

BAB II KERANGKA TEORI

A. Kajian Pustaka Konseptual

1. Tehnik Terapi Mental Spiritual

a. Tehnik

1) Pengertian Tehnik

Pengertian tehnik menurut para ahli :

a) Menurut Ludwig Von Bartalanfy

Tehnik merupakan seperangkat unsur yang saling terikat dalam suatu antar relasi diantara unsur-unsur tersebut dengan lingkungan.

b) Menurut Anatol Rapoport

Tehnik merupakan suatu kumpulan kesatuan dan perangkat hubungan satu sama lain.

c) Menurut L.James Havery

Tehnik ialah prosedur logis dan rasional untuk merancang suatu rangkaian komponen yang berhubungan satu dengan yang lainnya dengan maksud untuk berfungsi sebagai suatu kesatuan dalam usaha mencapai tujuan yang telah ditentukan.

d) Menurut John Mc Manama

Teknik ialah sebuah struktur konseptual yang tersusun dari fungsi-fungsi yang saling berhubungan yang bekerja sebagai suatu kesatuan organik untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan.¹

Dalam kamus Besar Bahasa Indonesia, tehnik diartikan sebagai metode atau sistem mengerjakan sesuatu, cara membuat atau melakukan yang berhubungan dengan seni.² Tehnik merupakan cara membuat sesuatu melakukan sesuatu yang

¹<https://teks.co.id/pengertian-teknik-secara-umum-menurut-para-ahli-serta-proses-perkembangan-tujuan/> di unduh pada tanggal 5 Maret 2020 pukul 10:38 Wib

² Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Balai Pustaka, 2002) 1158

berhubungan dengan kesenian.³ Sedangkan dalam hal pembelajaran, tehnik dapat diartikan sebagai cara yang dilakukan seseorang dalam mengimplementasikan suatu metode secara spesifik.⁴ Sehingga tehnik dapat diartikan sebagai seperangkat unsur yang saling terikat atau tersusun dalam usaha mencapai suatu tujuan.

2) Model

Secara umum diartikan sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan suatu kegiatan. Dalam pengertian lain model juga diartikan sebagai barang atau benda sesungguhnya, seperti “globe” yang merupakan model dari bumi tempat kita hidup.⁵

3) Metode

Dari segi bahasa metode berasal dari dua kata yaitu “metha” yang berarti melalui atau melewati, dan “hodas” berarti jalan atau cara. Dengan demikian metode dapat diartikan sebagai suatu cara atau jalan yang harus dilalui untuk mencapai suatu tujuan.⁶ Dalam bahasa arab metode dikenal dengan istilah *at thoriq* (jalan atau cara).⁷ Jadi metode adalah cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

4) Strategi

Kata ‘*strategi*’ adalah turunan dari kata dalam bahasa Yunani yaitu *strategos*. Adapun *strategos* dapat diterjemahkan sebagai ‘*komandan militer*’ pada zaman demokrasi athena. Sedangkan menurut

³ Hartono, *Kamus Praktis Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Rineka Cipta,1992) 161

⁴http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_SEKOLAH/195404021980112001-IHAT_HATIMAH/Pengertian_Pendekatan,_strategi,_metode,_teknik,_taktik_dan.pdf di unduh pada tanggal 27 Februari 2020 pukul 14:07

⁵ Abdul Majid, *Strategi Pembelajaran*, (Bandung:PT.Remaja Rosda Karya,2013) 13

⁶ Ahmad Falah, *Materi dan Pembelajaran Fiqih MTs-MA, STAIN Kudus*, (Kudus, 2009) 10

⁷ Abdul Majid, *Strategi Pembelajaran*, (Bandung:PT.Remaja Rosda Karya,2013) 21

istilah strategi merupakan pendekatan secara keseluruhan yang berkaitan dengan pelaksanaan gagasan, perencanaan, dan eksekusi sebuah aktivitas dalam kurun waktu. Strategi dibedakan dengan taktik yang memiliki ruang lingkup lebih sempit dan waktu yang lebih singkat. Strategi sering dikaitkan dengan Visi dan Misi, walaupun strategi biasanya lebih terklait dengan jangka pendek dan jangka panjang. Seperti berikut yang menggambarkan sebagai perbedaannya, “strategi untuk memenangkan keseluruhan kejuaraan dengan taktik untuk memenangkan satu pertandingan”. Pada mulanya kata strategi hanya dipergunakan untuk kepentingan militer saja, tetapi kemudian berkembang ke berbagai bidang seperti, strategi bisnis, olahraga, perdagangan, ekonomi, manajemen strategi dan lain-lain.⁸

5) Pendekatan

Istilah pendekatan berasal dari bahasa inggris *approach* diartikan sebagai *a way of beginning something* “cara memulai sesuatu”. Oleh karena itu pengertian pendekatan dapat diartikan sebagai cara memulai pembelajaran. Umumnya pendekatan biasa digunakan dalam ranah pendidikan untuk memulai suatu cara agar tujuan yang diinginkan tercapai.⁹

6) Pola

Kata “pola” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) artinya bentuk atau system, cara atau bentuk (struktur) yang tepat, yang mana pola dapat dikatakan contoh atau cetakan.¹⁰ Pola juga dapat diartikan bentuk atau cara untuk menunjukkan suatu objek yang mengandung kompleksitas proses

⁸<https://id.wikipedia.org/wiki/strategi> diunduh pada tanggal 28 Agustus pukul 20:38

⁹<https://www.slideshare.net/dedyulianto370/pengertian-pendekatan> diunduh pada tanggal 29 Agustus pukul 21:19 WIB

¹⁰ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1996) 778

didalamnya dan hubungan antar unsur pendukungnya.¹¹

Dari berbagai penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan penulis menggunakan tehnik untuk menjelaskan secara terstruktur terhadap judul terkait karena tehnik memiliki keterikatan antara unsur satu dengan yang lainnya dan saling tersusun untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

b. Terapi

1) Pengertian Terapi

Therapy (dalam bahasa inggris) bermakna pengobatan dan penyembuhan, dalam bahasa Arab Terapi sepadan dengan “al-istisyfa” yang berasal dari kata “syafa-yasfi-syifa” yang artinya menyembuhkan. Terapi juga diartikan sebagai upaya sistematis dan terencana dalam menanggulangi masalah-masalah yang dihadapi oleh klien dengan tujuan mengembalikan, memelihara, mengembangkan kondisi klien agar akal dan hatinya berada dalam kondisi dan posisi yang proporsional. Manusia yang akal dan qolbunya yang proporsional inilah yang merupakan sosok manusia yang sehat serta ahagia dunia akhirat.¹²

Terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, pengobatan penyakit dan perawatan penyakit. Dalam bidang medis, kata terapi sinonim dengan kata pengobatan.¹³ Menurut kamus lengkap psikologi, terapi merupakan perlakuan dan pengobatan yang ditujukan kepada penyembuhan suatu kondisi patologis (pengetahuan tentang penyakit atau gangguan).¹⁴

¹¹ Wirianto, *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Jakarta:Gramedia,2004) 9

¹² M.sholihin, *Terapi Sufistik*, (Bandung:Pustaka Setia,2004) 32

¹³ Suharso dan Ana Retnoningsih, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Semarang: Widya Karya,2013) 506

¹⁴ J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Trans. Kartini Kartono (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada 2001) 507

Terapi juga dapat diartikan sebagai suatu jenis pengobatan penyakit dengan kekuatan batin atau rohani, bukan pengobatan dengan obat-obatan.¹⁵

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa terapi merupakan suatu proses untuk menyembuhkan seseorang dari penyakit yang dialami baik secara psikis maupun mental yang mana dilakukan oleh ahlinya.

2) Aspek Terapi

Dalam hal ini aspek-aspek yang digunakan dalam terapi dapat menggunakan aspek yang ada pada konseling islam, yaitu sebagai berikut:

a) Aspek Preventif

Dimana orientasinya mengarah kepada penjagaan individu dari semua guncangan jiwa dan membentengi mereka dari segala penyimpangan. Hal ini dapat dilakukan dengan yang sekiranya dapat menyeimbangkan perilaku yang ada.

b) Aspek perkembangan

Orientasi pada aspek perkembangan ini mengarah kepada pembentukan kepribadian muslim agar mampu menjadi individu yang optimis, penuh dengan produktivitas, serta mampu mengoptimalkan segala potensi dan kemampuannya.

c) Aspek terapi, orientasi pada aspek terapi mengarah kepada pembebasan dan pelepasan individu dari segala kekhawatiran dan kegelisahannya serta membantunya dalam memecahkan masalah yang dihadapinya.

Terapi juga dapat menggunakan metode penyadaran, yang banyak menggunakan

¹⁵ Yan Pramadya Puspa, *Kamus Umum Populer*, (Semarang: CV.Aneka Ilmu, 2003) 340

ungkapan-ungkapan nasihat dan juga *at-Tarhib wat-Tarhib* (janji dan ancaman)¹⁶

3) Tujuan terapi

Adapun tujuan dari terapi adalah sebagai berikut:

- a) Memberikan pertolongan kepada setiap individu agar sehat jasmaniah dan rohaniah, atau sehat secara mental spirituan dan moral, atau sehat jiwa dan raganya.
- b) Menggali dan mengembangkan potensi esensial sumber daya insani.
- c) Mengantarkan individu kepada perubahan konstruksi dalam kepribadian dan etos kerja.
- d) Meningkatkan kualitas keimanan, keislaman, keihisanan dan ketauhidan dalam kehidupan sehari-hari dan nyata.
- e) Mengantarkan individu mengenal, mencintai, berjumpa dengan
- f) esensi diri atau jati diri dan citra diri.

Selain digunakan untuk menyembuhkan mental, terapi juga dapat digunakan untuk membantu mempertahankan dan membangun integritas jiwa, agar seseorang dapat tumbuh secara sehat dan memiliki kemampuan penyesuaian diri lebih efektif terhadap lingkungannya.¹⁷

4) Bentuk-Bentuk Terapi

- a) Supportive Therapy (penyembuhan supportive)
Tujuan dari supportive therapy yaitu:

- (1) Memperkuat benteng pertahanan (harga diri dan kepribadian)
- (2) Memperluas mekanisme pengarah dan pengendalian emosi atau kepribadian.
- (3) Pengembalian pada penyesuaian diri yang seimbang.

Adapun metode dan tehnik pendekatannya yaitu:

¹⁶ Muafir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani, 2005) 25

¹⁷ M.Sanusi, *Terapi Warisan Kedokteran Islam*, (Yogyakarta:Najah, 2012) 98

- (1) Bimbingan (guidance)
- (2) Mengubah lingkungan
- (3) Meyakinkan
- (4) Tekanan dan pemaksaan
- (5) Penebalan perasaan
- (6) Penyaluran emosi atau katarsis
- (7) Sugesti
- (8) Penyembuhan inspirasi berkelompok

b) Reeducative Therapy (Penyembuhan Redukatif)
 Tujuan reeducative therapy adalah mengusahakan dengan adanya :

- (1) Penyesuain kembali
- (2) Perubahan atau modifikasi sasaran atau tujuan
- (3) Menghidupkan potensi creative.

Untuk mencapai tujuan tersebut dapat diusahakan adanya pemahaman (*insight*) kedalam permasalahan emosional yang dihadapinya atau tanpa insight. Metode atau pendekatannya antara lain:¹⁸

- (1) Penyembuhan sikap
- (2) Penyembuhan perilaku dan pembiasaan
- (3) Wawancara
- (4) Penyembuhan terpusat pada klien
- (5) Penyembuhan terarah
- (6) Penyembuhan reedukatif
- (7) Penyembuhan keluarga
- (8) Penyembuhan perkawinan

c) Reconsructive Therapy (Penyembuhan Rekonstruktif)

Tujuan dari penyembuhan rekonstruktif adalah sebagai berikut :

- (1) Menimbulkan insight atau pemahaman terhadap konflik-konflik yang tidak disadari agar terjadi perubahan struktur karakter.

¹⁸ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013) 94

- (2) Perluasan pertumbuhan kepribadian dengan mengembangkan potensi penyesuaian yang baru.

Metode dan tehnik pendekatannya antara lain :

- (1) Psikoanalisis
- (2) Pendekatan transaksional
- (3) Analisis Ekstensial
- (4) Penyembuhan bermain
- (5) Psikoterapi dengan orientasi psikoanalisis

Dalam psikoterapi, selain pendekatan metode dan tehnik dikenal pula pendekatan dasar filosofis. Pendekatan filosofis merupakan suatu dasar pemikiran filasafat yang merupakan pandangan tentang manusia. Dalam penyembuhan gangguan mental, para ahli psikoterapi dapat mengubah tehnik terapi tanpa merusak usaha penyembuhan, meskipun belum diketahui penyakit dan penyebabnya.¹⁹

c. Mental

1) Pengertian mental

Kata “mental” diambil dari bahasa Yunani, pengertiannya sama dengan *psyche* dalam bahasa latin yang artinya psikis, jiwa atau kejiwaan.²⁰ Jiwa yaitu sesuatu yang menyangkut batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan/tenaga, bukan hanya pembangunan fisik yang diperhatikan, melainkan juga pembangunan psikis.²¹ Menurut H.M Arifin mental diartikan sebagai suatu kekuatan yang abstrak (tidak tampak) serta tidak dapat dilihat oleh pancaindra tentang wujud dan dzatnya, melainkan yang

¹⁹ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013) 95

²⁰ Moeljono Notosoedirdjo dan Latipun, *Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan*, (Malang: UMM Press, 2002) 27

²¹ Amin Syukur, *Pengantar Psikologi Islam*, (Semarang: Duta Grafika, 1991) 110

tampak hanya gejalanya saja dan dari gejala inilah dapat dijadikan sasaran penyediaan ilmu jiwa.²²

Mental menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki arti bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga, serta bukan hanya pada pembangunan fisik yang diperhatikan melainkan juga pembanguna batin dan watak.²³

Mental atau psyche dalam Bahasa Arab dapat dipadankan dengan *nafs* dengan bentuk jamaknya “*anfus*” atau “*nufus*”. Ia memiliki beberapa arti diantaranya jiwa, ruh, darah, jasad, orang dan diri sendiri.

Dalam ilmu psikiatri dan psikoterapi, kata mental sering digunakan sebagai kata ganti dari kata “*personality*” (kepribadian) yang berarti bahwa mental adalah semua unsur jiwa termasuk pikiran, emosi, sikap dan perasaan yang dalam keseluruhan dan kebulatannya akan menentukan corak laku, cara menghadapi hal yang menekan perasaan, mengecewakan atau menggembirakan, menyenangkan dan sebagainya.²⁴

Dari berbagai pengertian etimologis tersebut dapat dipahami bahwa psyche atau nafs adalah bagian dari diri manusia dari aspek yang bersifat ruhaniah dan paling banyak menyinggung sisi yang dalam dari eksistensi manusia, dibandingkan dengan fisik atau jasmaniah.²⁵

Mental atau jiwa sering dikaitkan dengan kesehatan mental. Dalam hubungannya dengan fisik atau raga, istilah ilmiahnya *psyche atau soma*(bahasa yunani), kita bisa meninjau dan

²² M Arifin, *Psikologi dan Beberapa Aspek Kehidupan Ruhaniah Manusia*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1997)17

²³ www.KamusBahasaIndonesia.org diunduh pada tanggal 29 Agustus pukul 23:28 WIB

²⁴ Dede Rahmat Hidayat, *Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental Di Sekolah)*, (Bandung : PT.Remaja Rosda Karya, 2014) 27

²⁵ Samsul, Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta : Amzah, 2010) 87

memahami peranan gangguan perasaan. Perasaan memegang peranan penting dalam kehidupan manusia. Mendapatkan rasa senang, gembira dan puas (*satisfaction*) serta bahagia merupakan tujuan dengan berbagai macam ikhtiar manusia sehari-hari. Dalam tubuh manusia ada jembatan jasmaniah yakni yang menghubungkan fungsi mental dan fisik (*psyche dan soma*) yakni keseluruhan system saraf dan hormon yang disebut system neuro-hormonal.²⁶

Pengertian kesehatan mental menurut bahasa, biasa disebut *mentalhygiene*, berasal dari dua kata yaitu *mental* dan *Hygeia* adalah nama Dewi Kesehatan Yunani. *Hygeia* berarti ilmu kesehatan. Sedangkan *mental* berasal dari bahasa latin "*men, metis*" yang berarti jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat.²⁷

Pengertian terminologis tentang kesehatan mental selalu mengalami perkembangan. Pada awalnya, pengertian tentang kesehatan mental bersifat terbatas dan sempit, seperti halnya terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa. Hal ini berarti kesehatan mental hanya diperuntukkan bagi orang yang mengalami gangguan dan penyakit jiwa. Padahal kesehatan mental diperlukan bagi setiap orang yang merindukan ketentraman dan kebahagiaan hidup.²⁸ Pada pengertian yang lain kesehatan mental merupakan terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan dan

²⁶ Dede Rahmat Hidayat dan Herdi, *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, (Bandung: PT.Remaja Rosda Karya, 2013) 26

²⁷ Syamsu Yusuf, *Mental Hygine Pengembangan Kesehatan Mental Dalam Kajian Psikologi dan Agama*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004) 7

²⁸ Moh Sholeh Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2 005) 21

bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna bahagia didunia dan akhirat.²⁹

Menurut Kartini Kartono kesehatan mental sebagai ilmu jiwa yang memperlmasalahkan kehidupan kerohanian yang sehat, serta memandang pribadi manusia sebagai satu totalitas psikofisis yang kompleks. Sementara orang yang sehat jiwanya mampu bertindak secara efisien, memiliki tujuan hidup yang jelas, memiliki integritas kepribadian dan selalu tenang batinnya.³⁰

Sedangkan menurut Zakiya Daradjat, kesehatan mental mempunyai beberapa tingkatan definisi, pertama, kesehatan mental merupakan terhindarnya orang dari gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala penyakit jiwa (*Psikose*). Kedua, kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain, dan masyarakat serta dengan lingkungan sosialnya. Ketiga, terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problema yang biasa terjadi dan terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin.³¹ Dari definisi-definisi diatas mental dihubungkan dengan akal, fikiran dan ingatan, sehingga akal perlu dijaga dan dipelihara hal tersebut dibutuhkan mental yang sehat. Karena ketenangan hidup, ketentraman jiwa dan kebahagiaan hidup tidak hanya tergantung pada factor luar saja, seperti ekonomi, keluarga, lingkungan, status sosial, kekayaan dan lain-lain, melainkan lebih bergantung pada sikap dan cara menghadapi faktor- faktor tersebut, jadi yang menentukan ketenangan, kebahagiaan hidup

²⁹ Moh Sholeh Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2 005) 25

³⁰Moh Sholeh Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005) 22

³¹Moh Sholeh Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005) 23

adalah kesehatan mental / jiwa dan kemampuan menyesuaikan diri.

Manifestasi mental yang sehat (secara psikologi) menurut Maslow dan Mittlemenn adalah sebagai berikut :³²

- (a) *Adequate feeling of security* (rasa aman yang memadai) yaitu perasaan aman dalam hubungannya dengan pekerjaan, social dan keluarganya.
- (b) *Adequate self-evaluation* (kemampuan menilai diri sendiri yang memadai), mencakup, (a) harga diri yang memadai yaitu merasa ada nilai sebanding pada diri sendiri dan prestasi yang diraih. (b) memiliki perasaan berguna yaitu, perasaan secara moral masuk akal dan tidak diganggu oleh rasa bersalah yang berlebihan.
- (c) *Adequate spontanity and emotionality* (memiliki spontanitas dan perasaan yang memadai dengan orang lain) mampu membentuk ikatan emosional secara kuat dan abadi, seperti persahabatan dan cinta, mampu memberi ekspresi yang cukup pada hal yang tidak disukai tanpa kehilangan control, kemampuan memahami dan membagi rasa kepada orang lain.
- (d) *Efficient contact with reality* (mempunyai kontak yang efisien dengan realitas) mencakup tiga aspek yaitu dunia fisik, social, dan diri sendiri atau internal. Ditandai dengan, (a) tidak ada fantasi yang berlebihan, (b) mempunyai pandangan yang realistik dan luas. (c) kemampuan untuk berubah jika situasi eksternal tidak dapat dimodifikasi.
- (e) *Adequate bodily desires and ability to gratify them* (keinginan jasmani yang memadai dan kemampuan untuk memuaskannya) adanya hasrat dalam pemenuhan kebutuhan jasmani.
- (f) *Adequate self-knowledge* (mempunyai kemampuan pengetahuan yang wajar) bisa menempatkan diri pada posisi yang tepat
- (g) *Integration and consistency of personality* (kepribadian yang utuh dan konsisten)

³² Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Gunung Agung:Jakarta, 2016) 17

- (h) *Adequate life goal*(memiliki tujuan hidup yang wajar) sesuai dengan lingkungan social dan baik dalam segala hal.
- (i) *Ability to learn from experience*(kemampuan untuk belajar dari pengalaman)
- (j) *Ability to satisfy the recuirements of the group*(kemampuan memuaskan tuntutan kelompok) mampu menerima kritik dan saran.
- (k) *Adequate emancipation from the group or culture* (mempunyai emansipasi yang memadai dari kelompok atau budaya).³³

Adapun orang yang dikatakan kurang sehat mentalnya dalam beberapa hal disebut abnormal (*abnormal behavior*), adanya keabnormalan tersebut biasanya disebabkan oleh individu yang tidak mampu dalam menghadapi kenyataan hidup, sehingga muncul konflik mental pada dirinya. Gejala umum yang termasuk pada golongan individu yang kurang mentalnya dapat dilihat dalam beberapa segi :³⁴

- (a) Perasaan, seseorang yang mengalami gangguan pada kesehatan mentalnya akan sering mengalami gelisah, hal tersebut terjadi karena individu kurang mampu dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi sehingga timbul kegelisahan pada dirinya. Gangguan perasaan yang disebabkan oleh terganggunya mental meliputi : rasa cemas (gelisah), iri hati, sedih, merasa rendah diri, ragu dan sebagainya.
- (b) Pikiran, seseorang yang kurang sehat mentalnya akan mempengaruhi pada pikirannya, karena ketenangan jiwa yang terganggu akan berpengaruh besar pada pikiran seseorang, hal tersebut dapat dilihat pada seseorang yang kurang sehat mentalnya akan kesulitan untuk melanjutkan kembali suatu yang direncanakan sebelumnya, tidak dapat berkonsentrasi pada suatu pekerjaan, pelupa dan sebagainya.
- (c) Kelakuan, pada umumnya seseorang yang kurang sehat mentalnya akan mempengaruhi pada kelakuan

³³Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Gunung Agung:Jakarta, 2016) 18

³⁴Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Gunung Agung:Jakarta, 2016) 20

dan tindakannya. Seperti halnya perasaan yang tertekan atau merasa gelisah, hal tersebut biasanya diimplementasikan oleh orang yang kurang sehat mentalnya dengan tindakan yang abnormalitas seperti keras kepala, menyeleweng dan lain-lain.³⁵

d. **Spiritual**

1) **Pengertian Spiritual**

Spiritual berasal dari kata *spirit* yang berarti “semangat, jiwa, roh, sukma, mental, batin, rohani dan keagamaan”.³⁶ Inti dari kata *spirit* berikut dari kata dasar *spiritual* dan *spiritualitas* yang berarti bermuara kepada kehakikian, keabadian dan ruh, bukan yang bersifat sementara dan tiruan.³⁷

Spirit merupakan kata dasar *spiritual* yang berarti kekuatan, tenaga, semangat, vitalitas, energy, moral atau motivasi sedangkan spiritual berkaitan dengan roh, semangat atau jiwa, religious yang berhubungan dengan agama, keimanan, kesalehan, menyangkut nilai-nilai yang transcendental (suatu yang melampaui pemahaman biasa), bersifat mental sebagai lawan dari material, fisik dan jasmaniah.³⁸

Kata spiritual berdasarkan etimologinya berarti, sesuatu yang mendasar, penting dan mampu menggerakkan serta memimpin cara berpikir dan bertingkah laku seseorang.³⁹ Kata spiritual menegaskan sifat dasar manusia yaitu sebagai makhluk yang secara mendasar dekat dengan tuhanNya atau berjalan ke arah-Nya. Pada pengertian

³⁵Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Gunung Agung:Jakarta, 2016) 22

³⁶ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1998) 857

³⁷ Kuntowijoyo, *Paradigma Islam Interpretasi Untuk Aksi*, (Bandung: Mizan, 1991) 288

³⁸ J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Trans. Kartini Kartono (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada 2001)480

³⁹ Patricia Potter dkk, *Fundamental Keperawatan Konsep, Konsep Dan Praktik*, Alih Bahasa Yasmin Asih, dkk, (Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran,2005) H 563

ini spiritual menunjukkan pada sosok manusia yang dekat dan sadar akan diri dan Tuhannya.⁴⁰

Terdapat teori yang mengatakan bahwa sumber kejiwaan atau spiritual adalah suatu kesatuan dengan agama, beberapa pendapat yang dikemukakan oleh para ahli yaitu:

- a) Thomas Van Aquino, mengatakan bahwa sumber kejiwaan agama (spiritual) ialah, berfikir. Manusia ber Tuhan karena melakukan kemampuan berfikitnya.
- b) Fredrick Schleimacher, mengatakan bahwa yang menjadi sumber keagamaan itu ada pada rasa ketergantungan mutlak (*sense of depend*).
- c) Rudolf Otto, berpendapat bahwa sumber kejiwaan agama (spiritual) adalah rasa kagum yang berasal dari “*The Wholly Others*” (yang sama sekali lain).⁴¹

Dalam perspektif islam , dimensi spiritual senantiasa berkaitan langsung dengan realitas illahi, Tuhan Yang Maha Esa (ketauhidan). Jadi spiritualitas sendiri bukan hal yang asing bagi manusia, karena merupakan inti dari kemanusiaan itu sendiri. Manusia terdiri dari unsur material dan spiritual atau unsur jasmani dan rohani.⁴² Berikut ada beberapa pendapat mengenai pengertian spiritual atau spiritualitas.

- a) Hazrat Inayat Khan, mengatakan bahwa spiritualitas merupakan dimensi ketuhanan yang menjadi potensi hereditas setiap orang dan tidak terikat suatu dogma agama apapun. Akan tetapi aspek spiritualitas suatu agama dijadikan

⁴⁰ Abdul Kadir Riadi, *Antrologi Tasawuf (Wacana Mnesia Spiritual dan Pengetahuan)*, (Jakarta: Pustaka LP3ES,2014) h.15

⁴¹ Jalaluddin & Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakrta: Kalam Mulia, 1993) h.21-23

⁴² Tobroni, *The Spiritual Leadership (Perspektifan Organisasi Industry Melalui Prinsip-Prinsip Spiritual Etis)*,(Malang, UMM Press, 2005), 20

sebagai jalan dalam menumbuhkan jiwa spiritual seseorang.⁴³

- b) Mimi Doe dan Marsha Walch, mengatakan bahwa spritualitas merupakan dasar tumbuhnya harga diri, nilai, moral dan rasa memiliki serta memberi arah darti pada kehidupan, suatu keadaan yang menghubungkan dengan Tuhan, atau apapun yang disebut dengan sumber keberadaan atau hakikat kehidupan.⁴⁴

Spiritualitas adalah konsep dua dimensi vertikal dan horizontal. Dimensi vertikal mewakili hubungan dengan Tuhan, sedangkan horizontal mewakili hubunga dengan sesama manusia. Dalam hal ini spiritual digambarkan sebagai kekuatan dan harapan. Maslow mendefinisikan spiritualitas sebagai aktualisasi diri seseorang berlimpah dengan kreativitas, intuisi, sukacita, keceriaan,toleransi, kedamaian, kehati-hatian serta memiliki tujuan yang jelas. Menurut Maslow pengalaman spiritual merupakan puncak tertinggi manusia.

Dimensi vertikal dan horizontal dalam spiritual dijelaskan dalam setiap agama, yang mana pembahasan ini fokus pada spiritual islam sebagai metode pembentukan jiwa dan akhlak manusia. Konsep spiritual menurut Al-Ghazali dijelaskan dalam karyanya *Ihya 'Ulum Al-Din* bahwa spiritual islam diletakkan dalam ibadah, *al'adat* dan akhlak, artinya terciptanya hubungan keharmonisan antara manusia dengan Allah, dengan sesama manusia dan dengan dirinya sendiri. Maka akan memperoleh kesuksesan hidup di dunia dan akhirat.⁴⁵

Menurut Burkhand spiritualitas meliputi beberapa aspek, diantaranya sebagai berikut :⁴⁶

⁴³ Inayat Khan, *Kehidupan Spiritual*, ter.Imron Rosjadi (Yogyakarta:Pustaka Sufi,2002),34

⁴⁴ Marsha Walch, Mimi Doe, *10 Prinsip Spiritual Parenting*, (Bandung: Mizan. 2001), 20

⁴⁵Yahya Jaya, *Spiritual Islam Dalam Menumbuhkembangan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: CV.Ruhama,1994) h.54

⁴⁶ M.Sholihin, *Terapi Sufistik*, (Bandung: Pustaka Setia,2004) 33

- a) Berhubungan dengan sesuatu yang tidak diketahui atau ketidakpastian dalam kehidupan.
- b) Menemukan arti dan tujuan hidup.
- c) Menyadari kemampuan untuk menggunakan sumber dan kekuatan dalam diri sendiri.
- d) Mempunyai perasaan keterikatan diri sendiri dan dengan Yang Maha Tinggi.

Berdasarkan paparan diatas spiritual seseorang dapat diamati melalui perilakunya yang berhubungan dengan Allah SWT, berdasarkan ketaatannya dalam melakukan ibadah sesuai dengan ketetapan Allah bagi umat muslim. Dengan sesama manusia dengan bentuk dari kepeduliannya terhadap sesama, saling menghormati dan tolong menolong. Terhadap diri sendiri dengan bentuk mampu menerima diri sendiri, mampu merawat diri. Dan bentuk harmonis dari hubungan dengan lingkungan yaitu turut menjaga kebersihan lingkungan.

Spiritual adalah ruh yang menjadi bagian dari manusia itu sendiri yang bersifat keilahian. Sedangkan mental merup akan unsur jiwa manusia yang mencerminkan pikiran, emosi, sikap dan perasaan yang menentukan tingkah laku. Sehingga dari pengertian mental dan spiritual dapat disimpulkan bahwa mental spiritual adalah suatu yang menghubungkan dengan keadaan mental spiritual atau jiwa yang mencerminkan sikap, tingkah laku yang selaras dengan ajaran agama islam.⁴⁷

2) Tingkat spiritualiatas

Tingkat spiritual terdapat tujuh tingkatan dari yang bersifat egoistik maupun yang suci secara spiritual, yang dinilai langsung oleh Allah SWT, yaitu :⁴⁸

⁴⁷ Tobroni, *The Spiritual Leadership (Perspektifan Organisasi Industry Melalui Prinsip-Prinsip Spiritual Etis)*, (Malang, UMM Press, 2005) h 21

⁴⁸ Abdul Wahid Hasan, *Aplikasi Strategi Dan Model Kecerdasan Spiritual (SQ) Rasulullah diMasa Kini*, (Yogyakarta: IRCiSod,2006), 38

a) *Nafs Ammarah*

Pada tahap ini, kejahatan seseorang nafsunya didominasi oleh godaan, pada tahap ini pula seseorang tidak dapat mengontrol dirinya dan tidak memiliki moralitas atau rasa kasih. Dendam, iri hati, ketamakan pemaarah, gairah merupakan sifat yang muncul pada tahap ini. Dan kesadaran serta akal manusia dikalahkan oleh nafsu.

b) *Nafs lawwamah*

Orang yang berada pada tahap ini mulai memiliki kesadaran terhadap perilaku-perilakunya dan dapat membedakan yang baik maupun benar, menyesali kesalahan. Namun masih belum ada kemampuan untuk mengubah gaya hidupnya, sebagai langkah awal mencoba mengikuti keajiban agamanya seperti, sholat, puasa, membayar zakat, dan mencoba berperilaku baik. Namun terdapat tiga hal yang membahayakan pada tahap ini karena akan selalu ada godaan pada setiap aktivitas, meliputi kemunafikan, kesombongan dan kemarahan.

c) *Nafs mulbiman*

Pada tahap ini seseorang akan mengalami ketulusan dalam beribadah yang benar-benar termotivasi dari cinta dan kasih sayang, serta adanya pengabdian dan nilai moral. Tahap ini merupakan awal praktik dari sufisme seseorang, meskipun seseorang belum sepenuhnya terbebas dari keinginan dan ego, namun motivasi dan pengalaman spiritual terdahulu dapat mengurangi untuk benteng pertama. Sifat yang ada pada tahap ini adalah kelembutan, kasih sayang, kreativitas, moral yang baik, secara keseluruhan seseorang pada tahap ini memiliki emosi yang matang dan menghargai serta dihargai orang.

d) *Nafs muthma'innah*

Pada tahap ini seseorang mengalami kedamaian dalam hidupnya serta pergolakan pada tahap awal telah terlalui. Kebutuhan dan ikatan

lama sudah tidak dibutuhkan oleh seseorang. Pada tahap ini kepentingan seseorang mulai lenyap membuat lebih dekat dengan TuhanNya. Pada tahap ini seseorang akan memiliki pikiran terbuka, bersyukur, dapat dipercaya, dan penuh kasih sayang. Ketika seseorang menerima segala kesulitan maupun cobaan dihadapi dengan kesabaran dan ketakwaannya, dan ketika telah mencapai kenikmatan dapat dikatakan seseorang telah mencapai tingkat jiwa yang tenang. Dari segi perkembangan tahap ini memasuki dalam periode transisi. Seseorang sudah mulai dapat melepaskan semua belenggu dalam dirinya dan telah mulai melakukan interaksi kembali pada semua aspek universal kehidupan.⁴⁹

e) *Nafs radhiyah*

Pada tahap ini seseorang tidak hanya tenang dengan dirinya sendiri namun tetap bahagia dan tegar melewati kesulitan, atau musibah dalam kehidupannya. Menyadari bahwa kesulitan yang datang untuk memperkuat dan memperkokoh keimanannya. Keadaan bahagia yang terdapat pada tahap ini tidak bersifat hedonistik dan materialistik dan berbeda dari hal yang dialami seseorang yang berorientasi pada sifat duniawi, penuh kesenangan dan penghindaran rasa sakit, ketika seseorang mencapai pada tingkat mencintai dan bersyukur kepada Allah seseorang telah mencapai pada tahap perkembangan spiritual ini. Namun hanya sedikit orang yang dapat mencapai pada tahap ini.

f) *Nafs mardhiyah*

Pada tahap ini, seseorang yang mengalami kesulitan akan merasakan kebahagiaan. Menyadari bahwa segala kesulitan yang

⁴⁹ Abdul Wahid Hasan, *Aplikasi Strategi Dan Model Kecerdasan Spiritual (SQ) Rasulullah diMasa Kini*, (Yogyakarta: IRCiSod,2006), 39

diberikan allah ntuk memperkuat imannya. Keadaan bahagia yang terdapat pada tahap ini tidak bersifat hedonistik dan materialistik dan berbeda dari hal yang dialami seseorang yang berorientasi pada sifat duniawi, penuh kesenangan dan penghindaran rasa sakit, ketika seseorang mencapai pada tingkat mencintai dan bersyukur kepada allah seseorang telah mencapai pada tahap perkembangan spiritual ini. Namun hanya sedikit orang yang dapat mencapai pada tahap ini. Karena dalam segala kejadian maupun cobaan adalah atas tindakan allah yang mencintai mereka dalam setiap situasi.

g) *Nafs safiyah*

Seseorang yang mencapai pada tahap akhir ini telah mengalami transendensi diri yang utuh. Tidak ada nafas yang tersisa, hanya penyatuan dengan allah. Pada tahap ini seseorang telah menyadari kebenaran “ Tidak Ada Tuhan Selain Allah” dan hanya keilahian yang ada, dan setiap indera manusia atau keterpisahan adalah ilusi semata.⁵⁰

3) Faktor- faktor yang mempengaruhi spiritualitas

Menurut *Taylor et al* (1997) dalam buku aspek spiritualitas dalam keperawatan, ada beberapa faktor penting yang dapat mempengaruhi spiritualitas seseorang, yaitu:⁵¹

- a) Tahap perkembangan : berdasarkan hasil penelitian terhadap anak-anak dengan empat agama yang berbeda ditemukan bahwa mereka memiliki konsep spiritualitas yang berbeda menurut usia , jenis kelamin, agama dan kepribadian anak.
- b) Keluarga : peran orang tua sangat penting dalam perkembangan spiritualitas seorang anak karena

⁵⁰ Abdul Wahid Hasan, *Aplikasi Strategi Dan Model Kecerdasan Spiritual (SQ) Rasulullah diMasa Kini*, (Yogyakarta: IRCiSod,2006), 39

⁵¹ Hamid A.Y ,*Buku Ajar Aspek Spiritualitas Dalam Keperawatan*, (Jakarta :Widya Medika, 2006) 36

orang tua sebagai role model. Selain itu keluarga juga sebagai orang terdekat dilingkungan dan pengalamn pertama anak dalam mengerti dan menyimpulkan kehidupan di dunia, maka pada umumnya pengalaman pertama anak selalu berhubungan dengan orang tua dan saudaranya.

- c) Latar belakang etnik budaya : sikap, keyakinan, dan nilai dipengaruhi oleh latar belakang etnik dan sosial budaya. Hal yang perlu diperhatikan adalah apapun tradisi agama atau system keagamaan yang dianut individu, tetap saja pengalaman spiritual tiap individu berbeda dan unik.
- d) Pengalaman hidup sebelumnya : pengalamn hidup baik positif maupun negatif dapat mempengaruhi spiritualitas seseorang. Selain itu juga dipengaruhi oleh bagaimana seseorang mengartikan secara spiritual kejadian atau pengalaman yang dialami.
- e) Krisis dan perubahan : krisis dan perubahan dapat memperkuat kedalaman spiritual seseorang. Krisis sering dialami ketika individu dihadapkan dengan hal sulit. Apabila seseorang mengalami krisis maka keyakinan spiritual da keinginan untuk melakukan kegiatan spiritual menjadi lebih tinggi.
- f) Terpisah dari ikatan spiritual : individu yang biasa melakukan kegiatan spiritual ataupun tidak dapat berkumpul dengan orang terdekat biasanya akan mengalami terjadinya perubahan fungsi spiritual.

2. Terapi Mental Spiritual

a. Pengertian Terapi Mental Spiritual

Terapi yang diberikan kepada penerima manfaat adalah terapi mental spiritual islami. Dalam agama islam terapi ini disebut sebagai terapi spiritual islami. Terapi spiritual islami merupakan suatu pengobatan atau penyembuhan gangguan psikologis yang dilakukan secara sistematis dengan berdasarkan kepada al-qu'an dan assunnah. Terapi

spiritual islami memandang bahwa keimanan dan kedekatan dengan Allah merupakan kekuatan yang sangat berarti bagi upaya perbaikan pemulihan diri dari gangguan depresi atau problem-problem kejiwaan lainnya. pada dasarnya terapi spiritual islami tidak hanya menyembuhkan gangguan psikologis tetapi lebih substansial yaitu bagaimana membangun sebuah kesadaran diri agar individu dapat memahami hakikat dirinya. Karena mereka yang terlibat dalam psikoterapi pada dasarnya tidak hanya menginginkan kesembuhan tetapi mereka mempunyai tujuan untuk mencari makna hidup dan mengaktualisasikan diri.⁵²

Terapi mental spiritual dalam PP RI Nomor 52 Tahun 2019 yang dimaksud dalam pasal 14 ayat (2) huruf b merupakan terapi yang menggunakan nilai-nilai moral, dan agama untuk menyelaraskan pikiran, tubuh, dan jiwa penyandang disabilitas mental dalam upaya mengatasi kecemasan dan depresi. Terapi mental spiritual yang dimaksud pada ayat (1) untuk membantu penyandang disabilitas menemukan makna hidup, mengatasi kecemasan dan depresi. Sedangkan pada ayat (2) dilakukan dengan cara meditasi, terapi musik, ibadah keagamaan, terapi yang menekankan harmoni dengan alam.⁵³

Dari uraian mengenai masing-masing arti kalimat teknik terapi mental spiritual, dapat ditarik kesimpulan bahwa, tehnik merupakan cara atau usaha dalam mencapai suatu tujuan tertentu, terapi berarti, usaha memulihkan kesehatan atau penyembuhan suatu kondisi patologis, mental berarti jiwa, psikis, yang menyangkut batin dan watak manusia sedangkan spiritual berarti, jiwa, batin yang berhubungan dengan religious yang dapat

⁵² Taufiq, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*, (Jakarta: Gema Insani, 2006) 65

⁵³ Peraturan Pemerintah RI No. 52 Tahun 2019, Tentang Penyelenggaraan Lesejahteraan Sosial Bagi Penyandang Disabilitas, di unduh pada tanggal 27 Agustus 2020 pukul 20:38 wib

menggerakkan cara berfikir dan tingkah laku seseorang.

Tehnik terapi mental spiritual adalah suatu usaha untuk memulihkan kesehatan kondisi patologis seseorang dengan mendekati diri kepada Allah SWT dan ajaran agama, untuk memperbaiki cara berfikir, bersikap, emosi dan perasaan yang akhirnya dapat mengubah tingkah laku sehari-hari orang tersebut.

Terapi mental spiritual adalah suatu usaha memulihkan kesehatan patologis individu dengan memperbaiki tingkah laku melalui terapi mental/ jiwa serta memperbarui spiritualitas seseorang dengan harapan memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang baik sesuai dengan ajaran agama serta mampu bertanggung jawab dalam menjalani kehidupannya.

b. Tujuan Terapi Mental Spiritual

Seerti halnya dalam teori bimbingan konseling, terapi mental spiritual memiliki tujuan sebagai berikut :

- 1) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Menjadikan jiwa tenang dan damai (*Muthmainnah*), sikap lapang dada (*radhiyah*), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (*Mardhiyah*).
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong dan rasa kasih sayang.
- 4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri sendiri sehingga muncul dan berkembang

rasa keinginan untu berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahNya, serta ketabahan menerima segala ujian-Nya.

- 5) Untuk menghasilkan potensi ilahiah, sehingga diharapkan dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya ebagai khalifah dengan baik dan benar, mereka dapat menanggulangi berbagai persoalan hidup, dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.⁵⁴

Terapi yang digunakan pada penelitian ini adalah upaya yang dilakukan dalam memberikan pengobatan secara mental dan spiritual kepada penerima manfaat di Margo Laras Pati yang masih dalam tahap rehabilitasi. Oleh karena itu, dengan terapi tersebut dapat membantu mengarahkan, membentuk dan memperbarui kecerdasan mental dan spiritualnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tehnik yang digunakan dalam pelaksanaan terapi mental spiritual di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Mental (BRSPDM) “Margo Laras” Pati. Metode yang digunakan diantaranya dengan bimbingan kelompok seperti ceramah keagamaan, diskusi, sholat, berdoa dan dzikir.

c. Objek Terapi Mental Spiritual

Berikut adalah objek terapi mental spiritual yang ada pada aspek psikologis yaitu :⁵⁵

1) Mental

Mental adalah hal-hal yang berkaitan dengan akal, fikiran dan ingatan. Contoh mudah lupa,

⁵⁴ Amin, Samsul Munir, Bimbingan dan Konseling Islam, (Jakarta : Amzah, 2010) 43

⁵⁵ Anis Nailus Shofa, “Metode Rehabilitasi Jiwa bagi Pecandu Narkobadi Panti Rehabilitasi Cacat Mental dan Sakit Jiwa Nurussalam Sayung Demak Dalam Pandangan Psikoterapi Islam” *Skripsi* tidak diterbitkan, (Semarang, Program Strata Satu UIN Walisongo 2015) 15

malas berfikir, tidak dapat mengambil keputusan dengan baik dan benar.

2) Spiritual

Spiritual merupakan hal-hal yang berhubungan dengan ruh, semangat atau jiwa, religius yang berhubungan dengan agama, keimanan.

3) Moral

Moral atau akhlak yaitu suatu keadaan yang melekat pada jiwa manusia, yang dari padanya lahir perbuatan-perbuatan dengan mudah, tanpa melalui pemikiran dan pertimbangan. Sikap mental dan watak meliputi : berfikir, berbicara, tingkah laku, dan sebagainya sebagai dalam ekspresi jiwa setiap individu.

Sedangkan objek terapi mental spiritual dalam kajian spiritual islami terdapat dua sasaran yang dianggap penting, yaitu kalbu (qabliyah) dan akal (aqliyah) manusia. Kedua hal tersebut sangat penting dalam menentukan kondisi kejiwaan manusia, bahkan kondisi psikologis dan fisiologis saling terkait satu sama lain. Imam Al-Ghazali menyebutkan bahwa dalam diri manusia qalbu bertindak sebagai raja dan akal sebagai perdana menteri yang akan menginterpretasi dan melaksanakan apa yang menjadi keinginan qalbu. Unculnya konflik, stress, depresi dan ketiak bahagian adalah karena adanya keresahan, kegelisahan dan ketidak tenangan dalam hati. Bila hati sakit, maka tindak dan perilaku manusia akan menyimpang (abnormal) atau mental menjadi tidak sehat karena hati merupakan akar dari segala perbuatan.⁵⁶

d. Pelaksanaan Terapi Mental Spiritual

Pelaksanaan terapi mental spiritual berbentuk berbagai ritual keagamaan, yang dalam agama Islam seperti melaksanakan shalat, puasa berdoa, berdzikir, membaca shalawat, mengaji (membaca

⁵⁶ Taufiq, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*, (Jakarta : Gema Insani, 2006),76

dan mempelajari isi kandungan al-Quran), siraman ruhani dan membaca buku-buku keagamaan yang berkaitan dengan agama.⁵⁷

Dari berbagai ritual keagamaan diatas yang ingin diuraikan oleh penulis adalah shalat, dzikir dan do'a

1) Shalat

Menurut bahasa, shalat berarti doa. Sedangkan menurut syara', shalat berarti menghadapkan jiwa dan raga kepada Allah dengan khusuk, sebagai wujud ketaqwaan seorang hamba kepada Tuhannya dan mengagungkan kebesaran-Nya, yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, menurut cara-cara dan syarat-syarat yang telah ditentukan.⁵⁸

Menurut M. Amin Syukur, shalat adalah aktifitas fisik dan psikis. Kedua hal tersebut tidak dapat dipisahkan, seseorang yang melaksanakan shalat, berarti ia memadukan aktifitas fisik dan psikis secara bersamaan, dalam istilah ilmiahnya yaitu memadukan antara kecerdasan intelektual, emosional dan spiritual. Jadi ketika tubuh bergerak, maka otak memegang kendali, ingatan seseorang tertuju pada bacaan dan jenis gerakan, dalam waktu yang sama, hati mengikuti dan membenarkan tindakan.⁵⁹

Dalam shalat kita mendapatkan keinsyafan akan tujuan akhir yaitu penghambaan diri (ibadah) kepada Allah, serta memperoleh pendidikan pengikatan pribadi atau komitmen terhadap nilai-nilai hidup yang luhur. Dalam arti lain shalat mempunyai dua makna yaitu makna intrinsik sebagai tujuan pada diri

⁵⁷ Dadang Hawari, *Penyalahgunaan dan Ketergantungan NAZA*, (Jakarta: Fakultas Kedokteran UI, 2003), 139

⁵⁸ M. Ali Hasan, *Hikmah Shalat dan Tuntumannya*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2000), 19

⁵⁹ M. Amin Syukur, *Sufi Healing*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012),

sendiri, dan makna instrumental sebagai sarana pendidikan terhadap nilai-nilai luhur.⁶⁰

Baik intrinsik maupun instrumental keduanya dilambangkan dalam keseluruhan shalat, baik dalam unsur bacaannya atau tingkah lakunya. Dalam makna intrinsik shalat dalam arti kata simbolik takbir yang melambangkan hubungan dengan Allah dan menghambakan diri kepada-Nya. Sedangkan dalam makna instrumental shalat dipandang sebagai sarana untuk mencapai sesuatu diluar dirinya, sebagai contoh jika seseorang dengan penuh kesungguhan dan keinsyafan menghayati kehadiran Tuhan dalam hidup kesehariannya, maka tentu dapat diharapkan bahwa keinsyafan tersebut mempunyai dampak pada tingkah laku dan pekertinya yang tidak lain adalah kebaikan.⁶¹

Jika seseorang dapat melaksanakan shalat (khusuk), maka seluruh pikirannya akan terlepas dari segala urusan duniawi yang membuat jiwanya gelisah. Akan tetapi setelah menjalankan shalat ia akan senantiasa dalam keadaan tenang dan kegelisahan yang dirasakan akan secara bertahap mereda.⁶²

Keadaan yang tenang dan jiwa yang tenang yang dihasilkan oleh shalat, mempunyai dampak terapi yang penting dalam meredakan ketegangan syaraf yang timbul akibat berbagai tekanan kehidupan sehari-hari, dan menurunkan kegelisahan yang diderita oleh sebagian orang.⁶³ Hal ini karena shalat merupakan salah

⁶⁰Moh Sholeh Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2005) 172

⁶¹Moh. Sholeh Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005) 174

⁶² M. Ustman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1985), 310

⁶³ M. Ustman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1985), 308

satu bentuk dzikir kepada Allah dan dzikir akan bisa menimbulkan ketenangan batin.

Pada dasarnya tujuan dari shalat sendiri bukanlah untuk kepentingan Sang Pencipta, melainkan untuk kepentingan manusia itu sendiri, agar dalam hidupnya senantiasa mendapatkan derajat, ketenangan dan kebahagiaan hidup di dunia maupun kelak di akhirat.⁶⁴

2) Do'a

Menurut bahasa, do'a artinya permohonan atau panggilan. Sedangkan menurut istilah syar'i, do'a berarti meminta pertolongan kepada Allah SWT, berlindung kepada-Nya dan memanggil-Nya, demi mendapatkan manfaat atau kebaikan dan menolak gangguan atau bala'.⁶⁵

Menurut Dadang Hawari, do'a adalah permohonan yang dipanjatkan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa, Maha Pengasih, Maha Penyayang dan Maha Pengampun.⁶⁶

Dipandang dari sudut ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa, do'a mengandung unsur psikoterapeutik yang mendalam. Psikoreligius terapi ini tidak kalah pentingnya dengan psikoterapi psikiatrik, karena doa mengandung unsur spiritual/kerohanian yang dapat membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme (harapan kesembuhan). Dua hal ini, yaitu rasa percaya diri (self confident) dan optimisme, merupakan dua hal yang amat esensial bagi penyembuhan suatu penyakit

⁶⁴ Muhammad Noor dkk, *Al-Qur'an al-Karim dan Terjemahnya*, (Semarang: CV. Toha Putra, 1996), 321

⁶⁵ M. Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dalam Literatur Tasawuf*, (Semarang: Walisongo Press, 2011), 79

⁶⁶ Dadang Hawari, *Do'a dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2008), 6

disamping obat-obatan dan tindakan medis yang diberikan.⁶⁷

3) Dzikir

Dzikir, secara etimologi berasal dari kata: dzakara, yadzkuuru, dzikran, yang berarti menyebut dan mengingat. Sedangkan secara terminologis, definisi dzikir banyak sekali. Ensiklopedi Nasional Indonesia menjelaskan, dzikir adalah ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran-Nya, ke-Maha suci-Nya ke-Maha terpuji-Nya dan ke-Maha besar-Nya.⁶⁸

Menurut Dadang Hawari, dzikir adalah suatu amalan dalam bentuk yang diucapkan secara lisan ataupun dalam hati yang berisikan permohonan kepada Allah SWT dengan mengingat nama-Nya dan sifat-Nya.⁶⁹

Zikir terdapat dalam beberapa bentuk, diantaranya ada yang menggunakan suara dengan jelas (*jahr*), adapula yang melafazkannya didalam hati (*khofi'*), ada yang dilakukan sendiri atau mengikuti kelompok dengan teknik-teknik tertentu.⁷⁰

Sama halnya dengan doa, dzikir juga mengandung unsur kerohanian/keagamaan yang dapat membangkitkan rasa percaya diri (*self confidence*) dan keimanan (*faith*) pada diri orang yang sedang sakit, sehingga kekebalan tubuh meningkat, dan dapat mempercepat proses penyembuhan.⁷¹

⁶⁷ Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (yogyakarta: PT. Dana Bakti Prima Yasa, 1999), 478

⁶⁸ In'amuzzahidin Masyhudi, dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat*, (Semarang: Syifa press, 2006), 7

⁶⁹ Dadang Hawari, *Do'a dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2008), 6

⁷⁰ M.A Subandi, *Psikologi Zikir*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar,2009) 35

⁷¹ Dadang Hawari, *Integrasi Agama Dalam Pelayanan Medik*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2008), 7

M. Amin Syukur mengatakan, ada beberapa manfaat yang dapat dipetik melalui berdzikir, yaitu memantapkan iman, memperkuat energi akhlak, terhindar dari bahaya dan terapi jiwa, serta yang paling penting adalah terapi fisik.⁷²

Seperti pada penerapan teori bimbingan konseling islam, pelaksanaan terapi mental spiritual meliputi metode-metode yang digunakan dalam konseling islam yaitu sebagai berikut :

- a) Wawancara, yaitu tehnik yang digunakan untuk mengetahui fakta-fakta mental atau kejiwaan (psikis) yang ada pada pasien dengan cara tanya jawab face to face.
- b) Observasi, yaitu mengamati secara langsung perilaku dan sikap yang tampak pada saat-saat tertentu, yang muncul sebagai pengaruh dari kondisi kejiwaannya.
- c) Tes (kuesioner) yaitu, serangkaian pertanyaan yang disiapkan beberapa alternatif dengan jawaban pilihan, metode ini digunakan untuk mengetahui fenomena kejiwaan yang tidak bisa diperoleh dari wawancara dan observasi.
- d) Bimbingan kelompok, yaitu tehnik bimbingan yang dilakukan melalui kegiatan bersama, seperti diskusi.
- e) Psikoanalisa (analisa kejiwaan), yaitu tehnik yang digunakan untuk memberikan penilaian terhadap peristiwa dan pengalaman yang pernah dialami pasien, seperti, tertekan, perasaan takut, emosi dll.
- f) Non-directive, yaitu dalam tehnik ini mempunyai tujuan pasien bebas

⁷² M. Amin Syukur, *Sufi Healing*, (Semarang: Walisongo Press, 2011),70

mengungkapkan dan memecahkan masalah dirinya.

- g) Directive, yaitu tehnik ini digunakan untuk melakukan proses terapi oleh pasien.
- h) Rasional-emosif, dalam tehnik ini mengatasi pikiran-pikiran yang tidak logis yang disebabkan oleh dorongan emosi yang tidak stabil.
- i) Bimbingan klinikal, yaitu dengan berorientasi seacara penuh pada kemampuan personal baik jasmani maupun rohani.⁷³

3. Religiusitas

a. Pengertian Religiusitas

Menurut sifat hakiki manusia adalah makhluk beragama (*homo religious*), yang berarti mempunyai fitrah untuk memahami dan menerima nilai kebenaran yang bersumber dari agama, serta menjadikan keberadaan agama sebagai pijakan atas sikap dan perilakunya.⁷⁴

Menurut Harun Nasution pengertian agama (*religious*) berasal dari kata *Al-din*, *religi* (*relegere*, *religare*) dan *agama*. *Al-din* (*semit*) berarti undang-undang atau hukum. Sedangkan dalam bahasa arab kata ini mempunyai arti menguasai, menundukkan, patuh, balasan, dan kebiasaan. Adapun dari kata *religi* (latin) atau *relegere* berarti mengumpulkan dan membaca. Kemudian *religare* berarti meningkat. Adapun kata agama terdiri dari *a=tak*; *gam=pergi* mengandung arti tak pergi, tetap ditempat atau diwarisi turun-menurun.⁷⁵

⁷³ M.Lutfi, *Dasar-dasar Bimbingan Dan Penyuluhan (konseling) Islam*, (Jakarta: Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah Jakarta,2008) h 122-133

⁷⁴ Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT.Remaja Rosda Karya Offset, 2011) h 135

⁷⁵ Bambang Syamsul Arifin, *Psikologi Agama*, (Bandung: CV.Pustaka Setia,2008) h 14

Berikut beberapa definisi agama dan religion yang dikemukakan beberapa ahli :⁷⁶

1) WJS Poerwadarminto

Agama merupakan segenap kepercayaan (kepada Tuhan, Dewa dan sebagainya) serta dengan keyakinan dan kewajiban yang berkaitan dengan kepercayaan tersebut.

2) Sidi Gazalba

Kepercayaan manusia pada hubungan yang kudus, dihayati sebagai hakikat yang gaib, hubungan mana menyatakan diri dalam bentuk serta system kultus dan ritus serta sikap hidup berdasarkan doktrin tertentu. Jadi hakikat agama adalah hubungan manusia dengan Yang Kudus.

3) Adi Negoro

Agama adalah suatu keyakinan pada Yang Maha Kuasa, yang dirasa manusia oleh kekuatan gaib yang akan mempengaruhi kehidupannya dan juga dianggap mempengaruhi segala yang ada, serta menjadi segala-galanya dalam alam ini.

Dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Glock dan Stark pada pengertian religiusitas mencakup seberapa jauh pengetahuan individu, seberapa kokoh keyakinan, seberapa tekun pelaksanaan ibadah individu, dan seberapa dalam penghayatan seseorang dalam penghayatan terhadap agama yang dianut.⁷⁷

Terdapat lima macam dimensi religiusitas menurut Glock dan Stark, meliputi : dimensi keyakinan (religious belief), dimensi peribadatan atau praktik agama, dimensi pengalaman, dimensi intelektual dan pengetahuan agama, dan dimensi penerapan.⁷⁸

⁷⁶ Muhammad Alim, Pendidikan Agama Islam; *Upaya Pembentukan Pemikiran dan Kepribadian Muslim*, (Bandung: PT.Remaja Rosda Karya Offset,2006) h 28

⁷⁷ Djamaluddin Ancok dan Fuat Nashori Suroso,*Psikologi Islami*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar,2005) 76

⁷⁸ Djamaluddin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami*,,77

a) Dimensi keyakinan / ideology

Pada dimensi ini menunjuk pada tingkat keyakinan dan keimanan seseorang terhadap kebenaran agama, terutama pada ajaran agama yang bersifat fundamental dan dogmatic. Sebagai contoh seseorang percaya akan adanya malaikat, surga, neraka dan hal-hal yang bersifat ghaib lainnya. Keimanan individu terhadap Tuhan akan mempengaruhi keseluruhan hidup baik secara fisik maupun bati serta tingkah laku dan perbuatannya. Jika individu memiliki iman dan kemantapan hati yang dapat dirasakannya akan menciptakan keseimbangan emosional, sentimental, akal serta dapat memelihara hubungan dengan Tuhan yang dapat mewujudkan ketenangan dan kedamaian individu, sehingga ketika terdapat suatu permasalahan individu dapat berfikir logis dan mampu memecahkan problem yang dihadapinya.⁷⁹

Berikut indikator dari dimensi keyakinan meliputi :

- (1) Percaya akan adanya Allah
- (2) Menyerahkan diri kepada Allah
- (3) Mempercayai adanya malaikat, rasul dan kitab suci.
- (4) Melakukan sesuatu dengan ikhlas
- (5) Percaya akan takdir Allah.

b) Dimensi Praktik Agama

Merupakan dimensi ritual atau peribadatan, dimensi ini menunjuk pada sejauh mana seseorang menjalankan kewajiban ritual keagamaannya. Sebagai contoh sholat, puasa, zakat, dan nilai-nilai agama lainnya.⁸⁰ Indikator pada dimensi ini meliputi :

- 1) Menjalankan sholat 5 waktu dengan tertib
- 2) Membaca al-qu'an

⁷⁹Djamiluddi Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami*,..., 77

⁸⁰Djamiluddin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami*,..., 77

- 3) Menjalankan puasa dan sholat sunnah sesuai dengan ajaran rasul
 - 4) Mengikuti kegiatan keagamaan seperti mendengarkan ceramah agama, kegiatan amal, melakukan dakwah, sedekah, dan berperan pada kegiatan keagamaan.
- c) Dimensi pengalaman
- Dimensi ini menunjuk pada perasaan kegamaan yang dialami individu. Dan sangat berkaitan dengan pengalaman yang diperoleh dan perasaan yang dirasakan dalam menjalankan ajaran agama yang diyakini. Sebagai contoh rasa syukur setiap individu, kekuatan do'a, kedekatan dengan dzat Allah dan hal lainnya yang berkaitan dengan perasaan keagamaan individu.⁸¹
- Indikatornya meliputi :
- 1) Sabar dalam menghadapi suatu permasalahan
 - 2) Mempunyai perasaan yang selalu bersyukur kepada Allah
 - 3) Menganggap setiap kegagalan yang dialami merupakan musibah yang ada hikmahnya.
 - 4) Takut berbuat munkar dan selalu merasakan kehadiran Allah pada setiap waktu.
- d) Dimensi intelektual dan pengetahuan agama, pada dimensi ini mengacu kepada harapan bahwa seseorang yang beragama paling tidak memiliki pengetahuan tentang keyakinan, ritis-ritis, kitab suci dan tradisi. Misalnya apakah makna dari hari raya Idul Fitri, puasa Ramadhan, dan hal lain yang berhubungan dengan pengajaran pada agama. Berikut indikator dari dimensi intelektual meliputi : Pengetahuan seseorang terhadap agama dengan membaca kitab suci, mendalami agama dengan mempelajari dan membaca kitab suci atau menggunakan panduan buku-buku agama.
- e) Dimensi pengalaman dan konsekuensi
- Dimensi ini mengacu pada identifikasi seseorang tentang perilaku akibat-akibat keagamaan atau

⁸¹ Djamaluddin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami*, 78

motivasi dari ajaran agama yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Pada pengalaman ini bersifat horizontal yakni hubungan manusia dengan sesama lingkungan⁸². Indikator dari dimensi pengalaman meliputi :

- (1) Peilaku suka menolong
- (2) Berlaku jujur dan pemaaf
- (3) Bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan
- (4) Menjaga kebersihan lingkungan
- (5) Menjaga amanat.

b. Faktor yang Memengaruhi Religiusitas

Menurut Thouless (1995) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi sikap keagamaan seseorang , yaitu

- 1) Pengaruh pendidikan atau pengajaran da berbagai tekana sosial.

Pada faktor ini mencakup seluruh pengaruh sosial dalam perkembangan keagamaan tersebut. Meliputi pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial yang ada pada lingkungan tersebut, tekanan dari lingkungan sosial untu menyesuaikan dri dengan berbagai macam pendapat dan sikap yang telah disepakati dalam lingkungan tersebut.

- 2) Faktor pengalaman

Faktor ini berkaitan dengan jenis pengalaman yang dialami individu dalam membentuk sikap keagamaan. Secara umum berupa pengalaman spiritual yang secara cepat dapat mempengaruhi perilaku individu. dan jenis pengalaman lain mengenai keindahan, konflik moral dan pengalaman emosional keagamaan.

- 3) Faktor kehidupan

Meliputi kebutuhan-kebutuhan manusia secara garis besar yaitu, kebutuhan akan keamanan atau keselamatan,kebutuhan akan cinta kasih,

⁸²Djamaluddin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islami*,78

⁸³Thouless dan Robert, *Pengantar Psikologi Agama*,(Jakarta: PT.Raja Graindo Persada,1995) 34

kebutuhan untuk memperoleh harga diri, dan kebutuhan yang timbul karena adanya ancaman kematian.

4) Faktor intelektual

Faktor ini berkaitan dengan segala proses penalaran verbal atau rasionalisasi. Spiritualitas dan religiusitas dalam istilah keagamaan sering dianggap sama, namun pada dasarnya istilah tersebut mempunyai arti dasar yang berbeda. Spiritualitas merupakan inti sari dari kehidupan, yang berarti kesadaran manusia tentang diri sendiri, asal, tujuan, dan nasib. Sedangkan religiusitas (agama) merupakan kebenaran mutlak dari kehidupan yang memiliki manifestasi fisik di atas dunia. Agama merupakan serangkaian praktik perilaku tertentu yang kemudian dihubungkan dengan kepercayaan yang dinyatakan oleh intuisi dan dianut oleh anggotanya. Dalam hal ini agama memiliki kesaksian iman, komunitas dan kode etik. Jika spiritualitas memberikan jawaban siapa dan apa seseorang itu (tentang keberadaan dan kesadaran) maka religiusitas (agama) memberikan jawaban apa yang harus dikerjakan (perilaku dan tindakan). Setiap manusia dapat menganut agama yang sama namun belum tentu mereka memiliki jalan atau tingkat spiritualitas yang sama.⁸⁴

4. Psikotik

a. Pengertian psikotik

Menurut Kartini Kartono, psikotik merupakan bentuk mental disorder atau kegagalan jiwa yang dicirikan dengan adanya disintegrasi kepribadian dan terputusnya hubungan jiwa dengan realita.⁸⁵

Menurut Depkes RI, gangguan jiwa atau psikotik adalah suatu perubahan pada fungsi jiwa yang menyebabkan adanya gangguan pada fungsi

⁸⁴ Aliah B Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2006) h 295

⁸⁵ Kartini Kartono, *Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2003) 199

jiwa, yang menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam melaksanakan peran sosial.⁸⁶

Psikotik juga memiliki makna yang sama dengan psikosis, dalam kamus psikologi, gangguan psikotik memiliki arti sebagai berikut:

Sebuah istilah umum bagi sejumlah gangguan mental berat yang berakar dari aspek organik atau emosi, ciri penentu dari gangguan ini adalah kerusakan atau kelelahan umum yang diperoleh dari reality testing artinya pasien membuat penyimpulan yang tidak tepat mengenai realitas eksternal, membuat evaluasi yang tidak benar mengenai akurasi pikiran dan persepsinya dan terus menerus membuat kekeliruan kendati sudah disuguhkan bukti-bukti yang berkebalikan. Klasifikasinya meliputi, delusi, halusinasi, perilaku regresif, suasana hati yang secara dramatis tidak tepat dan ujaran yang angat mencolok ketidak koherensiannya, yang termasuk psikotik/ psikosis adalah *bipolar disorder*, *schizophrenia*, berbagai jenis *organic mental disorder* dan beberapa *mood disorder*.⁸⁷

Berdasarkan definisi diatas, maka dapat disimpulkan eks psikotik merupakan mereka yang pernah menderita penyakit mental berupa gangguan jiwa, ditandai dengan ketidaksadaran diri terhadap lingkungan sekitar, mereka membutuhkan bimbingan untuk memulihkan kemauan dan kemampuannya untuk kembali produktif serta menjalankan peran aktif di masyarakat. Pemberdayaan terhadap eks psikotik perlu adanya metode dan pendekatan khusus untuk mengembalikan mentalitas eks psikotik agar mereka dapat menyesuaikan diri dalam bermasyarakat.

⁸⁶ Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

⁸⁷ Arthur S Reber dan Emely S Reber, *Kamus Psikologi*, terj. Yudi Santoso, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2010) 775

b. Karakteristik Eks Psikotik

Seorang yang mengidap psikotik bisa ditabldai denga mempunyai ciri dan tingkah laku yang dianggap tidak normal dengan tingkah laku manusia normal pada umumnya, yaitu sebagai berikut :

- 1) Tingkah laku dan relasi sosialnya selalu eksentrik (kegila-gilaan dan kronis patologis). Kurang memiliki kesadaran sosial, fanatik, sangat individualistis dan selalu bertentangan dengan lingkungan dan norma.
- 2) Sikapnya masih frontal, aneh, sering berbuat kasar, dan marah tanpa sebab.
- 3) Pribadinya tidak stabil, responnya kurang tepat, dan tidak dapat dipercaya.

c. Jenis psikotik

Kriteria psikotik dipandang dari penyebabnya terbagi menjadi dua. Menurut kartini kartono yaitu psikotik organik dan psikotik fungsional , sebagaimana berikut penjelasannya :⁸⁸

- 1) Psikotik organik adalah psikotik yang disebabkan oleh faktor-faktor fisik dan faktor-faktor internal yang mengakibatkan penderita mengalami kekalutan mental, maladjustment dan tidak kuasa secara sosial. Hal tersebut menyebabkan fungsi jaringan otak tidak maksimal karena ada gangguan pada pusat susunan urat syaraf pada psikotik gangguan fisik termasuk gangguan ingatan, gangguan orientasi dan fungsi berfikir.
- 2) Psikotik fungsional merupakan psikotik disebabkan oleh faktor non organis dan ada *maladjustment* fungsional, sehingga penderita mengalami kepecahan pribadi total, menderita *maladjustment* intelektual, dan instabilitas wataknya. Jenis-jenis psikotik fungsional diantaranya, *schizophrenia* yaitu gangguan

⁸⁸ Kartini Kartono, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, (Bandung: Mandar Maju, 2009) 136

yang ditandai dengan gangguan kepribadian, distorsi realita, dan ketidakmampuan untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. *Mania-depresif* merupakan kekalutan atau penyakit mental serius yang berupa gangguan emosional dan suasana hati yang ekstrim. *Paranoid* merupakan gangguan mental serius yang dicirikan dengan timbulnya banyak delusi kebesaran.

d. Gejala-gejala psikotik

1) Waham / delusi

Waham / delusi merupakan gejala yang menyerang seseorang individu dengan meyakini suatu kebenaran dan kemungkinan besar tidak mungkin. Seorang yang mengalami delusi cenderung dikuasai oleh keyakinannya sendiri dan mereka akan mencari bukti untuk memperkuat keyakinan mereka.

Ada empat tipe delusi, diantaranya : pertama, delusi penyiksaan yaitu keyakinan yang salah bahwa dirinya atau orang yang dicintai telah disiksa. Kedua, delusi kebesaran merupakan keyakinan yang salah bahwa ia memiliki kekuatan, pengetahuan atau bakat yang besar. Ketiga, delusi referensi merupakan yakin akan kejadian-kejadian yang diarahkan pada dirinya. Keempat, delusi diawasi merupakan keyakinan pikiran, perasaan, dan perilakunya dikendalikan oleh kekuatan eksternal.⁸⁹

2) Halusinasi

Halusinasi adalah gejala yang dialami individu dengan melihat, mendengar dan merasakan sesuatu yang sebenarnya tidak ada. Hoeksma mengemukakan adanya macam-macam halusinasi yakni, pertama : halusinasi pendengaran merupakan gejala yang ditandai dengan mendengar suara-suara, musik dan

⁸⁹Sutarjo A. Wiramiharjaja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: PT.Refika Aditama,2005) 139

lainnya yang sebenarnya tidak ada. Kedua, halusinasi visual, merupakan gejala yang ditandai dengan melihat sesuatu yang sebenarnya tidak ada. Ketiga, halusinasi perabaan merupakan gejala yang melibatkan persepsi bahwa sesuatu sedang terjadi diluar tubuh seseorang. Keempat, halusinasi somatis merupakan gejala yang melibatkan persepsi bahwa sesuatu sedang terjadi di dalam diri seseorang.⁹⁰

3) Kekacauan pikiran dan pembicaraan

Kekacauan pikiran dan pembicaraan merupakan gejala yang terjadi ketika individu cenderung melompat dari satu topik ke topik lainnya yang nampak jelas sekali tidak ada hubungannya. Pada saat berkomunikasi seorang psikotik akan menjawab sedikit pertanyaan yang berhubungan dengan isi pertanyaan. Individu yang mengalami hal tersebut menanggapi banyak stimulus pada waktu yang bersamaan dan sulit mengambil makna dari masukan yang berlimpah.⁹¹

4) Disorganisasi perilaku

Disorganisasi perilaku pada psikotik tidak dapat diprediksi dan tanpa pemicu. Mereka bisa tiba-tiba teriak, menyumpah-nyumpah, atauberjalan maju mundur dengan cepat dijalanandan menunjukkan perilaku yang tidak disukai secara sosial oleh kebanyakan orang. Individu yang mengalami disorganisasi perilaku ini kurang mampu dalam melakukan kegiatan sehari-hari seperti mandi, berpakaian pantas, makan yang teratur. Hal ini sebagai gejala dimana seluruh konsentrasi mereka harus

⁹⁰Sutarjo A. Wiramiharjda, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: PT.Refika Aditama,2005) 141

⁹¹ Sutarjo A. Wiramiharjda, 142

dikerahkan untuk menyelesaikan tugas sederhana.⁹²

e. Faktor Penyebab Psikotik

Manusia secara holistik dikatakan sebagai somato-psiko-sosial. Dalam psikotik yang sakit atau menderita adalah manusia seutuhnya, bukan badan, jiwa dan lingkungannya. Sumber penyebab psikotik atau gangguan jiwa dipengaruhi oleh faktor-faktor pada ketiga unsur yang saling berpengaruh yaitu :⁹³

- 1) Faktor biologis, dalam pandangan biologi psikotik disebabkan karena genetik atau keturunan, ketidakseimbangan biokimiawi di dalam otak yang dapat mempengaruhi perilaku, struktur biologis atau jasmani yang cenderung lemah. Selain itu juga bisa karena keracunan alkohol yang mengakibatkan penderita mengalami banyak halusinasi atau delusi.
- 2) Faktor psikososial, pada faktor ini psikotik disebabkan karena persepsi diri, trauma masa kecil, pengasuhan keluarga yang tidak baik, struktur keluarga yang patogenik, keluarga yang berantakan dan pola komunikasi yang menyimpang.
- 3) Faktor spiritual, yang mana bahwa agama dapat berperan sebagai pelindung daripada sebagai penyebab masalah. Orang yang memiliki spiritual rendah (keimanan dan ketakwaan) akan mudah mengalami gangguan jiwa.

f. Kebutuhan Psikotik

Seorang pengidap psikotik sudah tidak mampu memperhatikan dirinya sendiri, maka setiap pelayanan rehabilitasi yang diberikan selalu mengedepankan kebutuhan pengidap psikotik dengan harapan apa yang diberikan tepat sasaran dan membantu mengembalikan keberfungsian sosialnya untuk kembali hidup secara normal.

⁹² Rita L. Atkinson, dkk, Pengantar Psikologi 143

⁹³ Iyus Yosep, Keperawatan Jiwa, (Bandung : Rifika Aditama, 2007) 61

Menurut ruswanto, kebutuhan layanan eks psikotik dalah sebagai berikut :

- 1) Kebutuhan fisik, meliputi kebutuhan makan, pakaian, tempat tinggal dan kesehatan.
- 2) Kebutuhan psikis, meliputi terapi medis psikiatris dan psikologis.
- 3) Kebutuhan sosial, meliputi rekreasi, kesenian, dan olahraga.
- 4) Kebutuhan ekonomi, meliputi ketrampilan usaha, ketrampilan kerja, dan penempatan dalam masyarakat.
- 5) Kebutuhan rohani, meliputi pelajaran dan bimbingan keagamaan serta kebutuhan konseling kerohanian.⁹⁴

g. Prinsip Penanganan Psikotik

Pelayanan dan rehabilitasi sosial bagi gelandangan didasarkan pada prinsip umum dan prinsip khusus untuk menjamin berlangsungnya pelayanan secara profesional dan tidak melanggar hak asasi mereka sebagai manusia, prinsip tersebut diantaranya :

- 1) Prinsip-prinsip umum
 - a) Penghargaan terhadap harkat dan martabat, setiap warga binaan diterima dan dihargai dalam artian memanusiakan manusia.
 - b) Memberi penghidupan dan pelayanan yang layak terhadap warga binaan.
 - c) Pemberian kesempatan seluas-luasnya bagi warga binaan untuk lebih mengembangkan dirinya dan diikutsertakan dalam kegiatan panti rehabilitasi.
 - d) Menanamkan sifat tanggung jawab sosial yang melekat pada setiap warga binaan.
- 2) Prinsip khusus
 - a) Prinsip penerimaan warga binaan secara apa adanya

⁹⁴ Ruswanto, dkk, “ Peran Pekerja Sosial dalam Rehabilitasi Sosial kepada Orang dengan Disabilitas Mental Eks Psikotik di Panti Sosial Bina Laras “ Phala Martha” Sukabumi”, *Jurnal Penelitian* (Vol. 3:3, 2016) 404

- b) Tidak menghakimi warga binaan
- c) Prinsip individual, setiap warga binaan tidak diperlukan sama rata, tetapi harus dipahami secara khusus sesuai dengan problemnya masing-masing
- d) Prinsip kerahasiaan, setiap informasi yang diperoleh mengenai gelandangan tersebut dapat dijaga, terkecuali informasi tersebut digunakan untuk kepentingan pelayanan dan rehabilitasi sosial klien tersebut.
- e) Prinsip partisipasi, warga binaan dan orang terdekat ikut berpartisipasi dalam proses penyembuhan dan rehabilitasi dalam upaya untuk mengembalikan kesadaran individu.
- f) prinsip komunikasi, dalam hal ini diusahakan agar kualitas dan intensitas komunikasi antar warga binaan dengan keluarga dan lingkungan dapat ditingkatkan seoptimal mungkin sehingga berdampak positif.
- g) prinsip kesadaran diri, para pelaksana sosial secara sadar wajib menjaga kualitas hubungan profesional dengan warga binaan, sehingga tidak jatuh dalam hubungan emosional yang menyulitkan dan menghambat proses rehabilitasi.⁹⁵

h. Metode Penanganan Psikotik

Berbagai upaya dalam mengatasi permasalahan sosial yang berkaitan dengan psikotik tidak lepas dari kebijakan dan strategi dari berbagai pihak terkait terutama pemerintah maupun ahli kesehatan jiwa. Adapun dalam penanganan psikotik menggunakan metode psikologis atau psikoterapis dan biomedis yang melibatkan serangkaian pertukaran verbal antara klien dengan terapis dalam kurun waktu tertentu.

⁹⁵ Dirjen Bina Rehabilitasi Sosial, *Pedoman Pelaksanaan Pelayanan dan Rehabilitasi Sosial Bagi Gelandangan*, (Yogyakarta : Dinsos Panti Rehabilitasi Sosial Bina Karya, 2005) 17

Tujuan dalam menggunakan metode ini yaitu, agar penderita mampu beradaptasi dengan masyarakat sekitar, mandiri dalam merawat dirinya serta tidak bergantung pada orang lain. Dan selama menjalani terapi penderita sebaiknya mengonsumsi obat-obatan yang sudah ditentukan oleh tim kesehatan. Berikut merupakan tipe utama pendekatan kesehatan mental untuk menangani gangguan mental, meliputi psikoterapi dan biomedis,

1) Psikoterapi

Psikoterapi merupakan bentuk penanganan terstruktur antara psikotik dengan terapis untuk melakukan perubahan pada perilaku, perasaan dan pikiran. Harapannya membantu penderita mengatasi perilaku abnormal, memecahkan masalah dalam kehidupan atau berkembang sebagai individu. Pendekatan yang digunakan oleh psikoterapis dalam merefleksikan orientasi teoritis, seperti psikodinamika, behavioral, humanistik dan kognitif.⁹⁶ berdasarkan terapi dalam psikologi yang digunakan diantaranya :

a) Terapi psikodinamika

Terapi psikodinamika membantu individu untuk memperoleh *insight* (kesadaran dan pemahaman tentang motif dan perasaan seseorang) tentang konflik dan menyelesaikan konflik yang tidak disadari, mengenai dan mengatasi konflik bawah sadar yang dipercaya sebagai akar dari perilaku abnormal.⁹⁷

b) Terapi perilaku

Terapi perilaku merupakan aplikasi sistematis dari prinsip belajar untuk menangani gangguan psikologi. Karena fokusnya pada perubahan perilaku, bukan

⁹⁶ Tim Fakultas Psikologi UI, Psikologi Abnormal, (Jakarta: Erlangga, 2003) 101

⁹⁷ Tim Fakultas Psikologi UI, Psikologi Abnormal, 104

perubahan kepribadian atau menggali masa lalu secara mendalam, terapi perilaku relatif singkat umumnya dalam jangka waktu beberapa minggu samapi bulan. Seperti halnya terapi yang lain terapi perilaku mencoba mengembangkan hubungan terapeutik yang hangat dengan klien, tetapi mereka percaya bahwa kemampuan khusus dari terapi perilaku berasal dari teknik-teknik yang berbasis pembelajaran bukan sifat hubungan terapeutik.⁹⁸

c) Terapi humanistik

Terapi humanistik berfokus pada pengalaman yang subjektif dan disadari. Terapi ini berfokus pada apa yang dialami klien pada saat ini, disini dan sekarang dari pada masa lalu. Bentuk utama dari terapi humanistik adalah terapi terpusat pada individu pemebntukan hubungan terapeutik yang hangat dan menerima, yang membebaskan klien untuk melakukan *self exploration* dan mencapai *self acceptance*.

d) Terapi kognitif

Terapi ini berfokus untuk membantu klien memulihkan kembali fungsi daya pikir dan daya ingat secara rasional sehingga pengidap psikotik mampu membedakan nilai-nilai moral, etika, teman yang baik dan buruk, jenis berfikir otomatis, dan sikap *self defeating* yang menghasilkan atau menambah masalah dan lain sebagainya yang mengarah pada *discriminative judgment*.⁹⁹

e) Terapi keagamaan

Terapi keagamaan berupa ritual keagamaan seperti sholat, berdoa yang

⁹⁸ Tim Fakultas Psikologi UI, Psikologi Abnormal, 108

⁹⁹ Tim Fakultas Psikologi UI, Psikologi Abnormal, 110

disesuaikan dengan agama klien. Terapi ini digunakan untuk menanamkan dan membekali klien nilai-nilai religius. Terapi keagamaan dalam pengertian lain merupakan pengobatan secara kebatinan atau pada kesulitan penyesuaian diri lewat keyakinan agama.¹⁰⁰

f) Terapi keluarga

Keluarga merupakan sistem pendukung utama yang memberi perawatan langsung pada setiap keadaan. Umumnya keluarga meminta bantuan tenaga kesehatan jika tidak sanggup dalam merawat klien. Maka dari itu asuhan keperawatan yang berfokus pada keluarga tidak hanya memulihkan keadaan akan tetapi bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengatasi masalah kesehatan keluarga.¹⁰¹

g) Terapi kelompok

Terapi kelompok merupakan psikoterapi yang dilakukn sekelompok pasien secara bersama-sama dengan jalan diskusi satu sama lain yang diarahkan oleh terapis atau petugas kesehatan jiwa.¹⁰²

2) Biomedis

Dalam psikiatri berkembang penekanan terhadap terapi biomedis, khususnya pada penggunaan obat psikoterapeutik (juga disebut obat psikotropika). Terapi biomedis dilakukan oleh dokter medis, banyak diantara mereka mengikuti pelatihan spesialisasi dalam psikiatri dan psikofarmakologi. Pendekatan biomedis menunjukkan keberhasilan besra

¹⁰⁰ M. Hamdan Bakran Adz-Dzaki, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2007) 228

¹⁰¹ Tim Fakultas Psikologi UI, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga,2003) 116

¹⁰² Tim Fakultas Psikologi UI, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga,2003) 115

dalam menangani berbagai bentuk perilaku abnormal, walau mereka juga memiliki keterbatasan.¹⁰³

Selain hal tersebut, menurut Fairwather “Eks psikotik tidak cukup mandiri untuk hidup sendiri atau bahkan dengan keluarga mereka”, sehingga Fairwather berupaya memulihkan mereka seperti dulunya dengan mendirikan rumah-rumah singgah atau pondok masyarakat saat itu dikenal dengan nama rehabilitasi. Disini eks psikotik tinggal setelah diizinkan keluar dari rumah sakit, mereka akan memperoleh berbagai ketrampilan yang dapat digunakan untuk memperoleh pekerjaan sehingga meningkatkan kesempatan untuk tetap hidup ditengah masyarakat.¹⁰⁴

Penjelasan diatas menunjukkan bahwa pentingnya dan dianjurkan perawatan lanjutan untuk pengidap psikotik setelah keluar dari rumah sakit jiwa agar dapat mandiri dan melakukan fungsi sosialnya secara wajar. Dalam penanganan rehabilitasi dilakukan serangkaian upaya bersifat medis, sosial pendidikan, dan vokasional untuk melatih seseorang dalam mencapai kemampuan fungsional seoptimal mungkin. Dalam perawatan lanjutan inilah yang membantu pengidap psikotik sembuh dan dapat diterima kembali di masyarakat.

5. Balai Rehabilitasi

a. Pengertian Rehabilitasi

Rehabilitasi berasal dari kata dalam bahasa inggris yaitu *'Rehabilitation'* yang berarti 'pembetulan' atau 'perbaikan'. Rehabilitasi adalah suatu proses kegiatan untuk memperbaiki kembali dan

¹⁰³ Tim Fakultas Psikologi UI, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga,2003) 121

¹⁰⁴ Geral C. Davison, dkk, *Psikologi Abnormal*, ter-Noermalasari Fajar, (Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, 2004) 493

mengembangkan fisik, kemampuan serta mental seseorang sehingga orang itu dapat mengatasi masalah kesejahteraan sosial bagi dirinya serta keluarga.¹⁰⁵ Rehabilitasi dalam kamus psikologi adalah restorasi perbaikan, pemulihan pada normalitas, atau pemulihan menuju status yang paling memuaskan terhadap individu yang pernah menderita suatu penyakit mental.¹⁰⁶ pada pengertian diatas dapat diketahui bahwa rehabilitasi merupakan upaya mengembalikan seseorang kepada kondisi awal agar dapat menjadi manusia yang berguna dan memiliki tempat ditengah masyarakat.

Dalam kamus konseling, rehabilitasi merupakan proses atau program-program penugasan kesehatan mental atau kemampuan yang hilang yang dipolakan untuk membetulkan hasil dari masalah emosional dan mengembalikan kemampuan yang hilang.¹⁰⁷

Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia, rehabilitasi merupakan proses refungsionalisasi dan pematapan taraf kesejahteraan sosial untuk memungkinkan penyandang masalah kesejahteraan sosial mampu melaksanakan kembali fungsi sosialnya dalam tatanan kehidupan dan kehidupan bermasyarakat serta bernegara.¹⁰⁸ Pada dasarnya rehabilitasi merupakan upaya mengembalikan keberfungsian sosial seseorang dengan menawarkan optimismeserta harapan yang kuat.

Sedangkan rehabilitasi mental adalah proses kegiatan yang ditujukan untuk memperkuat ketahanan mental seseorang dalam menghadapi masalah yang dimiliki agar dapat bertahan, tidak putus asa dan

¹⁰⁵ Isbandi Rukminto Adi, *Kesejahteraan Sosial : Pekerjaan Sosial, Pembangunan Sosial dan Kajian Pembangunan* (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2013) 74

¹⁰⁶ J.P. Caplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (terj. Kartini Kartono), (Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, 2010) 425

¹⁰⁷ Sudarsono, *Kamus Konseling* , (Jakarta : PT.Rineka Cipta, 1997) 203

¹⁰⁸ Balitbang Departemen Sosial RI, *Pola Pembangunan Kesejahteraan Sosial*,(Jakarta :Balitbang Departemen Sosial RI, 2003) 3

memiliki harapan untuk mengatasi masalahnya.¹⁰⁹ Pada pengertian diatas rehabilitasi mental berarti upaya pemulihan atau perbaikan mental seseorang yang pernah mengalami gangguan jiwa agar kembali ke kondisi awal sebagai individu yang utuh dan dapat diterima kembali di tengah masyarakat.

b. Jenis Rehabilitasi

Pada perkembangannya rehabilitasi terbagi menjadi empat jenis, yaitu :¹¹⁰

1) Rehabilitasi Medis

Pada rehabilitasi ini memberikan berbagai perawatan secara medis dalam upaya memulihkan kondisi fisik klien. Rehabilitasi medis menawarkan pelayanan kesehatan yang mempertemukan tenaga profesional seperti dokter, psikolog, psikiater bahkan pekerja sosial medis. Proses rehabilitasi ini umumnya berlangsung di rumah sakit yang memiliki Instalasi Rehabilitasi Medis (IRM).

2) Rehabilitasi pendidikan

Rehabilitasi pendidikan merupakan upaya pembangunan intelektual klien pada ekolah untuk ketrampilan.

3) Rehabilitasi vokasional

Rehabilitasi ini memberikan ketrampilan khusus pada klien sesuai dengan minat dan kemampuannya. Pada rehabilitasi ini memerlukan tenaga khusus yang menguasai ketrampilan tersebut sehingga dapat mewujudkan tujuan dari proses rehabilitasi vokasional yaitu kemandirian ekonomi.

4) Rehabilitasi sosial

Pada proses rehabilitasi ini mengupayakan agar klien dapat memulihkan fungsi sosialnya di

¹⁰⁹ Tunggul Sianipar, *Pedoman Penanganan Korban Trafcking* (Jakarta : Direktorat Pelayanan dan Rehabilitasi Sosial Tuna Sosial Kemensos R1, 2010) 16

¹¹⁰ Carlona Nitimiharjo, *Rehabilitasi Sosial dalam Isu-isu Tematik Pembangunan Sosial : Konsepsi dan Strategi*, (Jakarta : Balitbang Departemen Sosial RI,2004) 185

masyarakat. Proses ini juga bertujuan untuk mengintegrasikan klien kembali kepada masyarakat. Pada prosesnya rehabilitasi sosial mengintervensi klien bahwa mereka tidak dapat terpisah dari keluarga dan komunitasnya. Proses ini melibatkan keluarga dan masyarakat. Peranan pekerja sosial, psikolog dan psikiater menjadi sangat penting pada proses rehabilitasi ini.

c. Fungsi Rehabilitasi

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaki, fungsi utama rehabilitasi adalah sebagai berikut:¹¹¹

I. Fungsi Pemahaman

Memberikan pemahaman dan pengertian tentang masalah dalam hidup serta bagaimana menyelesaikannya secara baik, benar dan mulia, khususnya terhadap gangguan mental, kejiwaan, spiritual dan oral serta problematika lahiriyah maupun batiniah pada umumnya.

II. Fungsi Pengendalian

Memberikan potensi yang dapat mengarahkan aktifitas setiap hamba Allah SWT sehingga tidak keluar dari hal kebaikan, kebenaran dan kemanfaatan.

III. Fungsi Analisis ke Depan

Pada dasarnya dengan ilmu seseorang dapat memiliki potensi dasar untuk melakukan analisa kedepan tentang segala peristiwa, kejadian dan perkembangan.

IV. Fungsi Pencegahan

Dengan mempelajari, memahami mengaplikasikan ilmu ini, seseorang dapat terhindar dari keadaan atau peristiwa yang membahayakandirinya, jiwa, mental dan spiritualnya.

V. Fungsi penyembuhan atau perawatan

Rehabilitasi akan membantu seseorang melakukan pengobatan, penyembuhan dan

¹¹¹ Hamdani Bakran Adz-Dzaki, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2004) 270

perawatan terhadap gangguan atau penyakit, khususnya terhadap gangguan mental, spiritual dan kejiwaan seperti berdzikir hati menjadi damai dan tenang, spirit dan etos kerja akan bersih dan suci dari gangguan setan, jin, iblis dan sebagainya.

d. Tahapan Rehabilitasi

Ada beberapa tahapan dalam melakukan rehabilitasi/ terapi mental, yaitu :¹¹²

1) Tahapan penelitian (*Study Phase*)

Pada tahapan ini klien dan pekerja sosial mulai menjalin relasi. Pada tahapan ini pula penjalinan mulai dikembangkan.

2) Tahapan pengkajian

Dari pengkajian *assesment* yang dilakukan dengan harapan akan menghasilkan berbagai macam bentuk terapi ataupun treatment tergantung pada kebutuhan dan keunikan masing-masing klien,

3) Tahapan intervensi

Tahapan ini merupakan tahapan dimana relasi dengan klien akan dihentikan. Pemahaman tentang ‘penghentian’ proses *treatment* juga harus dipahami antara klien dan pekerja sosial.

B. Penelitian Terdahulu

Untuk memperkuat penelitian skripsi ini, penulis terlebih dahulu melakukan kajian penelitian dari berbagai penelitian berupa skripsi atau jurnal sebelumnya yang mempunyai relevansi terhadap topik yang akan diteliti.

Pada kajian penelitian terdahulu mempunyai tujuan untuk melihat tema yang samadengan judul yang akan diteliti, diantaranya :

1. Penelitian ilmiah dengan judul “ Model Penanganan dan Pelayanan Eks Psikotik Di Rumah Pelayanan Sosial Eks Psikotik Martani Cilacap”¹¹³

¹¹² Isbandi Rukminto Adi, *Ilmu Kesejahteraan Sosial dan Pekerjaan Sosial*, Edisi Kedua, (Jakarta : Fisip UI Press,2005) 149

Penelitian ini membahas tentang eks psikotik yang dinyatakan sembuh dari Rumah Sakit namun mereka belum memiliki kemampuan dalam melakukan keberfungsian sosialnya secara wajar sehingga perlu penanganan secara komprehensif. Dimana pelayanan yang diberikan berupa kebutuhan dasar dan bimbingan-bimbingan.

Disini dijelaskan bahwa model penanganan pelayanan eks psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Eks psikotik Martani Cilacap dilakukan dengan 7 tahapan Yaitu: tahap pendekatan awal, tahap penerimaan, assesment, tahap perencanaan intervensi, tahap pelaksanaan intervensi, resosialisasi dan terminasi.

Persamaan : tahapan yang digunakan pada awal penanganan menggunakan tahapan-tahapan yang sama.

Perbedaan : pada tproses terapi menggunakan tahapan umum, sedangkan pada penelitian ini penulis memfokuskan pada terapi mental spiritual.

2. Penelitian ilmiah dengan judul “ Program Rehabilitasi Mental Pasien Gangguan Mental Pada Panti Rehabilitasi Sosial Jiwa dan Narkoba Purbalingga Jawa Tengah”¹¹⁴

Penelitian ini membahas tentang program rehabilitasi yang menggunakan metode medis dengan pemberian obat kepada pasien dan non-medis berupa ruqyah, istighosah, dan minum air karomah.

Disini dijelaskan bahwa penelitian ini memfokuskan pada program non-medis yang dilakukan di Panti Rehabilitasi Sosial Jiwa dan Narkoba Purbalingga Jawa Tengah

Persamaan : sama-sama mengacu pada unsur pendidikan islam sebagai landasan pada proses terapi.

¹¹³ Gesti Yulian, Model Penanganan dan Pelayanan Eks Psikotik Di Rumah Pelayanan Sosial Eks Psikotik Martani Cilacap, (Purwokerto, UIN Purwokerto, 2017)

¹¹⁴ Muhammad Ali Nurdin, Program Rehabilitasi Mental Pasien Gangguan Mental Pada Panti Rehabilitasi Sosial Jiwa dan Narkoba Purbalingga Jawa Tengah” (Jakarta : Perpustakaan UIN Syarif Hidayatullah, 2018)

Perbedaan :terapi islam yang digunakan memfokuskan pada program diantaranya ruqyah, istighosah dan minum air karomah, yang tidak dilakukan di penelitian yang baru.

3. Penelitian ilmiah dengan judul : “ Rehabilitasi Mental Spiritual Bagi Pecandu Narkoba Di Pondok Pesantren Jiwa Mustajab Purbalinnga ”¹¹⁵

Penelitian ini menjelaskan tentang program yang digunakan dalam merehabilitasi pecandu narkoba dengan menggunakan rehabilitasi mental spiritual. Mental spiritual yang digunakan pada penelitian ini memfokuskan pada tiga unsur penyembuhan yaitu, alamiah, ilahiah dan ilmiah. Dari hasil penelitian disebutkan bahwa pada program rehabilitasi yang digunakan mampu memperbaiki kondisi mental spiritual pecandu narkoba, selain itu pada program rehabilitasi diterapkan juga bimbingan dan konseling islam sebagai pendukung rehabilitasi mental spiritual.

Persamaan :

- a. Pada penelitian ini sama-sama fokus pada terapi islam.
 - b. Pada terapi islam yang digunakan lebih memfokuskan pada unsur alamiah, ilahiah dan ilmiah.
 - c. Jangkauan rehabilitasi lebih luas mencakup pasien gangguan jiwa pecandu narkoba
4. Penelitian ilmiah dengan judul : “ Pendekatan Terapi Spiritual Al-quranic Pada Pasien Schizophrenia Tinjauan Sistematis”¹¹⁶

Isi dari penelitian tersebut adalah peran perawat pada pasien schizophrenia dengan menggunakan beberapa pendekatan yaitu psikoreligius dan psikospiritual. Terapi psikoreligius dan psikospiritual akan membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimis, dua hal tersebut sangat penting untuk penyembuhan selain pada terapi obat-obatan dan tindakan medis lainnya.

¹¹⁵ Nur Khayyu Latifah, Rehabilitasi Mental Spiritual Pecandu Narkoba Di Pondok Pesantren Jiwa Mustajab, (Semarang, UIN Walisongo, 2018)

¹¹⁶ Lilin Rosyanti dkk, *Pendekatan Terapi Spiritual Al-quranic pada Pasien Skizophrenia Tinjauan Sistematis*, Vol 10 No.1 ,2018

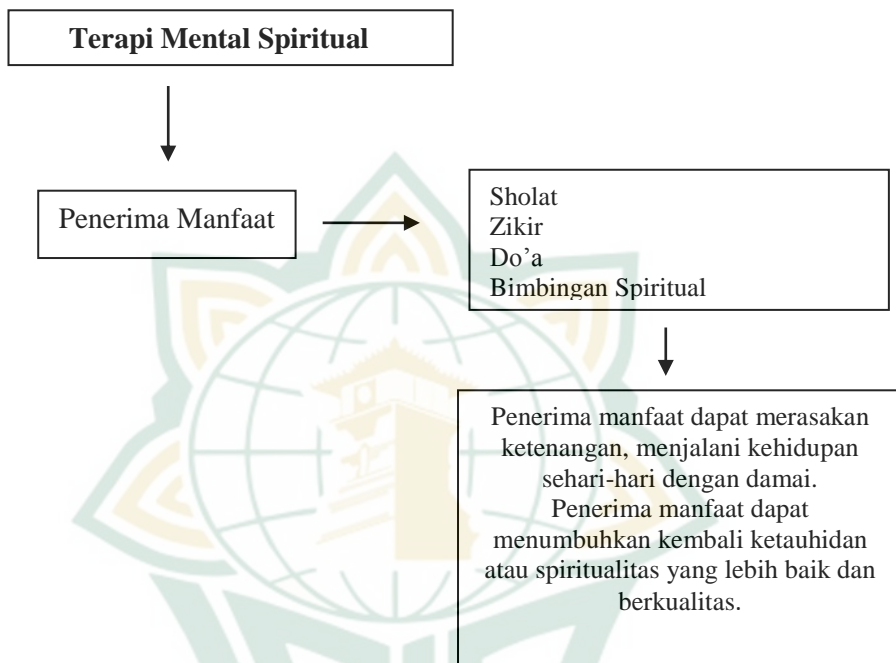
Pada penelitian ini memfokuskan terapi islami sebagai penyembuhan yaitu dengan landasan al-qur'an. Disebutkan bahwa dengan terapi al-qur'an merupakan terapi penyembuhan dan soulsi penyakit fisik, sosial dan spiritual, yang diantaranya denagn membaca dan mendengarkan al-qur'an secara ilmiah dapat menimbulkan efek menenangkan, meningkatkan relaksasi, menghilangkan gangguan negative fisik dan jiwa, mengangkat pelepasan endorfin di otak yang berefek positif pada suasana hati dan ingatan.

Persamaan :Sama-sama menggunakan terapi spiritual islam pada proses penyembuhan pasien.

Perbedaan :

- a. Penelitian ini berfokus pada penyembuhan gangguan mental schizophrenia.
- b. Metode terapi yang digunakan fokus pada terapi al-qur'an sebagai terapi dzikir dan doa.
- c. Penelitian ini membahas tentang peran perawat pada pola pengasuhan pasien dengan menggunakan terapi al-qur'an.

C. Kerangka Berfikir



D. Deskripsi Kerangka Berfikir

Berkenaan dengan kerangka berpikir ini, diketahui bahwa terapi mental spiritual merupakan serangkaian terapeutik dalam proses rehabilitasi guna untuk tercapainya suatu tujuan yang dicita-citakan. Terapi mental spiritual merupakan suatu program layanan rehabilitasi lanjut yang diberikan kepada eks psikotik dalam proses rehabilitasi. Terapi mental spiritual dilakukan oleh pekerja sosial atau pelaksana tugas dalam balai rehabilitasi, dalam pelaksanaannya pelaksana tugas membuat dan memberikan suatu program yang telah ditetapkan dalam perencanaan intervensi yang dalam terapi mental spiritual diimplementasikan pada praktik shalat, ceramah keagamaan, dzikir dan relaksasi.

Pada pelaksanaan terapi mental spiritual menggunakan tehnik yang dipilih dan disesuaikan dengan hasil assessment agar tercapai tujuan yang diharapkan.

Melalui terapi mental spiritual ini pelaksana tugas memberikan bimbingan secara langsung yaitu bertatap muka dan dilakukan secara berkelompok dan individu bila diperlukan.

Pada program rehabilitasi lanjut di BRSPDM penggunaan terapi mental spiritual ini sangat penting, melihat bahwa unsur spiritual dalam diri seseorang sangat berpengaruh pada kesehatan jiwa dan spiritual termasuk dalam empat dimensi sehat yaitu bio – psiko – sosio – spiritual . selain pada program-program psikologis, biologis dan sosiologis, spiritual dapat membantu pemenuhan ruhaniah pada eks psikotik. Sehingga dapat memberikan ketenangan hati yang akhirnya dapat mempengaruhi dan memperbaiki tingkah laku, sikap dan cara berpikir ekspsikotik.

Terapi mental spiritual ini sangat berguna baik bagi pelaksana tugas maupun eks psikotik. Bagi pelaksana tugas dapat dijadikan sebagai pedoman dalam mengukur keberhasilan terapi mental spiritual, sedangkan bagi eks psikotik dapat membantu untuk elbih mendekati diri kepada Allah sehingga sikap yang tumbuh adalah kebaikan terhadap sesame yang dapat mengubah kepribadian untuk menjadi individu yang produktif di masyarakat. Dalam proses terapi mental spiritual, pelaksana tugas berusaha agar eks psikotik mampu memenuhi kebutuhan spiritualnya yang sedang dibutuhkan agar eks psikotik mampu menumbuhkan sikap religius, karena dengan spiritual yang baik maka dapat membentuk pemikiran atau mental yang sehat dan akan muncul pemikiran yang positif, dan itu membantu meningkatkan religiusitas dalam diri eks psikotik.