

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan mental masih tetap menjadi permasalahan kesehatan terbesar di dunia, termasuk di Indonesia. Faktanya, sesuai dengan data WHO, lebih dari 800.000 orang meninggal per tahun atau sekitar 1 orang tiap 40 detik dikarenakan masalah bunuh diri. Sejalan dengan situasi dunia, sesuai dengan data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan (Riskesdas Kemenkes), pada tahun 2018 sebanyak 282.654 rumah tangga atau 0,67 persen penduduk Indonesia mengalami skizofrenia / psikosis. 19 juta orang di atas usia 15 tahun menderita gangguan mental emosional, lebih dari 12 juta orang diatas usia 15 tahun diperkirakan mengalami depresi. Sedangkan WHO (2010) menyebutkan angka bunuh diri di Indonesia mencapai 1,6 - 1,8% per 100.000 penduduk. Berkaitan dengan data tersebut, masalah keadaan psikologis seseorang tidak boleh dianggap enteng dan harus diperhatikan secara serius serta deteksi sejak dini.

Gangguan jiwa harus ditangani dengan baik, yaitu harus dilakukan tindakan preventif, tindakan tersebut dapat dilakukan di pusat layanan kesehatan atau institusi yang memenuhi syarat untuk menangani gangguan jiwa. Masalah ini juga dapat ditangani dengan bantuan para ahli di wilayah yang mudah diakses oleh masyarakat umum.

Kesehatan mental merupakan penyakit yang dapat berdampak negatif pada kualitas hidup. Dengan mempelajari lebih lanjut tentang kesehatan mental, pasien bisa segera mendapatkan perawatan yang tepat. Peristiwa dalam hidup dapat memengaruhi kesehatan mental, dan peristiwa ini dapat memengaruhi karakter serta perilaku seseorang secara serius. Insiden ini dapat berupa kekerasan dalam rumah tangga, trauma masa kecil, atau stres jangka panjang.

Penyakit mental bisa mempengaruhi cara seseorang dalam menangani stres, berhubungan dengan orang lain, dan membuat pilihan. Hal ini dapat memicu hasrat untuk menyakiti diri sendiri. Untuk alasan ini, kesehatan mental harus terus dijaga dari masa kanak-kanak, remaja, hingga dewasa.

Berdasarkan data dan permasalahan tersebut, maka penting adanya solusi yang bisa ditawarkan minimal sebagai langkah pencegahan mengenai masalah kejiwaan. Gangguan mental merupakan penyakit kejiwaan yang membutuhkan penyelesaian intensif. Alternatif konseptual dan tawaran teknologis operasional harus diorientasikan pada kompleksitas manusia itu sendiri. Pendekatan-pendekatan psikologis, berupa konseling dan psikoterapi, merupakan pendekatan alternatif yang menjadi perhatian para ahli umumnya.

Konseling dalam makna *helping relationship* adalah suatu relasi yang terjadi diantara dua pihak, salah satu pihak mempunyai kehendak untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kedewasaan, memperbaiki fungsinya, dan memperbaiki kemampuan pihak lain untuk menghadapi dan menangani kehidupannya sendiri.¹

Memberikan bantuan kepada seseorang pada dasarnya merupakan suatu proses untuk memungkinkan orang itu tumbuh kearah yang dipilihnya, memecahkan masalahnya, dan menghadapi krisis tertentu secara tabah. Selain itu, memberikan bantuan termasuk pula menyadarkan akan adanya alternatif-alternatif dan melihat kemungkinan untuk melakukan tindakan.

Konseling dan psikoterapi tentu memerlukan sebuah pendekatan yang dapat membantu konseli, seperti pendekatan religius yang masih menjadi dasar untuk melakukan konseling. Dasar konsep ajaran Islam yang merujuk pada wahyu dan *human intellect* dapat mengangkat adanya kemungkinan pengembangan teori-teori antisipatif

¹ Mohammad Surya, *Dasar-dasar Penyuluhan (Konseling)*, (Jakarta: Depdikbud, 1988), 85.

dengan perkembangan kebutuhan hidup psikis manusia. Dalam salah satu penelitian, konseling dengan pendekatan religius telah membuktikan keberhasilan praktik konseling dengan cara konsultasi iman. Beberapa pasien disembuhkan karena mereka sepenuhnya percaya kepada Allah, kebesaran, dan kasih sayangNYA, dan melalui konseling, keyakinan ini menjadi lebih kuat. Alasan lainnya adalah dia mengikuti nasehat nabi tentang makanan yang baik dan sehat.² Demikian pula, petunjuk al-Quran dapat digunakan sebagai pedoman untuk membantu orang mengendalikan diri dan membimbing mereka untuk mengambil semua tindakan untuk mencapai kehidupan yang bahagia.³ Selain itu, doktrin keseimbangan dalam Alquran akan menjadi dasar pembentukan seluruh umat manusia.

Mengembalikan diri pada doktrin agama memang merupakan pilihan lain untuk mengatasi gangguan jiwa, karena agama memegang peranan penting dalam kehidupan manusia, terutama dalam kebutuhan psikologis yang harus dipenuhi. Hal ini sesuai dengan apa yang dipahami dalam al-Qur'an surah Ar-Ra'd ayat 28 yaitu:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya:

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.⁴

² Aulia, *Agama dan Kesehatan Badan/Jiwa*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1998), 41.

³ Zakiah Daradjat, *Kebahagiaan*, (Jakarta: CV Ruhama, 1988), 11-12.

⁴ Al-qur'an dan Terjemahan Bahasa Indonesia (ayat pojok), (Kudus: Menara Kudus, 2006), 253.

Agama sebenarnya memberikan standar moral, pedoman, dan sekaligus memperkuat kepercayaan umat manusia untuk menghadapi setiap masalah dalam hidup. Darajat percaya bahwa peran penting agama termasuk memberikan pedoman hidup, membantu menghadapi kesulitan, kesulitan dan menenangkan pikiran.⁵ Agar agama dapat memainkan peran yang efektif dalam mengendalikan moralitas manusia, ia harus dipahami dan dihargai secara mendalam.

Orang yang berkepribadian kuat akan mampu mewujudkan kehidupan yang sehat, yaitu sehat jasmani dan rohani, kesehatan pribadi dan sosial, serta berbagai kehidupan menjadi sehat. Semua itu pada gilirannya akan menjadi modal dasar untuk membentuk tatanan sosial yang penuh simpati, harmoni, cinta, damai dan saling cinta satu sama lain. Keadaan ini sangat penting karena banyak kasus yang menderita penyakit jiwa karena tidak memiliki ciri-ciri di atas. Menurut pernyataan psikolog, faktor penyebab gangguan jiwa adalah hilangnya ketentraman batin yang disebabkan oleh tekanan mental ketika seseorang berusaha beradaptasi dengan diri sosialnya. Oleh karena itu psikolog membagi kebutuhan manusia menjadi dua kategori, yaitu: Kebutuhan fisik (jasmani) primer, kebutuhan psikologis dan sosial (rohani) sekunder.⁶ Oleh karena itu, untuk menjaga keutuhan kepribadian dalam menghadapi kehidupan pribadi, sosial, dan spiritual masyarakat, kedua kebutuhan tersebut harus dipenuhi secara mutlak. Kegagalan untuk memahami atau mengabaikan salah satu dari dua kebutuhan ini akan menyebabkan ketidakseimbangan dalam hidup dan, pada tingkat yang paling tragis menyebabkan gangguan jiwa.

Penderita gangguan jiwa (*neuropati*) akan membutuhkan pengobatan tersendiri, sedangkan penderita

⁵ Zakiah Daradjat, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Haji Mas Agung, 1990), 56.

⁶ Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), 13.

gangguan jiwa perlu menjalani psikoterapi. Teknik konseling islami adalah obat agar penderita gangguan jiwa dapat menyesuaikan kembali mentalnya.

Kesehatan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kehidupan manusia dan merupakan berkah yang tidak ternilai. Pentingnya kesehatan terutama bagi pasien yang menderita penyakit, baik penyakit mental maupun fisik. Dari perspektif ilmu kesehatan jiwa, jika seseorang tidak mampu lagi beradaptasi dengan kehidupan di rumah, sekolah, tempat kerja, atau lingkungan sosial dan berperilaku wajar maka dapat dikatakan sedang sakit.

Dalam masyarakat Islam, psikoterapi telah diterapkan dan bahkan memiliki institusinya tersendiri. Fungsi psikoterapis atau konselor terutama dilakukan oleh para pemuka agama dan ulama, guru sufi atau kiai, yang dianggap memiliki keunggulan spiritual atau supranatural. Metode dan teknik yang digunakan pun tidak lepas dari ajaran Islam yaitu dari ajaran al-Quran dan Hadist. Ini hanya untuk mengingatkan orang pada penyembuh tertinggi yaitu Allah SWT.⁷

Akhir-akhir ini, banyak ditemukan lembaga di luar rumah sakit yang melayani rehabilitasi bagi pasien penderita gangguan mental dengan menggunakan metode penyembuhan spiritual Islami, salah satunya adalah Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman yang terletak di Desa Kecapi Kabupaten Jepara. Berdasarkan wawancara singkat dengan KH. MS. Zainuddin, S.Ag. M.E.⁸ Sebagai pengasuh dan terapis, beliau mengatakan bahwa Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara menerapkan berbagai cara dan metode untuk menangani santri yang menderita gangguan jiwa. Metode yang digunakan di pesantren ini adalah dengan

⁷ Subandi, M.A. (Ed), *Psikoterapi: Pendekatan Konvensional dan Kontemporer (Psychotherapy: A conventional and Contemporary Approaches)*. (Yogyakarta: Penerbit Fakultas Psikologi UGM & Pustaka Pelajar, 2002). 59.

⁸ Pengasuh sekaligus Terapis Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman yang terletak di Desa Kecapi Kabupaten Jepara.

menggunakan bimbingan mental spiritual, serta perawatan psikologis psikoterapi yang meliputi mandi, pijat dan dzikir.⁹

Proses penggunaan terapi kejiwaan untuk memulihkan pasien gangguan jiwa menunjukkan bahwa hanya melalui nasehat saja, penderita gangguan jiwa tidak akan berhasil karena perlu pembinaan secara bertahap, salah satu tugasnya adalah menerapkan nilai religius.

Terapi mandi yang digunakan di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman merupakan bagian dari teknik rehabilitasi santri untuk memulihkan gangguan jiwa. Mandi artinya menyucikan jiwa dan raga agar dapat “kembali” ke suci kapan saja, serta dapat meremajakan dan merelaksasikan tubuh dari saraf yang tegang. Tubuh membutuhkan air untuk menjaga kesehatan dan integritas setiap sel dalam tubuh untuk menjaga kadar cairan dalam darah agar air dapat mengalir melalui pembuluh darah dengan lebih mudah.¹⁰

Selanjutnya adalah terapi penyembuhan dengan pijat, terapi pijat terbukti dapat memperbaiki suasana hati yang kacau dan mengatasi berbagai gangguan mental, seperti cemas berlebihan, depresi, dan membuat tidur lebih nyenyak sehingga badan terasa bugar dan mampu memberikan ketenangan batin. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa manfaat pijat tidak hanya sebatas untuk kesehatan tubuh saja, tapi juga untuk kesehatan mental.¹¹

Terapi dzikir yang dilakukan sebagai salah satu metode penyembuhan gangguan mental berfungsi untuk menimbulkan ketenangan dan kedamaian dalam jiwa. Oleh karena itu, santri yang mengalami gangguan jiwa harus

⁹ MS. Zainuddin, wawancara oleh penulis, 13 Februari, 2020.

¹⁰ el-Bantanie, Muhammad Syafi'ie. *Dahsyatnya Terapi Wudhu*. (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010), 12.

¹¹ dr. Yusra Firdaus, <https://hellosehat.com/hidup-sehat/psikologi/manfaat-pijat-untuk-kesehatan-jiwa/diakses> tgl 01 Maret 2020

sering melakukan dzikir, shalat dan ibadah dalam kesehariannya agar selalu mengingat tujuan hidupnya.¹²

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai Implementasi Bimbingan Mental Spiritual dan Psikoterapi Islam untuk mengatasi masalah gangguan jiwa pada salah satu lembaga penanganan pasien gangguan jiwa dengan konsep Islam, karena mengingat bahwa kesehatan mental merupakan fungsi utama manusia dalam berkehidupan, maka penulis menentukan judul penelitian ini yaitu “Implementasi Bimbingan Mental Spiritual Dan Psikoterapi Islam Dalam Menangani Pasien Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara”.

B. Fokus Penelitian

Agar penelitian lebih terfokus pada lingkup pembahasan yang diharapkan, dalam penelitian ini peneliti membatasi pada lingkup penelitian sebagai berikut:

1. Penelitian ini berfokus pada Implementasi Bimbingan mental spiritual yang ada di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara. Secara garis besar, implementasi bimbingan spiritual dapat diartikan sebagai semacam pertolongan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, kemudian dapat mencapai peningkatan diri, pemikiran, perilaku dan pembinaan akhlak, sehingga dapat harmonis sesuai dengan ajaran Islam.
2. Penelitian ini berfokus pada Psikoterapi Islam sebagai sebuah konsep yang jelas dan implementatif dengan upaya penelaahan model Psikoterapi Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara. Psikoterapi Islam adalah salah satu bentuk solusi bantuan yang mendeskripsikan nilai-nilai holistik Islam, sebagai teoretikal-praktikal yang

¹² Subandi. *Psikologi dzikir: Studi fenomenologi pengalaman transformasi religius*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2009). 14.

memberi solusi atas masalah-masalah yang berkenaan dengan kesehatan mental personal.

3. Lokasi penelitian berfokus hanya pada Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara yang memberikan layanan dan program terkait rehabilitasi dan perlindungan santri gangguan jiwa.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana keadaan pasien sebelum mendapatkan bimbingan mental spiritual dan psikoterapi Islam di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan mental spiritual dan psikoterapi Islam di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara?
3. Bagaimana perubahan/dampak pasien setelah mendapatkan bimbingan mental spiritual dan psikoterapi Islam di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui keadaan pasien sebelum mendapatkan bimbingan mental spiritual dan psikoterapi Islam di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan mental spiritual dan psikoterapi Islam di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara.
3. Untuk mengetahui perubahan/dampak pasien setelah mendapatkan bimbingan mental spiritual dan

psikoterapi Islam di Pondok Pesantren Asshobibuddin
Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat atau kegunaan dalam pendidikan baik secara teoritis dan implikasi praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Secara teori, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif bagi dunia pendidikan dan dapat menambah khazanah wawasan Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI).
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan sebagai bentuk usaha penanganan pasien gangguan mental.
 - c. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai informasi bagi masyarakat luas dan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian terhadap pasien gangguan jiwa.
2. Secara praktis
 - a. Bagi peneliti, diharapkan dengan adanya penelitian ini mampu menambah wawasan peneliti mengenai implementasi bimbingan mental spiritual dan psikoterapi Islam dalam menangani pasien gangguan mental.
 - b. Bagi para akademisi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan penelitian terkait kedepannya.
 - c. Memberi informasi kepada lembaga atau masyarakat umum untuk meningkatkan proses atau cara penanganan pasien gangguan mental.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan ini mendeskripsikan struktur skripsi dan membaginya menjadi beberapa bab untuk

memberikan pemahaman yang jelas tentang penelitian. Peneliti membaginya menjadi lima bab yaitu:

BAB I : Pendahuluan

Bab ini menjelaskan deskripsi masalah yang akan dipelajari. Pendahuluan ini memuat bagian-bagian sebagai berikut yaitu latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan pembahasan yang sistematis.

BAB II : Kajian Pustaka

Dalam bab ini dijelaskan mengenai teori yang relevan sesuai dengan penjabaran dari judul penelitian. Diantaranya adalah :

1. Teori yang dikemukakan oleh Hasan Langgulung dalam karyanya yang berjudul “Teori-Teori Kesehatan Mental”.
2. Teori yang dikemukakan oleh M. Hamdani Bakran Adz-dzaky dalam salah satu bukunya yang berjudul “Konseling dan Psikoterapi Islam”.
3. Teori yang dikemukakan oleh Iin tri Rahayu dalam bukunya yang berjudul “Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer”.
4. Teori yang dikemukakan oleh Subandi dalam bukunya yang berjudul “Psikoterapi, Pendekatan Konvensional dan Kontemporer”.
5. Teori tentang metode-metode psikoterapi Islam oleh Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir dalam bukunya yang berjudul “Nuansa-Nuansa Psikologi Islam”.

Selain itu juga masih ada beberapa pendapat para ahli lain yang nantinya akan dijelaskan lengkap di BAB II.

- BAB III : Metode Penelitian**
Dalam bab ini berisi penjabaran tentang jenis dan pendekatan penelitian, setting penelitian meliputi tempat dan waktu penelitian, subyek penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, pengujian keabsahan data, dan teknik analisis data.
- BAB IV : Hasil Penelitian dan Pembahasan**
Dalam bab ini berisi gambaran umum Pondok Pesantren Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara, selain itu dalam bab ini juga berisi pemaparan data kualitatif dengan ringkasan singkat mengenai temuan penelitian, dengan mengatakan kembali tujuan penelitian, serta berisi pembahasan data hasil penelitian studi deskriptif tentang Implementasi Bimbingan Mental Spiritual Dan Psikoterapi Islam Dalam Menangani Pasien Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren Asshobibuddin Nurul Iman Desa Kecapi Kabupaten Jepara.
- BAB V : Penutup**
Dalam bab ini dikemukakan kesimpulan hasil penelitian dan saran sehubungan telah dilakukannya penelitian.