

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Bimbingan Mental Spiritual

a. Pengertian Bimbingan Mental Spiritual

Secara harfiah kata bimbingan disebut “*guidance*” yang juga berkaitan dengan kata “*guiding*” yang berarti menunjukkan, mengarahkan, memimpin, menuntun, mengatur, memberikan petunjuk dan memberi nasihat.¹ Menurut Moh Surya dan Djumhur yang dikutip oleh Suprihatin, bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan teratur terhadap individu dalam mengatasi masalahnya. Dengan melalui proses ini, individu akan mengembangkan pemahaman diri “*self-understanding*”, pengarahan diri “*self-direction*”, penerimaan diri “*self-acceptance*” dan kemampuan realisasi diri “*self-realization*”, serta membantu mengembangkan potensi individu agar dirinya mencapai penyesuaian diri terhadap lingkungannya.²

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu dalam pemecahan masalah atau memberikan pengarahan maupun nasihat kepada individu agar mencapai tujuan tertentu.

Selanjutnya, kata mental yang berasal dari bahasa Yunani yaitu “*psyche*” yang artinya psikis, jiwa atau kejiwaan.³ Sementara itu dalam ilmu psikiatri, kata mental ialah semua unsur-unsur jiwa yang meliputi pikiran, emosi, sikap dan perasaan individu yang secara keseluruhan akan menentukan pola perilaku, serta respons terhadap emosional seperti rasa kecewa, gembira, senang, dan lain sebagainya.⁴

Kemudian, kata spiritual yaitu yang berkaitan dengan kejiwaan, kerohanian, keyakinan, dan bersifat keilahan.

¹ M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Deepublish, 2019), 1-2.

² Suprihatin, "Kompetensi Profesional Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling," *JIGC (Journal of Islamic Guidance and Counseling)* 1, no 1, (2017): 14-26.

³ Latipun, *Kesehatan Mental*, (Malang: UMM Press, 2019), 23.

⁴ Dede Rahmat Hidayat, *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), 27.

Menurut Ary Ginanjar yang dikutip oleh Sugeng Sejati, bahwa dimensi spiritual yaitu kemampuan memberi makna ibadah pada setiap perilaku, sehingga menuju manusia seutuhnya (*hanif*), dengan memiliki pemikiran tauhid dan bersifat fitrah, serta berpegang teguh hanya kepada Allah SWT.⁵

Maka dapat disimpulkan bahwa mental spiritual merupakan keadaan jiwa seseorang yang mencerminkan sikap, perbuatan, atau tingkah laku yang selaras dengan ajaran agama Islam, serta melibatkan unsur-unsur yang saling mempengaruhi secara jasmani dan rohani. Dalam pembinaan mental spiritual bertujuan untuk memperbaiki mental individu dan mengarahkannya sesuai dengan nilai-nilai agama Islam.

Sementara itu definisi bimbingan mental spiritual menurut Siti Kris Fitriana adalah bantuan yang diberikan dari seorang pembimbing kepada klien/pasiennya dengan menggunakan pendekatan yang berlandaskan keilahan, bimbingan ini dilakukan untuk memulihkan kondisi mental dari klien/pasien dan mengajarkannya untuk menjalankan ibadah sesuai dengan keyakinan mereka.⁶

Berdasarkan pemaparan yang telah diuraikan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan mental spiritual adalah proses membantu seseorang dalam meningkatkan dimensi spiritualnya, sekaligus mengatasi masalah-masalah mental dan membantu dalam pemecahan masalahnya. Dalam kaitannya dengan pasien skizofrenia, bimbingan mental spiritual yaitu sebagai bantuan untuk pasien dalam pendekatan diri kepada Allah SWT, sehingga dapat merasakan ketenangan jiwa, ketentraman batin dan dapat menjalani aktivitas kehidupan kembali sebagai makhluk sosial, serta mampu berkembang sesuai kemampuannya.

b. Fungsi dan Tujuan Bimbingan Mental Spiritual

1) Fungsi Bimbingan

Berikut ini terdapat fungsi dari bimbingan mental spiritual ialah ada lima fungsi yaitu:

⁵ Sugeng Sejati, "Perkembangan Spiritual Remaja Dalam Perspektif Ahli," *Hawa* 1, no. 1 (2019): 93-126.

⁶ Siti Kris Fitriana Wahyu Lestari, "Bimbingan Mental Spiritual Dalam Menumbuhkan Self Confidence Bagi Penyandang Eks-Psikotik," *Al-Israq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam* 5, no. 2 (2022): 135-44.

a) Fungsi Pemahaman (*edukatif*)

Fungsi ini yaitu dengan memahami masalah atau kesulitan yang dihadapi konseli, memahami tentang diri konseli, dan memahami lingkungan dari klien.

b) Fungsi Pencegahan (*prefentif*)

Fungsi ini sebagai usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah dari individu, fungsi ini diberikan agar individu terhindar dari berbagai masalah yang dapat mempengaruhi aktivitasnya.

c) Fungsi Penyembuhan (*kuratif*)

Dalam fungsi tersebut bersifat penyembuhan masalah dan memberikan bantuan pemecahan masalah agar masalah yang dialami konseli dapat terselesaikan.

d) Fungsi peningkatan (*improvement*)

Fungsi ini yaitu memberikan upaya dalam mengembangkan kepribadian/mental yang sehat, sehingga individu akan mampu meminimalisir kesulitan-kesulitan dalam perkembangan psikis dan meningkatkan spiritualnya.⁷

e) Fungsi Pengembangan (*development*)

Merupakan sebuah upaya untuk mengembangkan potensi individu seperti menyalurkan bakat, kemampuan, dan minat, serta cita-cita yang dimilikinya.⁸

2) Tujuan Bimbingan

Tujuan dari adanya bimbingan mental spiritual yaitu sebagai berikut:

a) Meningkatkan keimanan kepada Allah Subhanahu WaTa'ala.

b) Membantu memulihkan kesehatan mental spiritual.

c) Membantu memahami diri sendiri maupun orang lain melalui bimbingan tersebut.⁹

⁷ Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, (Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019), 24.

⁸ Gusman Lesmana, *Penyusunan Perangkat Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2021), 14-15.

⁹ Nur Azizah, Alief Budiyo, Nela Amalia, Adhitya Ridwan Budhi, *Bimbingan Mental Spiritual di Balai Rehabilitasi Bagi Korban Penyalagunaan Narkoba*, (Banyumas: Rizquna, 2021), 103.

Sementara itu, tujuan dari pemberian bimbingan mental spiritual bagi penderita skizofrenia yaitu:

- a) Membantu pasien skizofrenia untuk menghadapi dan mengatasi masalah mental yang dialaminya.
- b) Membantu penderita skizofrenia untuk mengatasi masalah perkembangan yang dihadapi dan membantunya mampu berinteraksi dengan lingkungan.
- c) Membantu penyandang skizofrenia untuk menjadi lebih baik dari segi spiritualnya.¹⁰

c. Metode Bimbingan Mental Spiritual

Metode bimbingan dibagi menjadi dua yaitu metode kelompok dan metode individu (langsung), berikut metode bimbingan mental spiritual yaitu:

1) Metode Kelompok

Metode kelompok adalah metode yang dilakukan secara berkelompok yang dipimpin oleh seorang pembimbing rohani, metode ini bertujuan untuk membangun aspek-aspek spiritual dan mental mereka. Dalam metode ini pembimbing memberikan penjelasan maupun nasihat disertai tanya jawab kepada anggota kelompok dan kegiatan refleksi bersama untuk meningkatkan spiritualitas anggota kelompok.

2) Metode Individu

Metode individu adalah metode langsung yang dilakukan secara individu dengan melibatkan pembimbing rohani dengan klien. Pelaksanaan metode ini dilakukan secara tatap muka (langsung) antara satu orang dengan pembimbing, pemberian terapi ini biasanya berupa ajakan-ajakan yang lembut, nasehat dan bimbingan dalam melakukan aktivitasnya. Metode langsung ini diberikan hanya ketika ada individu memiliki masalah dengan aktivitasnya, maka pembimbing memberikan bimbingan sesuai dengan masalah yang dialami, baik masalah pribadi, sosial, karir atau pekerjaan.¹¹

¹⁰ Siti Kris Fitriana Wahyu Lestari and Innayah, "Penguatan Bimbingan Mental Spiritual Bagi Eks Penyandang Psikotik di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang" *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, xx, no. xx (2014): 17-24.

¹¹ Hasan Bastomi, "Spiritual Guidance With Dhikr Therapy for People with Mental Disorders (Analysis of the Implementation of Spiritual Guidance With

Selain itu, beberapa metode berikut juga dapat digunakan dalam bimbingan mental spiritual yaitu:¹²

1) Metode Ceramah

Metode ceramah ialah suatu metode atau teknik dengan cara penyampaian atau memberikan informasi melalui penuturan secara lisan oleh pembimbing kepada sejumlah orang atau penerima pesan. Metode ini biasanya digunakan dalam bimbingan agama dengan penyampaian pesan berupa ajaran nilai-nilai keislaman. Selain itu, dalam pembinaan metode ini dilakukan secara kelompok dan pembimbing melakukan komunikasi secara langsung.

2) Metode Cerita

Metode ini dilakukan dengan penyampaian dalam bentuk bercerita mengenai kisah-kisah teladan. Karena dengan penyampaian metode ini dapat sebagai media yang efektif untuk menanamkan nilai-nilai akhlak yang baik, sekaligus membentuk kepribadian sesuai dengan nilai religi yang telah disampaikan.

3) Metode Keteladanan

Metode keteladanan adalah metode yang diterapkan dengan cara memberi contoh yang baik berupa perilaku nyata, metode ini juga digunakan sebagai pemberian contoh yang baik dalam tingkah laku sehari-hari. Dalam pelaksanaan metode ini pembimbing harus memberikan contoh keteladanan, misalnya menganjurkan untuk selalu berdzikir, maka pembimbing harus melakukannya atau memulainya terlebih dahulu.

4) Metode Wawancara

Wawancara adalah kegiatan tanya jawab untuk menggali informasi, sehingga melalui metode ini dapat menjadi salah satu cara memperoleh fakta-fakta tentang kejiwaan seseorang, dengan melalui proses wawancara tersebut. Dalam melakukan metode ini perlunya memperhatikan hal berikut:

Dhikr Therapy at the Jalma Sehat Kudus Foundation),” *Jurnal Penelitian* 16, no. 1 (2022): 1-22.

¹² Siti Sarah, "Bimbingan Spiritual dalam Membentuk Karakter Islami pada Remaja di Yayasan Pendidikan Islam Al-Huda Arjasari Bandung", (Skripsi: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020), 38-41.

- a) Pembimbing harus bersifat komunikatif atau mampu menyampaikan pesan dengan baik, sehingga orang yang dibimbing dapat menerima pesan dengan tepat.
 - b) Pembimbing harus mampu menciptakan kondisi yang memberikan suasana damai, tenang, dan aman. Sehingga orang yang dibimbing merasa senang dan tidak bosan.
- 5) Metode Pencerahan

Metode ini biasanya disebut dengan metode edukatif, pada metode ini pembimbing menggali sumber emosi yang menyebabkan hambatan dengan cara pendekatan “*client centered*”, sehingga seseorang tersebut mampu mengungkapkan perasaan tertekannya. Upaya selanjutnya pembimbing akan memberikan petunjuk bagi mereka dalam menyelesaikan masalahnya.

d. Materi Bimbingan Mental Spiritual

Secara umum, materi yang diberikan dalam proses kegiatan bimbingan mental spiritual mencakup tiga aspek yaitu:

1) Materi Keimanan

Meliputi tentang mengenalkan rukun iman dan rukun Islam lalu mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari.

2) Materi Ibadah

Meliputi pengenalan solat, menghafal bacaan-bacaan solat, mempraktekan sholat, mengajak zikir, sholawatan, dan berdo'a.

3) Materi Akhlak

Meliputi pengenalan tokoh-tokoh teladan dalam Islam, pengenalan sejarah umat Islam yang penuh dengan tokoh-tokoh agung, kisah-kisah menarik yang menunjukkan keutamaan dan makna yang indah.¹³

Materi dalam bimbingan mental spiritual dapat dikaitkan dengan bimbingan agama, hal ini bertujuan agar klien dapat mendekati diri kepada Allah SWT. Oleh karena itu, materi dari bimbingan agama harus disesuaikan dengan kebutuhan klien dan sesuai dengan ajaran Islam.

¹³ Siti Kris Fitriana Wahyu Lestari and Innayah, “Penguatan Bimbingan Mental Spiritual Bagi Eks Penyandang Psikotik di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang” *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, xx, no. xx (2014): 17-24.

Adapun materi bimbingan mental spiritual yang dapat diberikan yaitu:

- 1) Memahami ajaran agama Islam; yaitu dengan memahami sumber-sumber ajaran Islam, seperti: Al-Qur'an dan sunnah Rasul.
- 2) Mengamalkan ajaran agama Islam; ialah dengan mengamalkan beberapa ajaran Islam yang meliputi: keimanan (akidah), keIslaman (syari'ah), dan budi pekerti (akhlakul karimah).
- 3) Masalah budi pekerti; yaitu dengan mengajarkan perilaku yang saleh, misalnya dengan mengajarkan tingkah laku sopan, sikap ramah, tolong menolong dan etika atau moral.¹⁴

Dapat disimpulkan bahwa materi bimbingan mental spiritual yang dapat diberikan kepada pasien pascaskizofrenia adalah mengenai keimanan (akidah), keIslaman (syari'ah), budi pekerti (akhlakul karimah), dan mencakup materi ukhuwah (persaudaraan) sehingga dari keempat materi tersebut diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

2. Motivasi Hidup

a. Pengertian Motivasi Hidup

Kata motivasi dari bahasa Latin yakni, "*motive*" berarti dorongan atau bahasa Inggrisnya "*motivation*", Motif (*motive*) seringkali diartikan sebagai dorongan batin dan daya penggerak atau kekuatan dari dalam diri seseorang yang mendorongnya guna berbuat maupun bertingkah laku untuk mencapai sesuatu tujuan tertentu.¹⁵ Jadi, motivasi berarti pemberian motif ataupun yang dapat menimbulkan dorongan untuk bertindak dengan cara tertentu.

Motivasi diartikan sebagai keadaan internal yang membangkitkan seseorang agar terdorong dan bertindak dalam mencapai tujuan tertentu, serta mampu membuat kita senantiasa merasa senang dalam suatu aktivitas tersebut.¹⁶ Sementara itu, definisi dari motivasi hidup menurut K. D.

¹⁴ Tati Nurjanah, "*Bimbingan Mental Spiritual dalam Rehabilitasi Residen Napza di Pondok Pesantren Hikmah Syahadah Tigaraksa Tangerang*", (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020), 37-40.

¹⁵ M. Nur Ghufron, *Psikologi*, (Kudus: Nora Media Enterprise, 2011), 57-58.

¹⁶ Indri Dayana dan Juliaster Marbun, *Motivasi Kehidupan*, (Jakarta: Guepedia, 2018), 11.

Sheldon & T. P. Kasser seperti yang dikutip oleh Siti Sarah, bahwa motivasi hidup adalah dorongan internal yang mendorong seseorang untuk mengarahkan pada tujuan dan keinginan hidupnya, serta memberikan rasa penuh semangat dalam menjalankan aktivitasnya.¹⁷ Dalam hal ini motivasi hiduplah yang mendorong semua tindakan manusia dalam memperoleh kepuasan tertentu, keinginan, dan tujuan, serta mampu mempengaruhi perubahan seseorang menjadi lebih baik.

Dari beberapa penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa motivasi hidup merupakan dorongan batin (internal) yang berasal dari dalam diri seseorang, baik melalui orang lain maupun timbul pada diri sendiri. Sehingga dengan memiliki motivasi hidup dapat membangkitkan semangat individu untuk bertindak atau melakukan perubahan yang lebih baik, dan seseorang akan mampu mencapai keinginan maupun tujuannya.

b. Faktor-Faktor Motivasi Hidup

Motivasi hidup manusia dipengaruhi oleh dua faktor yaitu motivasi kejiwaan dan motivasi spiritual. Motivasi kejiwaan mencakup usaha untuk memenuhi kebutuhan jiwa individu saat berinteraksi dengan masyarakat. Sedangkan motivasi spiritual yaitu melibatkan aspek spiritualitas seperti konsisten dalam mengamalkan ajaran agama dan meningkatkan ketakwaan kepada Allah SWT.¹⁸ Sehingga dengan motivasi spiritual ini seseorang akan memiliki dorongan dalam dirinya untuk meningkatkan ketakwaan kepada Allah dengan menjalankan ibadah seperti sholat, zikir, membaca Al-Qur'an, berdoa, puasa dan lainnya.

Sementara itu dalam buku yang ditulis Makmun Khairani, menjelaskan bahwa motivasi seseorang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu sebagai berikut:¹⁹

¹⁷ Siti Sarah, "*Bimbingan Spiritual dalam Membentuk Karakter Islami pada Remaja di Yayasan Pendidikan Islam Al-Huda Arjasari Bandung*", (Skripsi: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2020), 75.

¹⁸ Juli Andriyani, "Terapi Religius Sebagai Strategi Peningkatan Motivasi Hidup Usia Lanjut," *Jurnal Al-Bayan: Media Kajian Dan Pengembangan Ilmu Dakwah* 19, no. 28 (2013): 31–42.

¹⁹ Makmun Khairani, *Psikologi Umum*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2016), 131-133.

1) Faktor Internal

Faktor ini berasal dari dalam diri seseorang, yang meliputi:

- a) Persepsi individu; seseorang termotivasi untuk melakukan sesuatu tergantung pada proses kognitifnya berupa persepsi dirinya sendiri yang akan mendorong dan mengarahkan perilakunya untuk bertindak sesuatu.
- b) Harga diri; yaitu dorongan untuk mencapai kemandirian, kekuatan, dan pencapaian status dalam masyarakat.
- c) Harapan; memiliki harapan-harapan akan masa depan, sehingga dengan memiliki harapan menjadi tujuan dari perilaku seseorang yang ingin diwujudkan.
- d) Kebutuhan; seseorang dimotivasi oleh kebutuhan untuk mencapai fungsi penuh dirinya agar mampu meraih potensi. Kebutuhan mampu mendorong individu untuk mencari, dan menghindari, serta memberikan respons terhadap tekanan yang dihadapi.

2) Faktor Eksternal

Faktor ini mencakup pengaruh dari luar individu, terdiri dari:

- a) Situasi lingkungan; yaitu individu termotivasi untuk beradaptasi dengan kemampuannya dalam berinteraksi efektif di lingkungan umum.
- b) Kelompok kerja; dalam peran kelompok kerja ini mampu membantu individu memenuhi kebutuhan nilai-nilai seperti kejujuran, kebenaran, kebajikan, dan memberikan makna bagi individu dalam konteks kehidupan sosialnya. Oleh sebab itu, dengan bergabung pada kelompok kerja akan dapat mempengaruhi perilaku individu untuk mencapai tujuan perilaku khusus.

c. Teori Motivasi Hidup

Salah satu teori yang berkaitan dengan motivasi hidup yakni “Teori kebutuhan (Hirarki Maslow)”. Teori ini dikemukakan oleh Abraham Maslow, yang memandang bahwa kebutuhan manusia didasarkan dari suatu hirarki kebutuhan yakni kebutuhan yang paling rendah hingga kebutuhan paling tinggi. Menurut Maslow yang dikutip oleh

Sumanto, bahwa kebutuhan pokok manusia mencakup lima hal berikut ini:

1) Kebutuhan Fisiologis

Kebutuhan mendasar dari hidup manusia yang harus dipenuhi untuk dapat tetap hidup. Misalnya: makan, minum, pakaian, tempat tinggal, dan perlindungan kesehatan.

2) Kebutuhan akan Rasa Aman

Kebutuhan ini menggambarkan dorongan setiap orang untuk mencari perlindungan, agar individu dapat merasa aman terlindungi, jauh dari bahaya, dan mendapat ketenteraman.

3) Kebutuhan Sosial

Jenis kebutuhan ini disebut juga kebutuhan akan rasa kasih sayang, hal ini berarti bahwa setiap orang perlu adanya hubungan interpersonal atau interaksi sosial dengan orang lain.

4) Kebutuhan akan Penghargaan

Kebutuhan ini biasanya ditunjukkan adanya kebutuhan terhadap pencapaian diri dalam mengembangkan kemampuannya. Misalnya: berprestasi, mendapat dukungan, dan pengakuan dari orang lain.

5) Kebutuhan Aktualisasi Diri

Kebutuhan ini sebagai kebutuhan paling tinggi, biasanya kebutuhan ini terjadi ketika individu ingin mewujudkan ambisi pribadinya. Kategori kebutuhan ini menciptakan kepuasan seperti pencapaian, penghargaan, status sosial, dan penghormatan.²⁰

3. Pascaskizofrenia

a. Pengertian Rehabilitasi Pascaskizofrenia

Kata rehabilitasi seringkali disebut dengan pemulihan, perbaikan, pembetulan, dan pengembalian. Menurut Sudarsono seperti yang dikutip oleh Khamimussodiq, rehabilitasi merupakan usaha memulihkan seseorang agar mereka dapat hidup sehat jasmani dan rohaninya.²¹ Sehingga dengan melakukan rehabilitasi bagi orang yang mengalami gangguan jiwa, mereka akan mampu menyesuaikan diri di

²⁰ Sumanto, *Psikologi Umum*, (Yogyakarta: CAPS, 2014), 174-176.

²¹ Khamimussodiq, *Rehabilitasi Gangguan Jiwa dengan Metode Pendidikan Agama Islam*, (Indramayu: CV. Adanu Abimata, 2020), 34.

lingkungannya, dan meningkatkan kembali pengetahuan serta keterampilan yang dimilikinya.

Sementara itu, arti kata pasca ialah bentuk terikat yang bermakna sesudah.²² Sedangkan kata skizofrenia adalah suatu kondisi gangguan jiwa yang memengaruhi pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang.²³ Menurut Eugene Bleuler yang dikutip oleh Sovitriana, menjelaskan bahwa skizofrenia ialah disebabkan karena terpecahnya antara kognisi, afeksi, dan tingkah laku seseorang.²⁴ Sehingga akan mengakibatkan penderita skizofrenia mengalami ketidaksesuaian antara persepsi dengan realitas, gangguan pikiran, dan perubahan emosi.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa rehabilitasi pascaskizofrenia yaitu seseorang yang sedang menjalani proses pemulihan setelah dirinya mengalami gangguan kejiwaan jenis skizofrenia. Proses pemulihan ini bertujuan agar individu mampu hidup sehat secara jasmani maupun rohani dan meningkatkan kesehatan mental bagi pasien skizofrenia agar mereka mampu menyesuaikan diri di lingkungannya.

b. Definisi Pasien Pascaskizofrenia

Pasien pascaskizofrenia adalah seseorang yang telah mengalami gangguan jiwa psikotik jenis skizofrenia tetapi ia masih dalam proses pemulihan atau perawatan. Pasien ini terkadang masih mengalami beberapa gejala yang membuat dirinya sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan, hilangnya kepercayaan diri, perubahan suasana hati, dan kesulitan dalam menjalankan aktivitasnya.

Seseorang yang pernah memiliki riwayat skizofrenia, biasanya ia pernah mengalami gejala psikosis yakni dengan munculnya halusinasi dan delusi, gangguan mental ini dapat menyebabkan seseorang tidak mampu membedakan antara kenyataan dengan khayalan.²⁵ Sedangkan pada pasien

²² Azwar Anas, *Kamus Pelajar Bahasa Indonesia*, (Temanggung: Desa Pustaka Indonesia, 2020), 115.

²³ D. Surya Yudhantara dan Ratri Istiqomah, *Sinopsis Skizofrenia Untuk Mahasiswa Kedokteran*, (Malang: UB Press, 2018), 1.

²⁴ Rilla Sovitriana, *Dinamika Psikologis Kasus Penderita Skizofrenia*, (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2019), 2.

²⁵ Nirwana Utami Kadir, Fanny Wijaya, and Mayamariska Sanusi, "Jenis Gangguan Psikotik Berdasarkan PPDGJ III," *Journal of Social Science Research* 3, no. 4 (2023): 9140–9150.

pascaskizofrenia, gejala seperti halusinasi, waham/delusi, dan paranoid sudah tidak lagi muncul. Akan tetapi, pasien ini masih mengalami ketidakmampuan dalam penyesuaian diri, maka diperlukannya proses pemulihan secara lebih lanjut kepada pasien pascaskizofrenia agar individu bisa meningkatkan kesehatan mentalnya untuk lebih stabil dan mampu hidup sehat secara jasmani maupun rohaninya.

c. **Problematika Pasien Pascaskizofrenia**

Salah satu permasalahan dalam pemulihan mental pasien pascaskizofrenia ialah rendahnya motivasi hidup, hal ini merupakan masalah umum yang sering ditemui pada pasien pasca psikosis, pada kondisi tersebut dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Problematika ini memunculkan perasaan kurang memiliki semangat dalam menjalani kehidupan, sehingga menjadi penghambat proses pemulihan pada diri mereka yang berakibat perawatan ulang.

Rendahnya motivasi hidup pada pasien pascaskizofrenia dapat disebabkan karena beberapa faktor yaitu adanya stigmatisasi dari masyarakat, kurangnya dukungan keluarga, dan kurangnya pemahaman dalam diri sendiri. Pasien pasca psikosis seringkali mendapat stigma negatif dari masyarakat ketika kembali kerumah, mereka cenderung dihindari dan dikucilkan sebab pernah mengalami gangguan jiwa, hal ini akan membuat pasien melakukan penarikan diri dari interaksi sosial, dan dapat memicu kekambuhan.²⁶ Selain itu pasien juga mengalami pemahaman diri yang kurang seperti perasaan tidak bermakna, hilangnya kepercayaan diri, rendahnya *self-esteem* (harga diri), kurangnya minat, merasa tidak berguna, harapan hidup rendah dan motivasi hidup cenderung rendah.

Pasien pascapsikosis (skizofrenia) menjadi kelompok yang rentan menerima perlakuan buruk dari masyarakat akibat pengalamannya selama menderita gangguan jiwa. Munculnya stigmatisasi (ciri negatif) dan marginalisasi (pengasingan) merupakan bentuk sikap buruk yang sering diterima pasien pascapsikosis ketika kembali ke

²⁶ Andhika Ardiansyah, Weni Sayekti, and Usmi Karyani, "Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pada Pasien Yang Mengalami Gangguan Skizofrenia," *Seminar Nasional Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, (2022): 1–10.

masyarakat.²⁷ Pasien pascaskizofrenia ini seringkali menghadapi permasalahan berupa stigma masyarakat, setelah dirinya menjalani pengobatan psikosis hingga dapat memicu kekambuhan.

Selain itu, adanya persepsi masyarakat bahwa skiofrenia merupakan penyakit jiwa yang tidak dapat disembuhkan, mengakibatkan penderita ini mengalami stigma dan penolakan masyarakat terhadap pasien pascaskizofrenia. Hal tersebut menjadi salah satu kendala dalam upaya penyembuhan pasien yakni karena stigma yang ada di keluarga dan masyarakat.²⁸ Pandangan keluarga dan masyarakat sangat mempengaruhi penilaian penderita skizofrenia, sehingga hal ini dapat memicu kegagalan dalam proses penyembuhan yang berakibat pada pengobatan ulang.

Dari permasalahan yang muncul terhadap pasien pascaskizofrenia tersebut, mengakibatkan penderita mengalami perubahan kualitas hidup, munculnya rasa pesimis, kurang percaya diri, dan hilangnya makna hidup.²⁹ Sehingga dari kondisi yang telah dialami pasien pascaskizofrenia, bisa berakibat pada harapan hidup mereka cenderung rendah dan kurangnya motivasi untuk menjalani kehidupan kesehariannya.

Problematika yang telah dihadapi pasien pascaskizofrenia dapat menyebabkan kurangnya motivasi hidup, sehingga hal tersebut akan berdampak pada perilaku pasien yang memunculkan rasa pasrah dengan kondisinya, kurang memiliki motivasi sembuh, tidak memiliki keinginan/tujuan, tidak ada motivasi untuk menjalani

²⁷ Fatma Laili Khoirun Nida, Alimatul Fitria, and Rezeki Budi Lestari, "Integration of Bibliotherapy Techniques and Spiritual Guidance as A Mental Strengthening Strategy in Post-Psychosis Patient Rehabilitation Dynamics," *Saizu International Conference On Transdisciplinary Religious Studies (Saizu Icon-Trees)*, (2022): 287-293.

²⁸ Fatma Laili Nida, Muhammad Amin Syukur, and Sulaiman Sulaiman, "The Meaningfull Of Life Post-Psychosis Patient: Logotherapy Practices in Perspective Of Islamic Psychotherapy," *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 11, no. 2 (2020): 211-288.

²⁹ Fatma Laili Khoirun Nida, Alimatul Fitria, and Rezeki Budi Lestari, "Integration of Bibliotherapy Techniques and Spiritual Guidance as A Mental Strengthening Strategy in Post-Psychosis Patient Rehabilitation Dynamics," *Saizu International Conference On Transdisciplinary Religious Studies (Saizu Icon-Trees)*, (2022): 287-293.

kehidupannya, tidak ada keinginan bertemu keluarga dan tidak ada keinginan pulang karena takut akan mendapat stigma di masyarakat.

d. Karakteristik Pasien Pascaskizofrenia

Karakteristik pada pasien pascaskizofrenia dapat dijelaskan melalui empat aspek kondisi kesehatan mental sebagai berikut:

a) Aspek Fisik

Aspek fisik yaitu merujuk pada karakteristik dari kondisi tubuh dan kesehatan fisik seseorang. Pribadi yang sehat mental akan memiliki perkembangan normal dan tubuh yang sehat,³⁰ sedangkan terhadap individu yang mengidap sakit mental akan dapat mempengaruhi kondisi tubuhnya menjadi buruk.

Kondisi fisik pada pasien pascaskizofrenia, mereka seringkali mengabaikan kebersihan diri seperti jarang mau mandi maupun menggosok gigi, tidak mengganti pakaian secara teratur dan terkadang malas beraktivitas.³¹

b) Aspek Psikis

Aspek psikis adalah kondisi mental atau kejiwaan yang berkaitan dengan pikiran, emosional, sikap, dan pola perilaku individu, yang dapat memberikan respons terhadap emosional/perasaan seperti rasa kecewa, senang, sedih, marah dan sebagainya.³²

Kondisi psikis pada pasien pascapsikosis, mereka kurang menyadari makna hidupnya sehingga menimbulkan perasaan putus asa, kecewa, perasaan tidak berharga, merasa hampa dihidupnya, hingga berujung pada demoralisasi dan depresi.³³ Dari perilaku-perilaku ini dapat mengakibatkan pasien kurang memiliki

³⁰ Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, (Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019), 15.

³¹ Andhika Ardiansyah, Weni Sayekti, and Usmi Karyani, "Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pada Pasien Yang Mengalami Gangguan Skizofrenia," *Seminar Nasional Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, (2022): 1–10.

³² Dede Rahmat Hidayat, *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), 27.

³³ Fatma Laili Nida, Muhammad Amin Syukur, and Sulaiman Sulaiman, "The Meaningfull Of Life Post-Psychosis Patient: Logotherapy Practices in Perspective Of Islamic Psychotherapy," *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 11, no. 2 (2020): 211-288.

semangat dihidupnya, tidak memiliki tujuan hidup, rendahnya motivasi dalam diri, merasa pasrah dengan kondisinya, dan terkadang mengalami perubahan suasana hati.

c) Aspek Sosial

Aspek sosial ialah mencakup interaksi individu dengan orang lain dan kemampuannya dalam beradaptasi. Seseorang yang memiliki aspek sosial baik biasanya akan mudah bergaul/bisa menyesuaikan diri, memiliki sikap empati, peduli dengan orang lain, dan ikut aktif dalam kegiatan sosial dilingkungannya.³⁴

Sedangkan terhadap individu yang mengalami gangguan kejiwaan seperti pasien pascaskizofrenia, hal ini akan dapat mempengaruhi kemampuannya dalam berinteraksi sosial misalnya kesulitan berkomunikasi, suka menyendiri, mulai menarik diri dari lingkungan, dan keinginan untuk kumpul bersama keluarga rendah.

d) Aspek Moral-Religius

Aspek moral-religius ialah yang berkaitan dengan kepercayaan kepada Tuhan Allah SWT dan perilaku yang mencerminkan ajaran agama Islam³⁵. Individu yang mengalami gangguan jiwa seperti pasien pascapsikosis biasanya memiliki kondisi moral-religius seperti tingkah lakunya kurang baik, jarang beribadah misalnya jarang sekali shalat, tidak mau berlatih puasa, dan ibadah keagamaan lainnya.

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan usaha peneliti dalam mencari perbedaan yang dapat dijadikan sebagai inspirasi baru untuk mendapatkan kebaharuan dalam penelitian selanjutnya. Dalam penelitian terdahulu ini, peneliti mencoba mempertimbangkan hasil-hasil penelitian sebelumnya dengan penelitian yang diangkat oleh penulis. Adapun penelitian terdahulu yang penulis temukan dan berkaitan dengan tema yang diangkat, yaitu:

1. Penelitian skripsi yang dilakukan oleh Umy Fahrulida yang berjudul “Shalat sebagai Metode Bimbingan Mental Spiritual

³⁴ Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2021), 30.

³⁵ Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental*, (Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019), 15.

dalam Penanganan Pasien Skizofrenia (Studi Kasus di Panti Rehabilitasi Jalma Sehat Kudus).” Penelitian ini bertujuan agar mengetahui kondisi mental spiritual pasien skizofrenia, dan mengetahui bentuk pelaksanaan bimbingan mental spiritual dalam penanganan pasien skizofrenia.

Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa pasien skizofrenia sebelum mendapat bimbingan menunjukkan gejala malas beraktivitas, kehilangan gairah hidup, merasa resah, emosi tidak stabil, marah tanpa sebab, dan komunikasi nonverbal buruk. Pelaksanaan bimbingan salat ada tiga tahapan yaitu; pra bimbingan, tahap proses pelaksanaan bimbingan, dan tahap pasca bimbingan. Sedangkan metode yang digunakan yaitu metode langsung dengan memberikan bimbingan terkait taata cara salat. Setelah pasien skizofrenia diberikan bimbingan salat kondisi spiritualnya membaik, seperti; kemampuan beraktivitas sehari-hari, komunikasi yang baik, menjadi lebih tenang, bisa mengontrol emosi, dan memiliki semangat hidup.³⁶

2. Penelitian skripsi yang dilakukan oleh Laely Naimatus Sholihah yang berjudul “Implementasi Bimbingan Keagamaan dalam Memotivasi Kesembuhan Gangguan Kejiwaan di Yayasan Jalma Sehat Desa Bulung Kecamatan Jekulo Kudus”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi dan bentuk bimbingan keagamaan dalam memotivasi kesembuhan pasien gangguan jiwa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat bentuk bimbingan keagamaan berupa pemberian motivasi kesembuhan terhadap pasien, melalui adanya motivasi-motivasi yang diberikan mampu memberikan pengaruh baik bagi pasien. Efek yang dirasakan misalnya pasien merasa tenang, berkurangnya kecemasan, tidak putus asa, dan memiliki semangat bahwa dirinya akan sembuh. Sementara metode dari bimbingan keagamaan ini dengan melalui ibadah seperti salat, zikir, do’a, dan pembimbing memberikan contoh perilaku yang baik agar dapat diikuti oleh pasiennya.³⁷

³⁶ Umy Fahrulida, “*Shalat Sebagai Metode Bimbingan Mental Spiritual Dalam Penanganan Pasien Skizofrenia (Studi Kasus di Panti Rehabilitasi Jalma Sehat Kudus)*”, (Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2022).

³⁷ Laely Naimatus Sholihah, “*Implementasi Bimbingan Keagamaan dalam Memotivasi Kesembuhan Gangguan Kejiwaan di Yayasan Jalma Sehat Desa Bulung Kecamatan Jekulo Kudus*”, (Skripsi, IAIN Kudus, 2022).

3. Penelitian skripsi yang dilakukan oleh Bunga Nur Elieza yang berjudul “Bimbingan Spiritual dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Pasien Skizofrenia di Madani Health Care Jakarta Timur”. Penelitian ini bertujuan mengetahui proses bimbingan spiritual dan mengetahui dampak dari pelaksanaan bimbingan spiritual dalam meningkatkan penerimaan diri pasien skizofrenia.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa proses bimbingan spiritual yang dilakukan diawali dengan *assessment* dan *screening*, untuk pelaksanaan bimbingan spiritual ini rutin dilakukan setiap minggu dengan materi yang diberikan berkaitan dengan ibadah, aqidah, dan akhlak. Adapun dampak dari pemberian bimbingan spiritual ini yaitu pasien terlihat memiliki sikap positif dalam menjalani kehidupan, mampu meningkatkan spiritualitasnya, memiliki rencana dan harapan yang sesuai dengan kemampuannya. Hal ini sesuai dengan faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, seperti: pemahaman diri, sikap realistis, emosional stabil dan pasien mampu membuka pikiran mereka untuk menerima diri apa adanya.³⁸

4. Artikel jurnal yang berjudul “Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Pasien yang Mengalami Gangguan Skizofrenia” yang dilakukan oleh Andhika Ardiansyah, dkk. Penelitian ini bertujuan memberikan penanganan terhadap penderita skizofrenia yang memiliki motivasi hidup rendah supaya mereka mampu meningkatkan motivasi hidupnya.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok (TAK) yang telah dilakukan terdapat empat tahapan yaitu: (1) fase pra kelompok, (2) fase awal kelompok, (3) fase kerja kelompok, (4) fase terminasi. Pelaksanaan TAK tersebut dilakukan dengan durasi sekitar 60 menit. Setelah pasien skizofrenia mendapat terapi aktivitas kelompok, mereka terlihat mampu meningkatkan motivasi hidupnya yang ditandai dengan lebih percaya diri, menghargai diri sendiri, terdapat dorongan untuk sembuh, memiliki kemauan untuk bertemu keluarga, dan keinginan untuk memiliki rencana usaha.³⁹

³⁸ Bunga Nur Elieza, “Bimbingan Spiritual dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Pasien Skizofrenia di Madani Health Care Jakarta Timur”, (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022).

³⁹ Andhika Ardiansyah, Weni Sayekti, and Usmi Karyani, “Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pada Pasien Yang Mengalami Gangguan Skizofrenia,” *Seminar Nasional Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, (2022): 1–10.

C. Kerangka Berpikir

Dalam sebuah penelitian diperlukan adanya kerangka berpikir sebagai acuan atau pedoman dalam menentukan arah dari penelitian, hal ini supaya penelitian tetap terfokus pada kajian yang akan diteliti. Pada penelitian ini, penulis akan menyusun kerangka berpikir yang berjudul “Penerapan Bimbingan Mental Spiritual dalam Meningkatkan Motivasi Hidup Pasien Rehabilitasi Pascaskizofrenia di Yayasan Jalma Sehat Kudus”

Pada bagan kerangka berpikir ini akan menjelaskan mengenai pasien rehabilitasi pascaskizofrenia, kategori pasien ini yakni mereka yang sedang menjalani proses pemulihan setelah dirinya mengalami gangguan jiwa jenis skizofrenia. Salah satu permasalahan dalam pemulihan mental pasien pascaskizofrenia adalah rendahnya motivasi hidup, hal ini dapat disebabkan karena adanya stigmatisasi di masyarakat, perasaan tidak bermakna, kurang memiliki semangat, harga diri rendah, dan perubahan suasana hati. Dampaknya pasien akan melakukan penarikan diri dari interaksi sosial, merasa pasrah dengan kondisinya, tidak memiliki keinginan/tujuan, tidak memiliki semangat hidup, dan kurang memiliki motivasi untuk sembuh.

Dalam mengatasi problematika tersebut, salah satu upaya yang dapat dilakukan terapis di Yayasan Jalma Sehat Kudus adalah dengan memberikan bimbingan mental spiritual, supaya dapat membantu pasien untuk bisa kembali sehat jiwanya dan religiusnya agar lebih baik. Sehingga dengan menerapkan bimbingan mental spiritual ini, pasien pascaskizofrenia akan dapat meningkatkan motivasi hidupnya menjadi lebih baik.

Berikut bagan kerangka berpikir penelitian:

Gambar 2.1
Kerangka Berpikir Penelitian

