaran Masyarakat Terhadap Penyakit Mental" (Jurnal Prosiding KS: Riset & Pkm) Vol:2, 3

⁴⁴ Berry Choresyo, Soni Akhmad Nulhaqim, & Hery Wibowo "Kesadaran Masyarakat Terhadap Penyakit Mental" (Jurnal Prosiding KS: Riset & Pkm) Vol:2, 3

6) Depresi

Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah masyarakat. Berawal dari stress yang tidak diatasi, maka menjadikan seseorang jatuh ke fase depresi. Penyakit ini sering diabaikan karena dianggap bisa hilang sendiri tanpa pengobatan. Orang yang mengalami depresi umumnya mengalami gangguan yang meliputi emosi, motivasi, fungsional, dan gerakan tingkah laku serta kognisi. Menurut Atkinson depresi sebagai gangguan mood yang dicirikan tak ada harapan dan patah hati, ketidakberdayaan yang berlebihan, tak mampu mengambil keputusan memulai suatu kegiatan, tak mampu berkonsentrasi, tak punya semangat hidup, selalu tegang dan selalu ingin bunuh diri.⁴⁵

7) Trauma

Trauma psikologis adalah gangguan mental yang lahir akibat kejadian atau peristiwa traumatik. Peristiwa traumatic dapat diderita, dialami, dan bertahan dalam waktu yang cukup lama, atau berulang oleh penderita. Peristiwa tersebut membuat individu sulit untuk mengatsi dan membaurkan ide serta emosi. Apabila kehidupan seseorang seringkali mengalami insiden traumatic], seperti kekerasan, pemerkosaan, ancaman, yang muncul sendiri atau jumlah yang sangat besar(konflik bersenjata atau bencana alam), dan trauma dapat terjadi, trauma juga dapat menimpa siapa saja tanpa memandang ras, umur, waktu. Individu yang mengalami trauma mempunyai resiko yang tinggi terhadap kesehatan fisik dan mental, perilaku dan kreativitasnya. Apabila tidak mendapatkan bantuan maka penderita akan mengalami trauma yang berkepanjangan.⁴⁶

⁴⁵ Dr. Nomara Lumonggo Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, Jakarta: PT Fajar Interpratama mandiri, 2009, 11

⁴⁶ Ulin Nihayah, Misya'ul Millah Ummul Latifah, Amaliya Nafisa, Ina Qori'ah, *Konseling Traumatik: Sebuah Pendekatan Dalam Mereduksi Trauma Psikologi*, Jurnal Konseling traumatic, Vol. 1 No. 2, 2022

8) Kelainan makan

Kelainan makan merupakan kondisi psikiatri dengan akibat psikologis dan medis yang serius, gangguan makan, seperti anorexia nervosa (AN) dan bulimia nervosa (BN). Merupakan penyakit kronis yang didefinisikan sebagai gangguan perilaku makan atau perilaku dalam mengontrol berat badan. Akibat dari gangguan makan yang berkepanjangan, bisa terjadi hipotensi kronis, bradikardia, hipotermia, pembengkakan kelenjar liur, anemia, dehidrasi, alkoholis dan hipokloremia dapat dilihat. Reptur lambung juga dapat terjadi.⁴⁷

c. Penyebab Gangguan Mental

Penyebab terjadinya gangguan mental adalah ada beberapa faktor tekanan atau kompleksitas masalah sehingga jarang sekali penderita gangguan jiwa disebabkan oleh faktor tunggal. Penyebab dari berbagai faktor tersebut mempengaruhi satu sama lain pada waktu yang sama atau terjadi secara tidak sengaja, kemudian terjadi ketidaknyamanan fisik yang akhirnya berujung pada gangguan jiwa. Singkatnya, faktornya penyebab gangguan jiwa antara lain:⁴⁸

1) Faktor Organobiologi

Faktor organobiologis adalah faktor yang disebabkan oleh zat yang mungkin berhubungan dengan zat tertentu di dalam tubuh. Faktor ini ada sejak lahir dan diwarisi oleh faktor genetik, yang membuatnya lebih rentan terhadap stres hingga akhirnya ia mengalami gangguan jiwa. Faktor ini terdiri dari :

- a) *Neurokimia* (molekul yang terlibat dan berperan aktif dalam sistem saraf)
- b) *Neurofisiologi* (fungsi sistem syaraf)
- c) *Neuroanatomi* (struktur dan organisasi sistem saraf)

⁴⁷ Hetty Krisnani, Meilanny Budiati santoso, destin putri, *Gangguan Makan Anorexia Nervosa dan Bulimia Nervosa pada Remaja*, Jurnal Prosiding Penelitian dan pengabdian Masyarakat, Vol, 4 No:3 2017

⁴⁸ Kaliat, Farida Kusumawati, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, (Jakarta: Salemba Medika, 2010), 105

- d) Tingkat perkembangan dan kematangan organik.
 - e) Faktor-faktor *prenatal* dan *perinatal* (pra dan pasca kelahiran)
- 2) Faktor Psikologis
- Faktor psikologis berhubungan dengan perilaku, fungsi mental, dan proses mental manusia. Faktor ini terjadi dari: ⁴⁹
- a) Interaksi Ibu dan anak yang tidak abnormal seperti tidak adanya percaya diri.
 - b) Peranan ayah.
 - c) *Sibling rivalry* (adanya persaingan persaudaraan)
 - d) Hubungan dalam keluarga, pekerjaan, permainan dan masyarakat.
 - e) Kehilangan yang menyebabkan kecemasan.
 - f) Depresi.
 - g) Rasa malu atau salah.
 - h) Pola adaptasi dan pembelaan sebagai reaksi terhadap bahaya.
 - i) Tingkat perkembangan emosi.

3) Faktor sosial

Faktor ini disebabkan oleh perbedaan sosial budaya di masyarakat setempat, serta ketidakmampuan individu melakukan adaptasi. Faktor ini terdiri dari: ⁵⁰

- a) Kestabilan keluarga.
- b) Pola pengasuh anak.
- c) Keluarga dengan ekspresi emosi tinggi atau rendah.
- d) Tingkat pendapatan atau ekonomi.
- e) Tempat tinggal.
- f) Masalah kelompok minoritas yang beprasangka.
- g) Fasilitas kesehatan.
- h) Pendidikan.

⁴⁹ Adisty Wismani Putri, Budhi Wibhawa, dan Arie Surya Gutama, Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental, Jurnal Prosiding KS: Riset dan PKM, Vol: 2, No: 2

⁵⁰ Adisty Wismani Putri, Budhi Wibhawa, dan Arie Surya Gutama, Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental, Jurnal Prosiding KS: Riset dan PKM, Vol: 2, No: 2

- i) Kesejahteraan yang tidak memadai.
- j) Pengaruh rasial dan keagamaan.
- k) Dan nilai-nilai yang dijadikan pedoman.

Dari ketiga faktor tersebut diketahui bahwa menyebabkan gangguan kejiwaan atau gangguan mental tidak hanya disebabkan salah satu faktor, karena sifat manusia yang utuh dimana system dalam diri manusia merupakan sebuah kesatuan oleh karena itu sangat memungkinkan bahwa penyebab gangguan kesehatan mental merupakan kombinasi dari ketiga kategori dengan satu kategori sebagai penyebab utamanya. Oleh sebab serihal inilah dalam melakukan assessment pada penderita haruslah dilakukan secara detail dan menyeluruh.

Menurut Santrock penyebab gangguan jiwa pada umumnya dikategorikan menjadi aspek jasmaniah atau biologi seperti contohnya keturunan, kegemukan yang cenderung psikosa manik depresi dan dapat pula menjadi skizofrenia, tempramen karena orang yang terlalu sensitif, penyakit, dan cedera tubuh.⁵¹

Santrock juga menjelaskan bahwa gangguan jiwa juga dapat disebabkan oleh faktor psikologi dimana seseorang dengan pengalaman frustasi, kegagalan dan kebersihan yang dialami akan mewarnai perilaku, kebiasaan, dan sifatnya di masa yang akan datang. Pernyataan bahwa hidup manusia dapat dibagi atas tuju masa dan pada suatu keadaan tertentu dapat mendukung terjadinya gangguan jiwa.⁵²

⁵¹ Adisty Wismani Putri, Budhi Wibhawa, dan Arie Surya Gutama, Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental, Jurnal Prosiding KS: Riset dan PKM, Vol: 2, No: 2

⁵² Adisty Wismani Putri, Budhi Wibhawa, dan Arie Surya Gutama, Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental, Jurnal Prosiding KS: Riset dan PKM, Vol: 2, No: 2

B. Penelitian Terdahulu

Tujuan penelitian terdahulu adalah menemukan topik yang sama dengan judul skripsi yang akan dipelajari. Penelitian terdahulu meliputi:

1. Penelitian oleh Jaka Fransiska yang berjudul “Bimbingan Spiritual Dalam Mengatasi Gangguan Mental Akibat Gagal Nikah”, berdasarkan hasil dari penelitian menunjukkan bimbingan spiritual dengan metode Ruqyah Syar’iyah ialah peneliti meminta agar klien di ruqyah, sebagaimana sudah ada kesepakatan sebelum melakukan ruqyah, baik dengan klien ataupun keluarga dan juga yang meruqyah sudah direncanakan dan sudah di konfirmasi.

Kesamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama meneliti gangguan mental yang menggunkan bimbingan spiritual Islam dan sama-sama menggunakan penelitian kualitatif dan perbedaannya peneliti sebelumnya mengatasi gangguan mental akibat gagal nikah dan peneliti yang akan dilakukan ke pasien Rehabilitasi Jalma Sehat Kudus⁵³

2. Penelitian yang di tulis oleh Dewi Inayahtul Muasyaroh yang berjudul “Bimbingan Spiritual Melalui Metode Zikir Untuk Pecandu Napza Pada Santri Di Pondok Pesantren Al Islamy”, kasus penyalahgunaan dan pecandu napza memberikan dampak pada korban. Salah satunya adalah mengalami gangguan pada psikis antara lain merasa cemas, depresi, perilaku yang menyimpang, ketergantungan, penggunaan napza secara terus menerus berdampak pada gangguan syaraf pusat serta dapat merusak organ tubuh.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana proses rehabilitasi santru pecandu napza di pondok pesantren Al Islamy dengan menggunakan motode zikir. Kesamaan dalam penelitian adalah mengatasi gangguan mental . Perbedaannya adalah tempat penelitian para peneliti.⁵⁴

⁵³ Jaka Fransiska, *Bimbingan Spiritual Islam Dalam Mengatasi Gangguan Mental Akibat Gagal Nikah*, (Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang 2017)

⁵⁴ Dewi Inayatul Muasyaroh, *Bimbingan Spiritual Melalui Metode Zikir Untuk Pecandu Napza Pada Santri di Pondok Pesantren Al*, (Skripsi Jurusan

3. Penelitian yang ditulis oleh Junita Kami Tree yang berjudul “Bimbingan Mental Spiritual Dalam Proses Penyembuhan Santri Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren Jolo Sutro Al-Hikmah Terbanggi Besar Lampung Tengah”, bimbingan mental spiritual adalah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada santri dalam hal bagaimana seorang santri dapat mengembangkan akal pikirannya, kepribadiannya, keimanannya dan keyakinan sehingga dapat menanggulangi masalah hidup dengan baik dan benar.

Dalam hal persamaan peneliti sama-sama menggunakan bimbingan spiritual untuk mengatasi gangguan mental dan mengguankan penelitian kualitatif, dan perbedaan dalam penelitian ini ialah peneliti sebelumnya dilakukan di pondok pesantren dan penelitian yang akan dilakukan peneliti akan dilaksanakan di Rehabilitasi Jalma Sehat Kudus.⁵⁵

4. Penelitian yang di tulis Mashonah yang berjudul “Proses Terapi Islam Terhadap Penderita Gangguan Kejiwaan Di Pondok Pesantren Inbah 13 Yogyakarta (Studi Kasus Pada 3 Santri Inabah 13)”. Adapun isinya adalah terapi Islam meliputi 1) penyadaran terhadap klien, 2) shalat, 3) Zikir. 4) mandi (hydro therapy). Subjek penelitiannya meliputi pembina dan 3 santri di pondok inabah 13, sedangkan obyek penelitiannya proses terapi Islam terhadap penderita gangguan kejiwaan. Proses terapinya meliputi 1) tahap awal (penyadaran), 2) tahap terapi fisik, 3) tahap terapi pikiran dan jiwa, 4) tahap terapi jiwa.

Persamaan dalam penelitian ini adalah peneliti sama-sama fokus pada terapi Islam yang dilakukan untuk pengobatan. Perbedaan penelitian ini adalah menggunakan

Bimbingan Knseling Islam, Fakultas Ushuluddindan Dakwah, institute Agama Islam Negeri Surakarta 2019)

⁵⁵ Junita Kami Tree, *Bimbingan Mental Spiritual dalam Proses Penyembuhan Santri gangguan Jiwa di Pondok Pesantren Jolo Sutro Al-Hikmah Terbanggi Besar lampung tengah*, (Skripsi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung 2020)

metode terapi yang bervariasi meliputi mandi, Shalat Zikir, dan Talqin, metode penunjang dan metode tambahan.⁵⁶

C. Kerangka Berfikir

Panti rehabilitasi jalma sehat merupakan lokasi penelitian ini bahwa panti tersebut adalah lembaga rehabilitasi untuk ODGJ yang salah satunya adalah pasien gangguan mental. Oleh karena itu, peneliti akan meneliti dan mengemukakan Bimbingan Spiritual Islam untuk Mengatasi gangguan Mental (studi Rehabilitasi Jalma Sehat Kudus)

Kehadiran dan peraranan pembimbing yang di kemukakan oleh peneliti merupakan hal yang penting sebagai proses penanganan gangguan mental pasien rehabilitasi jalma sehat, bahwa peran pembimbing adalah subjek dalam melakukan melakukan proses penyembuhan pasien gangguan mental.

Mengenai penyembuhan pasien gangguan mental yaitu melalui bimbingan spiritual Islam yakni Shalat, Zikir, Ruqyah, Doa, Tobat. Merupakan pelaksanaan dari proses bimbingan spiritual yang dilakukan pembimbing di Panti Rehabilitasi Jalma Sehat Kudus.

Hasil dari penerapan bimbingan spiritual Islam yang di kemukakan oleh peneliti bertujuan agar pembimbing mampu mengatasi pasien yang mengalami gangguan mental di Rehabilitasi Jalma Sehat Kudus.

⁵⁶ Mashonah, *Proses terapi Islam Terhadap Penderita Gangguan Kejiwaan di Pondok Pesantren Inabah 13 Yogyakarta (studi kasus pada 3 santri inabah 13)*, skripsi, tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Perpustakaan UIN 2009).

Kerangka Berpikir

