

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Pustaka

1. Bimbingan Keagamaan

a. Pengertian Bimbingan Keagamaan

Bimbingan secara etimologis merupakan terjemahan dari bahasa Inggris “*guidance*”. *Guidance* dalam kamus bahasa Inggris dikaitkan dengan kata asal *guide*, yang artikan menunjukkan jalan (*Showing the way*), memimpin (*leading*), menuntun (*conducting*), memberi petunjuk (*giving instruction*), mengatur (*regulating*), mengarahkan (*governing*), memberi nasehat (*giving advice*).¹

Menurut Farida dan Saliyo dalam buku “*Teknik Layanan Bimbingan dan Konseling Islam*” bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan. Kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.²

Bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada individu dari seorang ahli. Akan tetapi, tidak sederhana itu untuk memahami pengertian bimbingan. Pengertian yang dikemukakan oleh para ahli memberikan pengertian saling melengkapi satu sama lain.³ Namun secara istilah ada beberapa pendapat, di antaranya:

- 1) Menurut Supriyadi bimbingan adalah usaha untuk menciptakan kondisi yang kondusif agar individu dapat berkembang secara wajar, sesuai dengan kapasitas dan peluang yang dimilikinya sehingga ia berguna untuk dirinya dan masyarakat.
- 2) Menurut Bimo Walgito bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan individu-individu atau

¹ W.S Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta: PT Gramedia, 1997), 65.

² Farida dan Saliyo, *Teknik Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam* (Kudus: STAIN Kudus, 2008), 11-12.

³ Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2010), 13.

sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan didalam kehidupannya agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.⁴

Menurut Prayitno dalam Sukardi, bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada seseorang (individu) atau sekelompok orang agar individu dapat berkembang menjadi pribadi-pribadi yang mandiri. Kemandirian ini mencakup lima fungsi pokok yaitu (a) mengenal diri sendiri dan lingkungannya, (b) menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, (c) mengambil keputusan, (d) mengarahkan diri, dan (e) mewujudkan diri.⁵

Natawidjaja mendefinisikan bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya sehingga ia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntunan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat, serta kehidupan umumnya. Dengan demikian ia dapat mengecap kebahagiaan hidup dan dapat memberikan sumbangan bagi kehidupan masyarakat umumnya. Bimbingan membantu individu mencapai perkembangan diri secara optimal sebagai makhluk sosial. Sementara Anas Salahudin menyatakan bahwa bimbingan membantu individu untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri.⁶

Sementara itu, Winkel merumuskan bimbingan adalah pemberian bantuan kepada seseorang atau pada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup. Bantuan itu bersifat psikis (kejiwaan), bukan pertolongan finansial, medis, dan lain sebagainya. Dengan adanya bantuan ini, seseorang akhirnya dapat mengatasi sendiri masalah yang dihadapinya dan

⁴ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah* (Yogyakarta: Andi Offset, 1998), 4.

⁵ Dewa Katut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 37.

⁶ Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2010), 13.

menjadi lebih mampu menghadapi permasalahan yang akan dihadapinya kelak.⁷

Beberapa definisi bimbingan menurut para ahli di atas dapat menghasilkan simpulan bahwa pada dasarnya bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan secara sistematis kepada seseorang atau masyarakat agar mereka memperkembangkan potensi-potensi yang dimilikinya sendiri dalam upaya mengatasi berbagai permasalahan, sehingga mereka dapat menentukan sendiri jalan hidupnya secara bertanggung jawab tanpa harus bergantung kepada orang lain, dan bantuan itu dilakukan secara berkesinambungan atau terus menerus.

Bimbingan Islam merupakan proses pemberian bantuan, artinya bimbingan tidak menentukan atau mengharuskan, melainkan sekedar membantu individu. Individu dibantu, dibimbing, agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah. Maksudnya sebagai berikut.

- 1) Hidup selaras dengan ketentuan Allah artinya sesuai dengan kodratnya yang ditentukan Allah; sesuai dengan sunnatullah; sesuai dengan hakikatnya sebagai makhluk Allah.
- 2) Hidup selaras dengan petunjuk Allah artinya sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan Allah melalui Rasul-Nya (ajaran Islam).
- 3) Hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah berarti menyadari eksistensi diri sebagai makhluk Allah yang diciptakan Allah untuk mengabdikan kepadanya; mengabdikan dalam arti seluas-luasnya.⁸

Bimbingan dan agama mempunyai relevansi yang sama yaitu sebagai penolong dalam kesukaran artinya di dalam agama juga terdapat unsur bimbingan, sehingga bimbingan dan agama tidak dapat dipisahkan. Agama seharusnya dimanfaatkan dalam menunjang proses pelaksanaan bimbingan sehingga proses bimbingan yang dihasilkan dapat maksimal yaitu mengembalikan fitrah manusia serta meluruskannya ke fitrah yang *kaffah*

⁷ W.S Winkel, *Bimbingan dan Penyuluhan Islam di Sekolah Menengah* (Jakarta: PT Gramedia, 1978), 20.

⁸ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), 4.

(menyeluruh) dan menyadari tentang hakikat dan makna kehidupan. Setelah mengetahui bimbingan secara umum, maka bimbingan keagamaan Islam diartikan sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Bimbingan keagamaan Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Proses tersebut bertujuan untuk membantu seseorang agar: (1) memahami bagaimana ketentuan dan petunjuk Allah tentang (kehidupan) beragama, (2) menghayati ketentuan dan petunjuk tersebut, (3) mau dan mampu menjalankan ketentuan dan petunjuk Allah untuk beragama dengan benar (beragama Islam) itu, yang bersangkutan akan bisa hidup bahagia dunia dan di akhirat, karena terhindar dari resiko menghadapi problem-problem yang berkenaan dengan keagamaan (kafir, syirik, munafik, tidak menjalankan perintah Allah sebagaimana mestinya dsb).⁹ Bantuan yang diberikan berupa pertolongan mental dan spiritual agar orang yang bersangkutan mampu mengatasinya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri melalui dorongan dari kekuatan iman dan taqwa kepada tuhan.

Bimbingan keagamaan yang peneliti maksudkan di sini adalah bimbingan keagamaan yang diberikan oleh kyai, ustadz atau pengurus dari Yayasan Jalma Sehat agar mereka bisa sembuh dan tidak terulang dengan gangguan kejiwaan.

b. Dasar Bimbingan Keagamaan

Bila kita menengok sejarah agama di dunia, maka bimbingan keagamaan telah dilaksanakan oleh para nabi dan rasul, para sahabat, ulama' di lingkungan masyarakat dari zaman ke zaman. Setiap aktivitas yang dilakukan oleh manusia pasti memerlukan dasar, demikian pula dalam bimbingan keagamaan. Dasar diperlukan untuk melangkah ke suatu tujuan dan merupakan titik berpijak.

⁹ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, 61-62.

Adapun dasar bimbingan keagamaan antara lain firman Allah dalam al-Qur'an surat Ali Imron ayat 104

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْعُرْفِ

وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Artinya : “dan hendaklah ada diantara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan dan menyuruh kepada yang ma’ruf dan mencegah mungkar. Dan merekalah orang-orang yang beruntung”. (QS Ali Imron: 104)¹⁰

c. Tujuan Bimbingan Keagamaan

Menurut Aunur Rahim Faqih tujuan dari bimbingan keagamaan antara lain :

- 1) Membantu individu/kelompok individu mencegah timbulnya masalah-masalah dalam kehidupan keagamaan, antara lain dengan cara:
 - a) Membantu individu menyadari fitrah manusia.
 - b) Membantu individu mengembangkan fitrahnya (mengaktualisasikannya).
 - c) Membantu individu memahami dan menghayati ketentuan dan petunjuk Allah dalam kehidupan keagamaan.
 - d) Membantu individu menjalankan ketentuan dan petunjuk Allah mengenai kehidupan keagamaan.
- 2) Membantu individu memecahkan masalah yang berkaitan dengan kehidupan keagamaan, antara lain dengan cara:
 - a) Membantu individu memahami problem yang dihadapinya.
 - b) Membantu individu memahami kondisi dan situasi dirinya dan lingkungannya.
 - c) Membantu individu memahami dan menghayati berbagai cara untuk mengatasi problem kehidupan keagamaannya sesuai dengan syari'at Islam.

¹⁰ Departemen Agama R.I *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Semarang: Tohan Putra, 2002), 95.

- d) Membantu individu menetapkan pilihan upaya pemecahan menjadi lebih baik.
 - 3) Membantu individu memelihara situasi dan kondisi kehidupan keagamaan dirinya yang telah baik agar tetap baik dan atau menjadi lebih baik.
- d. Asas Bimbingan Keagamaan
- Asas-asas yang dapat digunakan untuk pijakan dalam bimbingan keagamaan adalah sebagai berikut.
- 1) Asas fitrah

Fitrah merupakan titik tolak utama bimbingan dan konseling keagamaan islami, karena dalam konsep fitrah itu ketahuhi dan yang asli (bawaan sejak lahir sebagai anugerah Allah). Artinya, manusia pada dasarnya telah membawa fitrah (naluri beragamaa Islam yang mengesakan Allah), sehingga bimbingan dan konseling Islam harus senantiasa mengajak kembali manusia memahami dan menghayatinya.
 - 2) Asas *Kebahagiaan Dunia dan Akhirat*

Jika Manusia telah mampu memahami dan menghayati fitrahnya maka itu harus terus dibina dan dikembangkan dalam rangka mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Bimbingan dan konseling keagamaan Islami membantu individu dan menghayati tujuan hidup manusia yaitu mengabdikan kepada Allah, dalam rangka mencapai tujuan akhir sebagai manusia, yaitu mencapai kebahagiaan dunia dan akhiratnya tersebut.
 - 3) Asas *Amal Soleh dan Ahlaqul-Kharimah*

Tujuan hidup manusia, hidup di dunia dan akhirat itu, baru akan tercapai manakala manusia beramal sholeh dan berahlak mulia, karena dengan perilaku semacam itulah fitrah manusia yang asli itu terwujudkan dalam realita kehidupan. Bimbingan dan konseling keagamaan Islam membantu individu melakukan amal sholeh dan berahlak mulia sesuai dengan ajaran Islam.
 - 4) Asas *Mauzitaul-Hasanah*

Bimbingan dan konseling keagamaan Islami dilakukan dengan cara yang sebaik-baiknya dengan mempergunakan segala macam sumber pendukung secara efektif dan efisien, karena hanya dengan

penyampaian hikmah yang baik sajalah maka hikmah itu bisa tertanam pada diri individu yang dibimbing.

5) *Asas Mujadatulahsan*

Bimbingan dan konseling keagamaan Islam dilakukan dengan cara melakukan dialog antara pembimbing dengan yang dibimbing, yang baik, yang manusiawi, dalam rangka membuka pikiran dan hati pihak yang dibimbing ayat-ayat Allah, sehingga muncul pemahaman, penghayatan, keyakinan akan kebenaran dan kebaikan syari'at Islam, dan mau menjelaskannya.

e. Materi Bimbingan Keagamaan

Pemberian bimbingan merupakan ibadah kepada Allah SWT, juga merupakan pelaksanaan tugas kekhalifahan darinya, dalam hal ini merupakan tugas yang teragung. Oleh karena itu materi yang disampaikan hendaklah memiliki nilai yang lebih baik demi tercapainya bimbingan.

Materi-materi bimbingan agama Islam secara garis besar dibagi menjadi tiga yakni aqidah, ibadah dan ahlak. Materi pertama aqidah adalah materi yang berhubungan dengan perilaku keimanan manusia. Hal ini sebagaimana dinyatakan oleh Ibnu Taimiyah yang mendefinisikan aqidah sebagai suatu yang harus dibenarkan oleh hati, yang jiwanya menjadi tenang dan yakin serta mantap, tidak dipengaruhi oleh keraguan. Materi kedua adalah materi ibadah yang berkaitan dengan usaha manusia dalam menyembah Tuhan. Istilah ibadah berarti penghambaan kepada Tuhan. Istilah ibadah berawal dari kata 'abd, dalam istilah keagamaan kata 'abd menunjukkan arti menyembah (Tuhan). Isi materi ibadah yaitu bagaimana tata cara beribadah dengan benar kepada Allah sesuai apa yang telah dicontohkan oleh Rasulullah beserta para sahabatnya, serta dalam kenyataannya praktik ibadah yang dilakukan harus sesuai dan tidak ada unsur-unsur penyekutuan. Misalnya saja pada acara aqiqah seorang anak masih menggunakan sesaji dalam ritualnya. Sedangkan materi ketiga dalam bimbingan keagamaan adalah materi yang berhubungan dengan akhlak yang juga identik dengan perilaku yang berdasarkan pada nilai-nilai agama Islam. Dan individu tersebut juga merasa nyaman dengan begitu akan timbul

timbang balik yang bisa saling menguntungkan di antara mereka berikut tujuan adanya bimbingan keagamaan untuk membentuk ketrampilan sosial penderita gangguan kejiwaan, yaitu :

- 1) Memberikan pekerjaan kepada penderita gangguan kejiwaan.
- 2) Berakhlaqul karimah kepada siapapun.
- 3) Mendekatkan kepada Allah SWT.

2. Gangguan Mental atau Kejiwaan

a. Pengertian Gangguan Mental

Istilah gangguan mental (*mental disorder*) atau gangguan kejiwaan merupakan istilah resmi yang digunakan dalam PPDGJ (*Pedoman Penggolongan Dianostik Gangguan Jiwa*). Definisi gangguan mental (*mental disorder*) dalam PPDGJ II yang merujuk pada PPDGJ-III adalah gangguan mental atau sindrom atau pola perilaku, atau psikologik seseorang, yang secara klinik cukup bermakna, dan secara khas berkaitan dengan suatu gejala penderitaan (*distress*) di dalam satu fungsi yang penting dari manusia. Sebagai tambahan disimpulkan bahwa disfungsi itu adalah disfungsi dari segi perilaku, psikologik, atau biologik, dan gangguan itu tidak semata-mata terletak didalam hubungan orang dengan masyarakat.

Secara lebih luas gangguan mental juga dapat diartikan sebagai bentuk penyakit, ganggaun dan kekacauan fungsi mental atau gangguan mental, disebabkan oleh kegagalan mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan terhadap stimulasi ekstern dan ketengangan-ketengangan, sehingga muncul gangguan fungsional atau struktural dari satu bagian, satu orang atau sistem kejiwaan.

Pendapat yang sejalan juga dikemukakan Chaplin dalam Kartono yaitu gangguan mental (*mental disorder*) ialah sebagai bentuk ketidakmampuan menyesuaikan diri yang serius sifatnya terhadap tuntutan dan kondisi lingkungan yang mengakibatkan ketidakmampuan tertentu. Sumber gangguan atau kekacauannya bisa bersifat psikogenis atau organis, mencakup kasus-kasus reaksi psikopatis dan reaksi-reaksi neurotis yang gawat.¹¹

¹¹ Suhaimi, *Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Kesehatan Mental Islam, Jurnal Risalah*, Vol. 26, No. 4, (2015): 195-205, 18.

Beberapa istilah yang dipakai untuk menunjukkan sebuah perilaku yang abnormal di antaranya: gangguan jiwa, gangguan mental, penyakit jiwa, gangguan psikiatrik dan psikopatologi. Di masyarakat umum terkenal istilah “gangguan saraf” (seperti juga dalam bahasa belanda “*zenuwziekte* atau *zenuw inzinking*” dan dalam bahasa inggris “*nervous breakdown*”) atau “gangguan ingatan” yang berasal dari zaman dahulu sewaktu belum dapat dibedakan penyebab gangguan jiwa dari penyakit saraf=*neurologi*).

Para ahli merumuskan pengertian gangguan mental dalam rumusan sebagai berikut. Kartini Kartono merumuskan tentang pengertian gangguan mental dengan menyatakan, gangguan mental adalah bentuk penyakit, gangguan, dan kekacauan fungsi mental atau mental tidak sehat, disebabkan oleh kegagalan mereaksinya mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan atau mental terhadap stimuli ekstern dan ketegangan-ketegangan, sehingga muncul gangguan fungsional atau gangguan struktural dari satu bagian, satu organ, atau sistem kejiwaan atau mental.¹² Pengertian lain dikemukakan Zakiyah Daradjat, bahwa gangguan mental adalah suatu kondisi dimana mental seseorang terganggu, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik.¹³

Sejalan dengan itu, Yahya Jaya merumuskan gangguan mental berarti suatu peristiwa yang melekat pada diri seseorang keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan mental maupun kejasmanian. Keabnormalan tersebut terjadi tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun gejala-gejalanya terlihat pada fisik, tetapi disebabkan oleh keadaan jiwa dan jasmani yang terganggu. Secara garis besar keabnormalan dapat dibagi atas dua golongan, yaitu gangguan kejiwaan gan sakit kejiwaan, atau neurosa dan

¹² Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygine Mental dan Kesehatan Dalam Islam* (Bandung: Mandar Maju, 2007), 80.

¹³ Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: CV Haji Masagung, 1990), 33.

psikosa. Neurosa berkaitan dengan gangguan kejiwaan pada perasaan (*maradh nafsi*), dan psikosa dengan gangguan pikiran (*maradh 'aqli*). Gejala-gejala yang dapat dilihat dari kedua jenis gangguan kejiwaan ini antara lain ketegangan batin, rasa putus asa dan murung, gelisah, perbuatan-perbuatan yang terpaksa, histeris, rasa lemah, dan tidak mampu mencapai tujuan, takut, dan pikiran-pikiran buruk yang meliputi jiwa dan kepribadian seseorang. Perbedaan antara neurosa dan psikosa terletak pada perasaan (*neurosa*), dan pikiran (*psikosa*), serta kepribadian penderita. Penderita *neurosa* terganggu perasaannya, tetapi ia masih mengetahui dan merasakan kesukaran yang dihadapinya, sehingga kepribadiannya tidak diperlihatkan kelainan yang berarti, dan masih berada dalam alam kenyataan. Sedangkan penderita *psikosa* pikirannya terganggu, sehingga kepribadiannya tampak tidak bulat, karena integritas kehidupannya tidak berada dalam alam kenyataan yang sesungguhnya.¹⁴

Menurut Notoesoedirjo dan Latipun gangguan mental dalam beberapa hal disebut perilaku abnormal (*abnormal behavior*), yang juga dianggap sama dengan penyakit mental (*mental illness*), sakit jiwa (*insanity, lunacy, madness*), selain terdapat pula istilah-istilah yang serupa, yaitu: *distress, discontrol, disadvantage, disability, inflexibility, irrationality, syndromal pattern, dan disturbance*. Berbagi istilah ini dalam beberapa hal dianggap sama, namun dilain pihak digunakan secara berbeda. Dalam *International Classification of Diseases* (ICD). Dan “*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM) digunakan istilah “*Mental Disorder*” yang diterjemahkan menjadi gangguan mental.¹⁵

Hanna Djumhana Bastaman lebih luas menyebut empat pola yang ada dalam kesehatan mental, yaitu pola simptomatis, pola penyesuaian diri, pola pengembangan potensi, dan pola agama. *Pertama*, pola simptomatis adalah pola yang berkaitan dengan gejala (*symptoms*) dan keluhan (*complaints*), gangguan atau penyakit nafsaniah. Kesehatan

¹⁴ Yahya Jaya, *Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental* (Jakarta: CV Ruhama, 1995), 21.

¹⁵ Moeljono Notoesoedirjo dan Latipun, *Kesehatan Mental* (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2001), 41-43.

mental berarti terhindarnya seseorang dari segala gejala, keluhan, dan gangguan mental, baik berupa neurosis maupun psikosis. *Kedua*, pola penyesuaian diri adalah pola yang berkaitan dengan keaktifan seseorang dalam memenuhi tuntutan lingkungan tanpa kehilangan harga diri. Atau memenuhi kebutuhan pribadi tanpa mengganggu hak-hak orang lain. Kesehatan mental berarti kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri secara aktif terhadap lingkungan sosialnya. *Ketiga*, pola pengembangan diri adalah pola yang berkaitan dengan kualitas khas insani (*human qualities*) seperti kreatifitas, produktivitas, kecerdasan, tanggung jawab, dan sebagainya. Kesehatan mental berarti kemampuan individu untuk memfungsikan potensi-potensi manusiawinya secara maksimal, sehingga ia memperoleh manfaat bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain. *Keempat*, pola agama adalah pola yang berkaitan dengan ajaran agama. Kesehatan mental adalah kemampuan individu untuk melaksanakan ajaran agama secara benar dan baik dengan landasan keimanan dan ketakwaan.¹⁶

Kondisi mental yang tenang dan tentram dapat digambarkan dalam tiga bentuk, yaitu: (1) adanya kemampuan individu dalam menghadapi perubahan dan persoalan zaman. Misalnya, jika ia terkena musibah maka musibah itu diserahkan dan dikembalikan kepada Allah (QS. Al-Baqarah:156); bersikap bersahaja dalam menghadapi sesuatu, sebab sesuatu yang dibenci terkadang memiliki nilai baik, sementara sesuatu yang disenangi memiliki nilai buruk (QS. Al-Baqarah:216), (2) kemampuan individu dalam bersabar menghadapi persoalan-persoalan hidup yang berat, misalnya cobaan akan ketakutan dan kemiskinan (QS. Al-Baqarah:155), dan (3) kemampuan individu untuk optimis dan menganggap baik dalam menempuh kehidupan, sebab setiap ada kesulitan pasti akan datang kemudahan (QS. Al-Insyirah:4-5).¹⁷

Kesehatan gangguan jiwa telah dipandang dengan penuh stigma sejak lama. Kehadirannya dianggap tidak lebih penting dibandingkan dengan kondisi kesehatan fisik.

¹⁶ Moeljono Notoesoedirjo dan Latipun, *Kesehatan Mental*, 133-134.

¹⁷ Moeljono Notoesoedirjo dan Latipun, *Kesehatan Mental*, 139-140.

Padahal, dalam definisi kesehatan jiwa menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO), kesehatan individu tidak hanya bergantung pada tiadanya penyakit tetapi juga keseimbangan psikologis dan fungsi sosialnya juga (*health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity*, WHO).

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa gangguan mental dimaknakan sebagai keadaan adanya kurangnya dalam hal kesehatan mental. Dari pengertian ini, orang yang menunjukkan kurang dalam hal kesehatan mentalnya, maka dimasukkan sebagai orang yang mengalami gangguan mental.

Gangguan mental adalah kumpulan dari keadaan yang tidak normal baik secara fisik maupun psikis. Jika dibiarkan cepat atau lambat dapat dapat meningkatkan menjadi sakit jiwa sebagai tahap lanjutannya. Sakit jiwa dari segala segi (tanggapan, perasaan atau emosi, dan dorongan-dorongannya), sangat terganggu, tidak ada integritas dan ia hidup jauh dari alam kenyataan.¹⁸ Menurut Arnold sebagaimana dikutip Ancok, gangguan mental merupakan kesulitan jiwa yang dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan orang lain karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap diri sendiri.¹⁹

Gangguan mental atau penyakit kejiwaan yang disebut juga dengan mental *disorder* adalah semacam ketidak mampuan penyesuaian diri dengan serius sifatnya terhadap tuntutan dan kondisi lingkungan yang mengakibatkan ketidakmampuan atau kekacauan fungsi mental, disebabkan oleh kegagalan reaksi mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan atau mental dari *stimulan ekstern* dan ketegangan-ketegangan sehingga muncul gangguan fungsional atau gangguan struktural dari bagian satu orang atau sistem kejiwaan atau mental.²⁰ Gangguan mental juga merupakan sejumlah kelainan yang

¹⁸ Moeljono Notoesudirjo dan Latipun, *Kesehatan Mental*, 33.

¹⁹ Djameludin Ancok Dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islam Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1995), 91.

²⁰ Kartini Kartono, *Hyglence Mental* (Bandung: Mandar Maju, 2000), 80-82.

terjadi bukan kelainan jasmani, anggota tubuh atau kerusakan sistem otak kendatipun gejalanya bersifat badaniah.²¹

Pengaruh gangguan mental terhadap fisik dikenal dengan istilah *psikomatik*. Daradjat sebagaimana dikutip Ramayulis, menterjemahkan dengan penyakit kejiwabadanan. Penyakit ini secara kasat mata tampak bahwa yang terkena penyakit adalah fisiknya, akan tetapi setelah diselidiki ternyata yang terkena sakit adalah psikisnya.²² Seseorang yang mengalami gangguan mental atau mengalami kesehatan mental yang buruk, perasaan-perasaan bersalah kadang-kadang menguasainya, kecemasan-kecemasan tidak produktif dan sangat mengancamnya. Ia biasanya tidak mampu menangani krisis-krisis dengan baik dan ketidakmampuan ini mengurangi kepercayaan dan harga dirinya.²³

Dengan demikian gangguan mental adalah gangguan-gangguan jiwa yang menyebabkan seseorang tidak normal, ia tidak mampu menilai diri dan lingkungannya dengan baik, bahkan ia sering menyalahkan dirinya sendiri, serta tidak puas dengan dirinya sehingga ia sering menyiksa diri sendiri, karena kehilangan tujuan hidup. Kondisi seperti itu tentu akan menghalangi perkembangan seseorang dalam hidupnya serta ia tidak mampu memahami potensi-potensi yang dia miliki serta tidak mampu berpegang teguh pada nilai-nilai sosial dan agama.

b. Jenis-jenis Gangguan Mental

Dari hasil *American Psychiatric Association Tahun 1994* menyebutkan 15 jenis gangguan mental, yaitu:²⁴

- 1) Gangguan yang biasanya didiagnosa pertama kali pada masa bayi, masa anak-anak dan masa remaja. Gangguan dalam masa kategori ini seperti hambatan

²¹ Mustafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah Dan Masyarakat*, Terj. Zakiah Daradjat (Jakarta: Bulan Bintang, 1977), 58.

²² Ramayulis, *Psikologi Agama* (Jakarta: Kalam Mulia, 2007), 158.

²³ Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 2* (Yogyakarta: Kanisius, 2006), 8.

²⁴ Rita L, Atkinson, Dkk, *Pengantar Psikologi*, Terj. Widjaja Kusuma, Judul Asli "Introduction To Psycholog, (Batam: Interaksara, Tt), Jilid I. 408-409.

(*retardation*) mental, gangguan belajar, gangguan keterampilan motorik, gangguan komunikasi, gangguan perkembangan pervasif, gangguan kurang perhatian dan perilaku mengacau, gangguan makan, dan penyimpangan lain dari perilaku normal.

- 2) *Delirium*,²⁵ *demensia*,²⁶ gangguan amnestik,²⁷ dan gangguan kognitif lain. Gangguan yang disebabkan fungsi otak terganggu, baik secara permanen atau sementara. Gangguan ini disebabkan penuaan, trauma²⁸ kepala, penyakit menurutnya (*degeneration*) pada sistem saraf (seperti karena HIV (*Human Immunodeficiency Virus*); sifilis, atau penyakit alzheimer).
- 3) Gangguan yang berhubungan dengan zat. Gangguan ini disebabkan pemakaian alkohol yang berlebihan, cocaine, dan racun yang merubah perilaku. Termasuk dalam kelompok ini adalah marijuana dan tembakau, walaupun masih diperselisihkan efek psikologisnya.
- 4) Skizofrenia²⁹ dan gangguan psikotik lainnya, gangguan ini ditandai oleh hilangnya kontak dengan realita,

²⁵ Delirium adalah keadaan kebingungan atau kekacauan mental, dibarengi dengan delusi, ilusi, dan halusinasi. Ia dapat disebabkan oleh panas tinggi, obat bius atau goncangan batin.

²⁶ Demensia adalah memburuk atau merosotnya proses intelektual, daya pertimbangan dan proses emosional, ditandai dengan bentuk-bentuk tertentu dari senilitas dan psikosa.

²⁷ Amnestik adalah hilangnya ingatan, baik sebagian ataupun total. Disebabkan oleh kejadian apapun juga. Atau, ketidakmampuan fungsional untuk mengingat kembali masa lalu pribadi, disebabkan konflik hebat atau trauma psikologis berat, sehingga individu tersebut berusaha melupakan kejadian yang dialami. Amnesia juga dapat disebabkan oleh kejutan otak, seperti karena luka-luka pada bagian kepala.

²⁸ Trauma adalah satu luka, baik bersifat fisik maupun psikis. Trauma dibagi menjadi dua, yaitu: (1) *neurosa traumatica* (*traumatic neurosis*); satu *neurosa* disebabkan oleh satu pengalaman yang luar biasa menyakitkan hati; (2) *psikosa traumatica* (*traumatic psychosis*); satu keadaan psikotik yang ditimbulkan luka di otak.

²⁹ Skizofrenia adalah sekelompok gangguan yang ditandai oleh disorganisasi kepribadian yang parah, distorsi realita, dan ketidakmampuan untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Skizofrenia ditandai dengan gangguan pikiran dan atensi, baik dalam proses berpikir maupun isi pikiran, gangguan persepsi, yaitu dunia tampaknya berbeda baginya, gangguan pada

gangguan jelas proses berpikir dan persepsi, dan perilaku yang aneh. Pada suatu fase, waham, halusinasi, dan delusi hampir selalu terjadi.

- 5) Gangguan *mood*.³⁰ Misalnya (1) terjadinya gembira secara abnormal; (2) gangguan *bipolar*, yaitu individu merasa berganti-ganti antara periode depresi dan elasi, atau mania; (3) *depresi*, yaitu respon normal terhadap banyak stres kehidupan, seperti adanya kesedihan dan kekesalan, penurunan motivasi dan gairah hidup, dan berpikir negatif. Terhadap orang yang normal, depresi merupakan keadaan kemurungan yang ditandai perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan, dan pesimisme menghadapi masa depan. Sedang pada kasus patologis, depresi merupakan ketidakmampuan ekstrin untuk mereaksi terhadap perangsang, disertai menurunnya nilai diri, delusi ketidakpasan, tidak mampu dan putus asa. Situasi yang sering menimbulkan depresi adalah kegagalan sekolah dan bekerja dan kehilangan orang yang dicintai.
- 6) Gangguan kecemasan: mencakup (1) gangguan kecemasan merupakan gejala utama, seperti merasa takut tanpa alasan yang jelas, merasa jengkel terhadap masalah kecil, sulit memutuskan masalah, merasa tegang terus-menerus; (2) fobia (*phobia*) yaitu ketakutan yang kuat dan irasional, yang ditimbulkan oleh suatu perangsang atau situasi khusus, seperti takut pada ketinggian (*acrophobia*), takut pada tempat-tempat terbuka (*agoraphobia*), takut pada tempat-tempat tertutup (*claustrophobia*), takut pada orang asing (*enaphobia*), dan takut pada binatang (*zoophobia*); gangguan *obsesif-kompulsif*³¹, yaitu

kehidupan emosional dan afektif, gejala motorik dan penarikan diri dari realitas yang sesungguhnya, dan penurunan kemampuan untuk bekerja.

³⁰Gangguan mood adalah suatu gangguan mental yang ditandai oleh perubahan suasana jiwa, seperti depresi, mania (luapan yang berlebihan), dan gangguan bipolar dimana individu mengalami dua ekstrin dua suasana jiwa.

³¹ Obsesi adalah intrusi persisten pikiran, bayangan, atau impuls yang tidak diundang yang menimbulkan kecemasan. Atau, satu ide tegar, menetap, dan seringkali tidak rasional, yang seringkali dibarengi satu kompulsi untuk melakukan suatu perbuatan. Kompulsi adalah dorongan yang tidak dapat ditahan untuk melakukan tindakan atau ritual tertentu yang menurunkan

mencoba menahan diri dari melakukan ritual tertentu atau memikirkan pikiran persisten; dan (4) gangguan stres pasca traumatik.

- 7) Gangguan somatofrom, yaitu gejala gangguan pada fisik, tetapi tidak ditentukan penyebab organik dan faktor psikis tampaknya berperan besar. Termasuk gangguan ini adalah somatisasi, gangguan konversi (seperti wanita yang benci merawat ibunya yang tua renta, sehingga tiba-tiba ia mengalami kelumpuhan tangan), dan *bipokondriasis* (preokupasi berlebihan dengan kesehatan dan merasa takut berlebihan akan penyakit walaupun tidak ada alasan yang perlu ditakuti).
- 8) Gangguan *disosiatif*, yaitu perubahan sementara fungsi kesadaran, ingatan, atau identitas karena masalah emosional, seperti *amnesia disosiatif* (individu tidak dapat mengingat segala sesuatu dari pengalaman hidupnya setelah terjadi traumatik), dan gangguan kepribadian (dua atau lebih sistem kepribadian yang terpisah terjadi pada individu yang sama).
- 9) Gangguan seksual dan identitas jenis. Mencakup masalah gangguan gairah seksual, gangguan perangsang seksual, gangguan orgasmik, gangguan nyeri ketika mengadakan seksual, parafilia yaitu penyimpangan seksual seperti tertarik pada benda mati (*fetishisme*), mendapatkan kepuasan seksual dengan memamerkan genitalnya kepada orang lain yang tidak menduga (*ekshibiosinisme*), kepuasan seksual melalui kontak dengan anak dibawah umur (*pedofilia*), dan keinginan menimbulkan nyeri pada diri sendiri atau menderita nyeri disebabkan orang lain (*masokisme*).
- 10) Gangguan makan, baik yang berkaitan dengan *anoreksia nervosa* (suatu gangguan makan yang terutama menyerang wanita muda dan ditandai dengan penurunan berat badan yang ekstrim dan disengaja oleh diri sendiri) dan *bulimia nervosa* (suatu gangguan makan yang terutama menyerang wanita muda dan

kecemasan. Neurosa obsesi-kompulsif adalah satu psikosa-neurosa dengan ciri khas adanya ide yang tegar, tidak rasional, dan sering tidak dikehendaki. Hal itu dilakukan untuk mengurangi atau menghilangkan ketakutan dan perasaan bersalah.

ditandai oleh episode pesta makan, diikuti oleh upaya mencahar dengan muntah dan laksatif).

- 11) Gangguan tidur, baik berkaitan dengan *insomnia kronis* (tidak puas dengan kuantitas atau kualitas tidur), *hipersomnia* (satu dorongan yang tidak dapat dikontrol untuk tidur atau keinginan tidur yang berlebihan), *apnea tidur* (gangguan tidur yang ditandai oleh berhentinya pernapasan disaat tidur), tidur berjalan, dan *narkolepsi* (gangguan tidur yang ditandai oleh kecenderungan tidak terkendali untuk tertidur singkat dalam waktu yang tepat).
- 12) Gangguan pengendalian impuls. Mencakup gangguan *eksposif intermilen*, *kleptomania* (mencari kompulsif benda-benda yang tidak dibutuhkan untuk pemakaian pribadi atau nilai ekonomisnya), berjudi patologis dan *piromania* (menimbulkan kebakaran untuk kesenangan semata atau menghilangkan ketegangan).
- 13) Gangguan kepribadian. pola perilaku maladaptif yang berlangsung lama, yang merupakan cara yang tidak dewasa dan tidak tepat untuk menghadapi stres atau pemecahan masalah, seperti perilaku anti sosial (tidak adanya empati atau kepedulian kepada orang lain dan tidak memiliki rasa malu, menyesal, atau berdosa jika melakukan kesalahan) dan gangguan perilaku narsistik (cinta-diri dan perhatian yang ekstrim terhadap diri sendiri, sehingga tidak memiliki perhatian pada orang lain).
- 14) Gangguan buatan, yaitu gejala fisik atau psikis yang ditimbulkan secara buatan. Berbeda dari malingering (berpura-pura) yang mana tidak ada tujuan yang jelas, seperti ketidakmampuan membayar tagihan atau menghindari wajib militer. Bentuk yang paling banyak diteliti dinamakan *sindroma munchause*, yaitu kesenangan individu akan presentasi gejala fisik buatan yang menyebabkan individu itu sering dirawat di rumah sakit.
- 15) Kondisi lain yang mungkin menjadi pusat perhatian klinis. Kategori ini mencakup banyak masalah yang menyebabkan orang mencari bantuan, seperti gangguan pergerakan akibat medikasi, masalah rasional

(perkawinan, hubungan, anak-orang tua, tetangga), penelantaran atau masalah pekerjaan.

c. Ciri-ciri Gangguan Mental

Ada beberapa ciri gangguan mental menurut Kanfer yang dikutip Ancok yaitu:

- 1) Hadirnya perasaan cemas, dan perasaan tegang di dalam diri;
- 2) Merasa tidak puas terhadap perilaku diri sendiri,;
- 3) Perhatian yang berlebih-lebihan terhadap problem yang dihadapi,;
- 4) Ketidakmampuan berfungsi secara efektif didalam menghadapi problem.³²

Selanjutnya ciri-ciri gangguan mental yang parah memiliki ciri-ciri seperti berikut ini.

- 1) Disorganisasi proses pikiran,;
- 2) Gangguan dalam emosional,;
- 3) Disorientasi waktu, ruang respon,;
- 4) Dalam beberapa kasus disertai halusinasi dan delusi.

Penderita biasanya tidak mengenal penyakit yang dideritanya bahkan tidak lagi mampu mengenal dirinya. Ia seakan-akan mempunyai dunia sendiri yang berbeda dengan orang-orang yang normal, baginya hidup dan mati bukanlah persoalan, sehingga lapar, panas, sakit dan kondisi kejiwaan lainnya tidak dipedulikan. Kadang-kadang ciri-ciri tersebut tidak dirasakan oleh penderita, yang merasakan akibat perilaku penderita adalah masyarakat di sekitarnya. Orang-orang yang di sekitarnya merasa bahwa perilaku yang dilakukan adalah merugikan diri penderita, tidak efektif, merusak dirinya dan sering kali orang-orang terganggu dengan perilaku penderita.

d. Gejala-gejala Gangguan Mental

Untuk mengetahui bagaimana kondisi mental atau kondisi jiwa kita. Apakah kondisi mental itu sehat, normal atau terganggu. Ini semua bisa diketahui atau dideteksi lewat apa yang disebut dengan “gejala” atau “tanda”.

Gejala adalah tanda-tanda yang mendahului suatu problem, atau sesuatu yang dapat diamati sebelum

³² Djamaludin Ancok, *Psikologi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 91.

timbulnya suatu problem,³³ atau keadaan yang menjadi tanda-tanda akan timbulnya berjangkitnya sesuatu. Jadi gejala-gejala timbulnya gangguan mental ialah segala bentuk kondisi kejiwaan yang bisa diamati atau bisa dirasakan secara jelas sebagai realisasi aktivitas kejiwaan yang bisa mengakibatkan ketidak nyamanan ataupun ketidaktenangan baik secara psikologis maupun secara jasmaniah (fisik). Adapun gejala-gejala timbulnya gangguan mental yang dapat dirasakan dan diamati sebagai bentuk upaya deteksi (*diagnosis*) yang terjadi dalam diri yaitu, dengan nilai dan mau merasakan bagaimana kondisi jasmaniah dan rohani yang ada dalam diri kita. Untuk mengetahuinya bisa diagnosis atau deteksi sendiri melalui beberapa gejala (tanda). Adapun gejala-gejalanya tersebut bisa dirasakan atau bisa dideteksi melalui gejala kejiwaan yang ada dalam diri (kejiwaan) yaitu, melalui perasaan, emosi kehendak dan tingkah laku.

1) Perasaan

Setiap aktivitas, tingkah laku dan pengalaman kita diliputi oleh perasaan. Disamping pikiran perasaan juga mempunyai peran untuk memberikan pertimbangan bagaimana seseorang atau individu untuk berbuat dan betingkah laku. Perasaan juga termasuk naluri manusia yang banyak memberi pengaruh serta memperngaruhi perkembangan sikap dan tingkah lakunya.

Ada dua macam perasaan manusia sebagaimana yang dikategorikan oleh Jamaluddin Kafie yaitu digolongkan kedalam dua bentuk yaitu, yakni: *pertama*, perasaan yang dikategorikan sebagai perasaan kejasmanian (rendah) seperti, perasaan penginderaan, perasaan vital, perasaan psikis dan perasaan pribadi. *Kedua*, perasaan kerohanian (tinggi), seperti perasaan religius (hal yang suci), perasaan etis (hal yang baik), perasaan estetis (hal yang indah), perasaan egoistis (hal diri sendiri), perasaan sosial (hal bersama), perasaan simpati (hal tertarik) dan perasaan intelektual (hal yang benar).³⁴

³³ Jamaluddin Kafie, *Psikologi Dakwah*, (Surabaya: Indah Surabaya, 1993), 50

³⁴ Jamaluddin Kafie, *Psikologi Dakwah*, 51-52.

Perasaan disebut juga sebagai gejala rasa atau disebut juga sebagai gejala emosi. Hukstra mendefinisikan perasaan yang dikutip oleh Agus Sujanto, perasaan ialah suatu fungsi jiwa untuk dapat mempertimbangkan dan mengukur sesuatu menurut rasa senang dan tidak senang.³⁵ Perasaan biasanya disifatkan sebagai kondisi kejiwaan yang dialami oleh setiap manusia pada suatu waktu, seperti orang merasa ibu, terharu, gembira, merasa gembira atau sedih, tercengang dan sebagainya.

Secara sederhana perasaan bisa dimaknai dengan suatu kondisi kejiwaan sebagai akibat dari adanya peristiwa-peristiwa pada umumnya datang dari eksternal individu, yang bisa menimbulkan kegoncangan-kegoncangan pada diri individu yang mengalaminya.³⁶ Perasaan yang dimiliki oleh setiap orang tidaklah sama, itu semua tergantung pada kondisi atau peristiwa yang mempengaruhinya atau yang dialaminya.

Disamping pengaruh stimulus dari luar, perasaan juga bergantung pada: *Pertama*, kondisi jasmani dan rohani. *Kedua*, sifat pembawaan yang erat hubungannya dengan keperibadian seseorang. *Ketiga*, kondisi perkembangan seseorang, yakni keadaan yang pernah mempengaruhi, akan dapat memberikan corak dalam perkembangan perasaannya. Di samping itu faktor lain yang dapat mempengaruhi perasaan seseorang, misalnya: keluarga, lingkungan, tempat kerja, sekolah dan sebagainya. Ekspresi perasaan ini bisa dilihat dari keadaan jasmani, karena banyak perasaan timbul bersamaan dengan peristiwa tubuh, seperti tertawa, marah, membentak, mengepal tangan, menangis, mengerutkan dahi dan sebagainya, ini semua tak lain adalah sebagai perbuatan-perbuatan tubuh (badan) untuk melahirkan perasaan. Tanggapan-tanggapan perasaan dapat diwujudkan dengan gerakan-gerakan, seperti: perubahan raut muka (mimik) dan

³⁵ Agus Sujanto, *psikologi Umum*, (Bumi Aksara, Jakarta, 1995), 75.

³⁶ H. Zuhairi dan Sardjoe, *Ilmu Jiwa Umum* (Surabaya: Usaha Nasional, 1984), 9.

gerakan-gerakan tubuh yang lain baik sebagian (*pantomimic*) maupun seluruhnya.

Sebagai bentuk gejala (*symptom*) terhadap mental, yakni terganggu tidaknya kondisi mental seseorang bisa diamati atau bisa dirasakan lewat perasaannya, untuk mengetahuinya bisa kita rasakan atau kita amati terhadap gejala-gejala baik secara psikis maupun secara fisik, seperti: denyut jantung yang sangat cepat tidak seperti biasanya, pernapasan yang tidak teratur atau tidak seperti biasanya, raut muka yang tidak seperti biasanya (seperti: tampak pucat, tampak murung, tampak bersedih dan sebagainya), kehilangan gairan dan lain sebagainya.

Perasaan sebagai bagian kondisi kejiwaan mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap kondisi mental, tingkah laku dan kepribadian. Cannon seorang ahli kejiwaan dengan teori *sentralnya*, yang dikutip oleh Zuhairi, mengemukakan bahwa gejala jasmani itu merupakan akibat dari kondisi perasaan ataupun emosi yang dialami oleh seseorang atau individu. Jadi gejala-gejala jasmani itu merupakan akibat dari kondisi perasaan ataupun emosi yang sedang dialaminya. Di samping teori tersebut James dan Lange dengan teori *perifernya* mengemukakan bahwa gejala-gejala jasmani itu bukan akibat dari kondisi perasaan ataupun emosi yang dialami oleh seseorang, akan tetapi sebaliknya yaitu kondisi perasaan ataupun emosi yang dialami seseorang akibat dari gejala-gejala jasmaniah.³⁷ Dari kedua teori ini setelah dilakukan analisa bahwa keduanya tidak bisa dipisah-pisahkan karena keduanya merupakan satu-kesatuan yang utuh yang ada dalam diri manusia yang saling mempengaruhi terhadap kondisi mental seseorang, secara sederhana dapat dikatakan bahwa mental seseorang itu dapat dipengaruhi kondisi internal maupun kondisi eksternal.

Apabila suatu aktivitas perasaan melebihi batas hingga kemungkinan komunikasi terganggu, maka

³⁷ H. Zuhairi dan Sardjoe, *Ilmu Jiwa Umum*, 10-13.

yang timbul ialah emosi, karena manusia sudah demikian jatuh terperangkap oleh perasaannya dan larut didalamnya hingga tidak mampu lagi menguasai dirinya dan juga tidak mampu mengendalikan perasaannya, maka yang terjadi adalah bentuk-bentuk sikap dari perilaku emosional yang cenderung negatif.

Dengan demikian mental yang sehat maupun tidak itu bisa diukur sendiri, melalui kapasitas perasaan, yakni apakah perasaannya dapat bekerja dalam batas kewajaran atau justru sebaliknya. Apabila kondisi perasaan kita bekerja pada batas ketidakwajaran dan disertai dengan gejala-gejala jasmaniah yang tidak seperti biasanya (tidak wajar) berarti mental atau jiwa seseorang mulai terganggu. Kondisi perasaan seperti inilah yang bisa disebut sebagai gejala terjadinya gangguan mental. Maka dari itu perasaan seseorang perlu didik dan dilatih agar menjadi baik, wajar stabil, dan proposional dan bernilai positif, sehingga dengan sendirinya akan membentuk mental yang sehat.³⁸

2) Emosi

Kondisi kejiwaan yang dapat mempengaruhi “mental” disamping pikiran dan perasaan juga dipengaruhi oleh emosi. Emosi dengan perasaan hampir tidak ada perbedaannya. Emosi dalam pengertiannya sangat bermacam-macam, seperti: keadaan bergejolak, gangguan keseimbangan, respon kuat dan tidak teratur terhadap stimulus. Dari pengertian-pengertian tersebut memiliki kecenderungan yang sama bahwa, keadaan emosional itu menunjukkan penyimpangan dari keadaan normal. Keadaan yang normal adalah keadaan yang tenang atau keadaan yang seimbang fisik dan sosial.³⁹ Dalam emosi itu sudah terkandung unsur perasaan yang mendalam (*intense*). Secara definitif kata emosi berasal dari kata *emotus* atau *emovere*, artinya: menggerakkan (*to stir up*) yakni sesuatu yang mendorong sesuatu didalam diri manusia. Emosi merupakan penyesuaian organis yang

³⁸ Jamaluddin Kafie, *Psikologi Dakwah*, 52.

³⁹ M. Dimiyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar* (Yogyakarta: BPPEE-YOGYAKARTA, 1990), 163.

timbul secara otomatis dalam diri seseorang setiap menghadapi peristiwa-peristiwa tertentu, jadi emosi digerakkan oleh kondisi gejala psikis. Gejalanya bisa diperoleh dari faktor dasar yakni watak, karakter, hereditas, dan dipengaruhi oleh lingkungan.⁴⁰

Disamping pengertian di atas yang dimaksud dengan emosi ialah suatu kondisi perasaan yang melebihi batas, terkadang tidak mampu menguasai diri dan menjadikan hubungan pribadi dengan dunia luar menjadi terputus. Ketidakmampuan untuk mengendalikan perasaan tersebut terhadap setiap problem akan melahirkan sikap yang emosional yang cenderung negatif.

Emosi bisa muncul apabila kurang adanya penyaluran motoris (gerak dari dalam) yang cepat dari situasi yang dihadapinya. Misalnya, tiba-tiba ada orang yang cinta atau membenci yang sangat berlebih-lebihan terhadap suatu hal, ini terjadi akibat dari refleksi motoris kurang bisa tersalurkan dalam situasi gejala itu timbul. Akan tetapi apabila sudah mampu memberikan reaksi kepada suatu yang dipikirkan atau dirasakan secara tepat maka sedikit demi sedikit emosinya akan mereda.⁴¹ Emosi yang tampak dalam diri individu ataupun orang lain itu bisa diukur melalui dengan melihat perubahan-perubahan kondisi jasmani yang ada pada diri individu tersebut.

Pada dasarnya (secara fitrah) setiap manusia memiliki sifat emosional, jadi emosi tidak bisa dibunuh, akan tetapi emosi harus disalurkan dengan cara yang baik. Emosi timbul tidak datang secara otonom, melainkan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang ada dalam diri individu, ketika menyikapi suatu hal (problem). Faktor-faktor yang mempengaruhi emosi diantaranya: kondisi pikiran, kondisi perasaan, motivasi, kehendak dan kondisi jasmani. Kondisi jasmani juga bisa menentuka kadar volume kondisi emosi seseorang, misal seseorang atau individu ketika kondisi jasmaninya lemah, capek, lesu dan sebagainya biasanya kalau sedang dihadapkan suatu persoalan,

⁴⁰ Jamaluddin Kafie, *Psikologi Dakwah*, 53.

⁴¹ M. Dimiyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar*, 163.

dalam penyikapannya lebih cenderung pada sikap yang emosional, pada kondisi semacam ini tindakan atau perilaku yang ditampakkan cenderung tidak sehat (tidak normal).

Perasaan-perasaan emosional kapan aja kita bisa mengalami suatu emosi, aspek yang paling konkrit yaitu perasaan yang ditimbulkan, seperti pengalaman takut, marah, sedih atau gembira, itu akan melahirkan sensasi yang kuat dan hebat dalam diri seseorang. Disamping perasaan-perasaan yang bersifat subyektif tersebut, ada aspek-aspek emosi yang paling kongkrit, secara fenomena logis perasaan-perasaan itu bisa diamati atau dirasakan pada perubahan-perubahan dalam tingkah laku, seperti: berkelahi, marah-marah, melarikan diri, tertawa, menagis serta ucapan-ucapan tertentu dan sebagainya. Dengan demikian ekspresi wajah, dan kondisi jasmani serta tingkah laku yang tidak seperti biasanya merupakan pantulan dan siko emosi. Faktor yang mempengaruhi emosi ialah sangat beraneka ragam, yakni tergantung pada stimulus yang mempengaruhinya.

William James seorang ahli psikologi yang dikutip oleh Dimiyati Mahmud dalam bukunya Psikologi Suatu Pengantar mengemukakan bahwa “perasaan dan sensasi emosional itu merupakan raksi bawaan terhadap stimulus tertentu”. Melalui proses *conditioning* hampir setiap stimulus dapat dibuat untuk membangkitkan respon emosional, misalnya kita tiap hari dihapakan terus menerus pada persoalan yang sama apabila emosi kita tidak kuat maka akan timbul sikap emosional yang cenderung negatif, seperti menendang, menjerit, dan sebagainya.⁴²

e. Penyebab Gangguan Mental

Ada beberapa penyebab yang mempengaruhi gangguan mental yang merupakan kombinasi antara satu sama lainnya:

1) Keturunan (genetik)

Banyak orang yang mengalami gangguan mental dalam sebuah keluarga. Tetapi hal itu bukan

⁴² M. Dimiyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar*, 176.

karena faktor lingkungan saja, tetapi ada juga faktor dari keturunan. Hal ini menunjukkan bahwa gangguan atau lebih tepatnya kerentanan terhadap gangguan, mungkin diturunkan dari orang tua, kepada anak-anak melalui gen (unit biologi dari hereditas yang berisi instruksi untuk fungsi dari setiap sel dalam tubuh).⁴³

2) Biologis

Beberapa gangguan mental telah dikaitkan dengan bahan kimia, khusus di otak yang disebut *neurotransmitter*. *Neurotransmitter* membantu sel-sel saraf di otak untuk berkomunikasi satu sama lain. Jika bahan kimia tidak seimbang atau tidak bekerja dengan baik, maka pesan tidak mungkin melalui otak dengan benar, sehingga menyebabkan gejala. Selain itu, cacat cedera pada daerah-daerah otak tertentu juga telah dikaitkan dengan beberapa gangguan mental.

Otak merupakan bagian yang memerintahkan aktivitas manusia. Fungsi otak yang baik akan menimbulkan kesehatan mental bagi manusia itu sendiri, sebaliknya jika fungsi otak terganggu berakibat gangguan kesehatan jiwa atau mental. Sistem *endoktrin* berfungsi mengeluarkan hormon, kandungan hormon yang tidak normal berakibat pada pertumbuhan yang kurang sehat, termasuk mempengaruhi perilaku yang tidak diharapkan. Bahkan perilaku yang tidak sehat timbul akibat sistem *endoktrin* yang tidak normal termasuk intelegensi yang rendah kecemasan.

3) Trauma Psikologis

Faktor psikologis merupakan salah satu dimensi yang turut mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Faktor-faktor psikologis itu diantaranya adalah pengalaman awal, proses pembelajaran dan kebatinan. Gangguan mental mungkin dipicu oleh trauma psikologis, seperti penyalahgunaan emosional, fisik atau seksual, kerugian awal yang penting (seperti kehilangan orang tua), dan pelantaran.

4) Stres Lingkungan

Peristiwa stres atau traumatik dapat memicu pada gangguan seseorang dengan kerentanan terhadap

⁴³ Jamaluddin Kafie, *Psikologi Dakwah*, 58.

gangguan mental.⁴⁴ Manusia tidak dapat melepaskan diri dari kehidupan lingkungan dan berinteraksi dengan alam sekitarnya. Hubungan ini menunjukkan adanya ekosistem, karena interaksi antara manusia dengan alam sekitar sebagai suatu kesatuan yang tidak terindahkan.

Lingkungan turut mempengaruhi perilaku dan kesehatan mental manusia. Lingkungan yang sehat dapat menopang kesehatan bagi masyarakatnya begitupun sebaliknya, meskipun manusia normal tapi jika berada dalam lingkungan yang tidak baik tentu akan mempengaruhi fisik maupun mental seseorang. Sehingga lingkungan yang baik perlu diciptakan baik dari keluarga, pihak sekolah, serta keikutsertaan peran pemerintah dalam mengambil kebijakan-kebijakan yang mampu memberikan kesejahteraan bagi masyarakatnya.

5) Sosio-Kultur

Faktor ini meliputi keadaan objektif dalam masyarakat atau tuntutan dari masyarakat yang dapat berakibat timbulnya tekanan pada individu dan selanjutnya melahirkan berbagai bentuk gangguan. Beberapa hal yang berbahaya di zaman modern, di negara-negara dengan super industrial ialah kecepatan perubahan dan pergantian yang makin cepat dalam kesementaraan, keharuan dan keanekaragaman sehingga individu menerima rangsangan yang berlebihan dan kemungkinan terjadinya kekacauan mental lebih besar. Peristiwa sedemikian lebih besar terjadinya dimasa depan sehingga disebut dengan *future shock*, dengan karakteristik: keberadaan di tengah kebudayaan asing, lingkungan fisik masyarakat yang tidak ramah, keadaan sosial masyarakat yang merendahkan daya tahan frustasinya, sehingga menciptakan suasana yang tidak baik dan menjurus kegangguan mental.⁴⁵

⁴⁴ Dede Rahmaat Hidayat dan Herdi. *Bimbingan Konseling: Kesehatan Mental di Sekolah* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2013), 108.

⁴⁵ Maramis, *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa* (Surabaya: Airlangga University Press, 1994), 143.

Manusia hidup dalam lingkungan sosial tertentu secara sosiologis, individu merupakan representasi dari lingkungan sosialnya segala yang terjadi di lingkungan sosialnya, apa yang dia lakukan, gagasan dan perasaan-perasaannya merupakan hasil pembentukan lingkungan sosialnya. Maka pola lingkungan kehidupan sosialnya sendiri yang membentuk pribadi dari proses yang sangat panjang.

Lingkungan sosial secara nyata juga mempengaruhi perilaku sehat dan sakit, hal itu juga berkaitan dengan sosialnya. Individu akan berperan sehat atau sakit jika sesuai dengan nilai-nilai yang secara sosiologi dapat diterima. Diantara faktor lingkungan sosial yang sangat besar pengaruhnya terhadap kesehatan mental adalah pekerjaan, keluarga, budaya dan perubahan sosial.

6) Kehilangan Spiritual

Kehilangan spiritual (agama) merupakan faktor penyebab terjadinya gangguan mental, sebab ajaran agama merupakan petunjuk untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Dalam al-Qur'an surah Ar-Rum ayat 30 Allah SWT berfirman :

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ
 النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۗ ذَلِكَ الدِّينُ
 الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya : “Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”. (QS. Ar-Rum 30).⁴⁶

⁴⁶ Al-Qur'an Surat ArRum Ayat 30, *Yayassan Penyelenggara Penterjemah Pentafsir Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Departemen Agama RI, 1971), 645.

Manusia memiliki fitrah sebagai petunjuk dalam menjalankan realitas kehidupannya, namun dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia, sering kali fitrah tidak dilibatkan dalam perkataan, perbuatan dan sikap gerak-gerik. Padahal fitrah akan selalu menunjuki manusia pada jalan yang tepat yang lebih terarah dan terukur. Mayoritas manusia lebih menyibukkan dirinya untuk mencari materi sehingga secara tidak sadar akan melupakan spiritualnya. Secara sepiantas ada seorang yang sudah mendapat kebahagiaan baik harta, tahta dan jabatan, tetapi terlihat tidak mencerminkan dari kriteria orang yang sukses, dan selalu terlihat masalah. Keberadaan agama akan menunjuki pribadi seseorang untuk selalu seimbang, dinamis serta bisa mengembangkan fitrah yang dimilikinya, untuk mencapai kebahagiaan di dunia terlebih-lebih di akhirat.

Ditinjau dari sudut pandang Islam secara eksternal gangguan mental dipengaruhi oleh:

- a) Sejak kecilnya tidak pernah diperkenalkan pendidikan awal dengan kalimat dua syahadat dan kalimat tauhid.
- b) Tidak pernah diperkenalkan dan ditanamkan kedalam jiwa tentang hukum-hukum halal dan haram serta akibat-akibat yang akan diperoleh, jika melakukan hal-hal yang haram dan yang haram.
- c) Tidak pernah diperintahkan oleh lingkungan keluarga sejak usia tujuh tahun untuk melakukan ibadah dan kedua orang tua tidak memberikan ketauladanan untuk itu.
- d) Tidak pernah ditanamkan nilai-nilai kecintaan kepada Rasulullah SAW, para Rasul dan para Nabi serta aulia Allah, dan meneladani seluruh perilaku dan kemuliaan mereka didalam menjalani kehidupan duniawi dan ukhrawi.
- e) Tidak pernah diajarkan al-Qur'an dan as-Sunnah serta tidak pernah diberikan ketauladanan bagaimana cara mengaplikasikan al-Qur'an dan as-Sunnah dalam kehidupan sehari-hari.

- f) Lingkungan keluarga yang kurang harmonis dan lingkungan dalam rumah yang kotor, tidak tertata rapi serta lingkungan tetangga yang tidak Islami.⁴⁷

Selanjutnya ada beberapa hal atau situasi yang berpotensi besar menimbulkan gangguan perasaan atau kejiwaan pada kebanyakan orang adalah sebagai berikut:

- a) Pekerjaan atau tindakan yang bertentangan dengan hati nurani
Hal-hal yang menurut seseorang telah mendorong kehormatan dirinya serta menghalangi proses aktualisasi dirinya.
- b) Pada saat orang menemukan kenyataan bahwa sebenarnya dirinya tidak sepenting dan sekuat dugaannya selama ini.
- c) Perasaan takut yang berlebihan akan kehilangan posisi dan peranan sosial yang sedang dipegang.
- d) Ketika seseorang merasa tidak mampu atau kehabisan cara untuk melepaskan diri dari suatu kebiasaan jelek yang memang sangat ingin ia tinggalkan.
- e) Ketika seseorang dipimpin oleh atasan yang otoriter
- f) Ketika seseorang mendapat hukuman yang sebenarnya bukan disebabkan kesalahannya.⁴⁸

B. Penelitian Terdahulu

Berkaitan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti, terdapat hasil penelitian terdahulu yang mempunyai kemiripan jika dilihat dari variabel penelitiannya. Beberapa penelitian yang digunakan sebagai referensi penelitian terdahulu adalah sebagai berikut.

1. Penelitian oleh Rifa'I dari IAIN Walisongo Semarang, yang berjudul "*Implementasi Tauhid bagi Gangguan Mental dalam Tinjauan Bimbingan Konseling Islam (Studi Pemikiran Dadang Hawari)*" yang dilakukan tahun 2011. Pada intinya penyusunan ini menyatakan menurut Dadang Hawari menghubungkan

⁴⁷ Hamdan Bakran Adz-Dzaky, *Konseling & Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Almar, 2008), 387-390.

⁴⁸ Saad Riyadh, *Jiwa Dalam Bimbingan Rasulullah* (Jakarta: Gema Insani, 2007), 250.

tauhid dengan rukun iman yang berjumlah enam. Dalam pemikirannya bila seseorang menjalankan dan menyakini serta menghayati rukun iman yang berjumlah enam sangat mustahil mentalnya terganggu. Orang yang beriman pada rukun iman dengan sangat yakin serta penghayatan yang dalam maka bukan tidak mungkin bahkan merupakan kepastian bahwa mentalnya akan senantiasa sehat.⁴⁹ Sedangkan dalam skripsi ini peneliti menjelaskan tentang bimbingan keagamaan yang berperan dalam gangguan mental seseorang. Skripsi dari penelitian yang dilakukan oleh Rifa'i dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama menjelaskan tentang gangguan mental dimana implementasi itu digunakan. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini peneliti membahas mengenai bagaimana peran bimbingan keagamaan dalam memotivasi kesembuhan pasien gangguan kejiwaan.

2. Penelitian oleh Rini Khoirunnisa dari UIN Raden Intan Lampung yang berjudul "Peran Bimbingan Rohani Islam dalam Memotivasi Kesembuhan Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Pringsewu" tahun 2017. Penelitian ini membahas mengenai peran seorang pembimbing rohani di rumah sakit dalam membantu memotivasi kesembuhan pasien rawat inap dengan menggunakan beberapa metode pendekatan pada pasien.⁵⁰ Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama membahas mengenai peran bimbingan rohani dalam memotivasi kesembuhan pasien. Sedangkan perbedaan yang terdapat dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah pada obyek yang akan diteliti. Penelitian yang dilakukan oleh Rini Khoirunnisa dilakukan pada pasien rawat inap di rumah sakit, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini berfokus pada pasien gangguan kejiwaan.
3. Penelitian jurnal oleh Suhaimi yang berjudul "Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Kesehatan Mental Islam" tahun 2015. Jurnal ini membahas mengenai bagaimana gangguan jiwa dalam

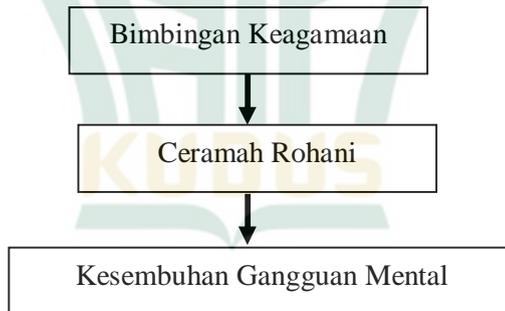
⁴⁹ Rifa'i, Implementasi Tauhid Bagi Gangguan Mental Dalam Tinjauan Bimbingan Konseling Islam (Studi Pemikiran Dadan Hawari), *Skripsi* (Semarang: Iain Walisongo, 2011), 52

⁵⁰ Rini Khoirunnisa, Peran Bimbingan Rohani Islam dalam Memotivasi Kesembuhan Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Pringsewu, *Skripsi* (Lampung: UIN Raden Intan Lampung, 2017), 55

perspektif kesehatan mental Islam.⁵¹ Persamaan dari penelitian ini dengan jurnal tersebut adalah sama-sama membahas gangguan kejiwaan secara Islam. Sedangkan perbedaan yang terdapat dalam jurnal ini adalah membahas mengenai stigma gangguan jiwa yang timbul oleh asumsi bahwa gangguan jiwa disebabkan oleh pengaruh kekuatan supranatural dan hal-hal gaib, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti berfokus memotivasi kesembuhan gangguan kejiwaan dengan bimbingan keagamaan.

4. Penelitian jurnal oleh Fajar Rinawati dan Moh Alimansur yang berjudul “Analisa Faktor-Faktor Penyebab Gangguan Jiwa Menggunakan Pendekatan Model Adaptasi Stres Stuart” tahun 2016. Jurnal ini membahas mengenai analisa penyebab gangguan jiwa yang menggunakan pendekatan model adaptasi stres stuart.⁵² Persamaan dari penelitian ini dengan jurnal tersebut adalah penyampaian bimbingan dan nasihat yang dilakukan oleh, sedangkan perbedaan yang terdapat dalam jurnal ini adalah jurnal tersebut menggunakan pendekatan model adaptasi, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan untuk memotivasi yang terkena gangguan jiwa.

C. Kerangka Berpikir



Gambar 2.1
Kerangka Berpikir

⁵¹Suhaimi, *Jurnal Risalah*, Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Kesehatan Mental Islam, Vol. 26, No. 4 (2015): 197-205.

⁵²Fajar Rinawati Dan Moh Alimansur, *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Analisa Faktor-Faktor Penyebab Gangguan Jiwa Menggunakan Pendekatan Model Adaptasi Stres Stuart, Vol. 5, No. 1 (2016): 34-37

Pada penelitian ini bimbingan merupakan proses bantuan terhadap individu agar dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat.

Dengan demikian bimbingan keagamaan sangat diperlukan untuk ceramah rohani untuk kesembuhan penderita gangguan mental, agar jiwanya kembali normal dan tidak terganggu sehingga penderita gangguan mental menjadi lebih baik dan adanya ceramah rohani yang dibantu oleh pengurus yayasan dan kiai, maka tidak diragukan bahwa cara ceramah rohani akan efektif dan sangat dibutuhkan.

