

**STRATEGI BIMBINGAN SPRITUAL DALAM MENANGGULANGI
KECEMASAN DAN DEPRESI BAGI PASIEN
ORANG DALAM GANGGUAN JIWA**

**Yolipia Amanda¹, Nova Fitria Maharani², Verti Nofita Sari³, Sartika Agus Rianti⁴,
Ahlun Nazi Siregar⁵**

^{1,2,3,4,5} Universitas Muhammadiyah Riau

Email: 230205099@student.umri.ac.id

Abstract

Mental health is defined as a condition where a person's mental health is disturbed due to various problems that cannot be overcome. This causes anxiety, burdensome thinking and then makes a person depressed. RS. Jiwa Tampan provides spiritual guidance facilities for People with Mental Disorders (ODGJ) through a religious approach. The aim of this research is to look at Spiritual Guidance strategies in Overcoming Anxiety and Depression for patients with Mental Disorders (ODGJ). The method used is descriptive qualitative. The research results explain that RS. Handsome Soul provides spiritual guidance for ODGJ through various religious-based activities including group dhikr, religious lectures, worship practices, purifying oneself by performing ablution and finally reading the Al-Qur'an with wisdom. This strategy is considered effective based on field observations which show that ODGJ patients who follow spiritual guidance become calmer, easier to control, and reduce their level of depression.

Keyword : Spiritual Guidance, Anxiety, Depression, People with Mental Disorders

Abstrak

Kesehatan mental diartikan sebagai kondisi terganggunya kejiwaan seseorang disebabkan oleh berbagai masalah yang tidak mampu diatasi. Hal ini menimbulkan kecemasan, beban pikir dan kemudian membuat seseorang depresi. RS. Jiwa Tampan memberikan fasilitas bimbingan spiritual bagi Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ) melalui pendekatan keagamaan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat strategi Bimbingan Spiritual Dalam Mengatasi Kecemasan Dan Depresi kepada pasien Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ). Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif. Hasil penelitian menjelaskan bahwa RS. Jiwa Tampan dalam melakukan bimbingan spiritual bagi ODGJ melalui berbagai kegiatan berbasis keagamaan diantaranya zikir bersama, ceramah agama, praktek Ibadah, mensucikan diri dengan berwuduk dan terakhir membaca Al-Qur'an dengan hikmah. Strategi tersebut dinilai efektif berdasarkan pengamatan dilapangan di dapatkan bahwa pasien ODGJ yang mengikuti bimbingan spiritual menjadi lebih tenang, mudah dikendalikan, dan mengurangi tingkat depresi pada dirinya.

Kata Kunci : Bimbingan Spiritual, Kecemasan , Depresi, Orang Dalam Gangguan Jiwa

PENDAHULUAN

Manusia adalah salah satu makhluk Tuhan yang unik dan selalu menanti untuk diteliti. Pada dasarnya manusia bersifat fitrah (suci). Jika dilihat dalam pandangan agama Islam, manusia terdiri dari dua aspek yaitu, aspek lahiriah (jasad) dan aspek batin (ruh atau jiwa). Kesehatan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia, ia merupakan nikmat Allah yang paling berharga dalam kehidupan ini. Setiap orang mendambakan kesehatan baik sehat secara jasmani maupun rohani. Sehat dalam pandangan Islam bukan hanya untuk memberikan panduan bagaimana manusia mengupayakan kesehatan secara fisik. Sehat juga menganjurkan upaya penanganan minimal praktek-praktek praktis yang mempunyai efek rohaniyah. Sehat meliputi aspek tubuh, kejiwaan, perasaan, dan akal pikiran (Alfurqan & Harmonedi, 2017).

Salah satu keunikan manusia sebagai makhluk social sosial tentu tidak terlepas dari yang namanya masalah. Di dunia tidak ada manusia tanpa masalah, seolah manusia sudah menyatu dengan masalah dan tidak dapat dipisahkan. Setiap orang yang memiliki masalah berusaha untuk mengatasinya sendiri, namun tidak jarang dari mereka yang tidak mampu mengatasi masalah tersebut sehingga berpengaruh kepada kesehatan mentalnya. Pada dasarnya setiap manusia memiliki mental yang sehat, namun ada beberapa sebab yang membuat mental manusia mengalami gangguan. Gangguan ini disebabkan oleh adanya guncangan baik itu dari dalam atau dari luar misalnya penyakit yang sudah dideritanya, masalah pekerjaan, masalah keluarga, adanya rasa trauma yang cukup hebat, atau masalah percintaan, adanya konflik batin yang hebat dan dari pengalaman hidup seseorang yang kurang mengenakkan, narkoba dan lain sebagainya (Azis et al., 2021). Pada intinya masalah mental disebabkan oleh keinginan yang tidak sesuai harapan sehingga menimbulkan kecemasan, beban pikir dan kemudian depresi. Keadaan ini menyebabkan seseorang merasa terganggu sehingga harus di atasi..

ODGJ atau orang dalam gangguan jiwa merupakan seseorang yang mengalami penyimpangan pada perasaan, sikap atau perilaku, dan dari pikirannya sendiri yang sudah tidak bisa ditampung lagi sehingga psikologinya (mentalnya) ini mengalami gangguan. Orang yang terkena gangguan mental seperti ini kurang diterima di masyarakat social, akibatnya banyak dari mereka yang kemudian di tangani di RS (Nurhasanah et al., 2024). Jiwa untuk penyembuhan kejiwaannya. Pada dasarnya sikap dan perilaku ODGJ beragam, mulai dari kecemasan berlebihan, depresi, sulit di ajak komunikasi atau bahkan menyakiti

dirinya dan orang disekitarnya merupakan masalah yang sering di alami oleh ODGJ dan haru segera di tangani.

Islam sendiri memandang gangguan mental sebagai dalam Q.S Al-Baqarah ayat 155 yang berbunyi :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar

Maksud dari ayat tersebut menjelaskan kesungguhan Allah dengan tegas menyatakan bahwa Allah pasti akan menguji manusia. Ujian bagi manusia seringkali terasa dalam bentuk kesempitan, kesulitan, keberatan sebagaimana yang tersurat dalam ayat di atas; bahwa ujian yang akan diberikan Allah adalah ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa serta buah-buahan. Semua yang diujikan kepada manusia adalah kebutuhan manusia yang bisa membuat manusia merasa dalam keadaan sulit dan putus asa.

Berbagai upaya dan penyembuhan sudah dilakukan baik penyembuhan secara medis ataupun non medis termasuk memberikan pelayanan dan rehabilitasi untuk orang-orang yang mengalami gangguan kejiwaan. Penelitian memfokuskan pada upaya penyembuhan ODGJ melalui usaha rehabilitasi non medis dengan pendekatan spiritual yang mana bimbingan spiritual disini diartikan sebagai pemberian bantuan kepada seseorang supaya dapat mengembangkan fitrahnya sebagai insan yang beragama, serta berperilaku sesuai dengan nilai-nilai agama dan juga mampu menangani permasalahan kehidupan melalui pemahaman, keyakinan dan praktik keagamaan yang dianutnya. Tujuan penelitian ini untuk melihat strategi RS Jiwa Tampan dalam melakukan Rehabilitasi melalui pendekatan bimbingan spiritual menanggulangi kecemasan dan depresi kepada pasien gangguan jiwa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Kajian ini didasarkan pada studi Bimbingan Spiritual dalam menanggulangi kecemasan dan depresi ODGJ. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka dan dokumentasi dengan mengamati langsung pada objek kajian yaitu strategi bimbingan spiritual. Metodologi Penelitian

Kualitatif. Metode kualitatif adalah penelitian yang menggambarkan dan menganalisis fenomena, peristiwa, keyakinan, sikap, dan aktivitas sosial secara individu atau kelompok. Metodologi penelitian yang dilakukan dengan cara mengamati, mengumpulkan dan mendeskripsikan seluruh peristiwa dan data kualitatif yang dianalisis. Sumber data terbagi menjadi 2 yaitu data primer dan data sekunder. Data primer di ambil dari pengamatan langsung terkait objek yang diteliti sementara data sekunder diambil dari referensi-referensi yang berhubungan dengan penelitian. Teknik pengumpulan data lewat bacaan literatur terkait objek yang diteliti. Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis isi dan penelitian kepustakaan dimana peneliti mengumpulkan data dengan cara mencari, membaca dan mengumpulkan tulisan, artikel, dokumen online dan informasi lainnya tentang bimbingan spiritual lewat artikel-artikel dengan topik yang sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Agama dan Kesehatan Mental

Pada zaman Yunani kuno, penyakit yang diderita manusia sering dikaitkan dengan gejala-gejala spiritual. Penyakit itu selalu di hubungkan dengan roh-roh jahat yang menyerang tubuh manusia, oleh karena itu tidak heran banyak diantara penderita yang sakit memilih berobat ke dukun dengan keyakinan, dukun tersebut bisa berkomunikasi dengan roh-roh jahat tersebut. Namun seiring berjalannya waktu hingga sampai ke zaman modern seperti saat ini, dijelaskan bahwa penyakit manusia di diagnosa melalui gejala-gejala biologis, makhluk-makhluk halus yang di asumsikan diawal ternyata menurut kaca mata modern mampu dilihat dengan alat medis moderen berupa mikroskop yaitu berupa virus dan kuman, yang dalam hal ini mampu di obati lewat obat dan juga peralatan medis. Kemajuan di bidang kedokteran yang terus berkembang para psikolog dan agamawan melihat gejala penyakit dari sudut pandang yang berbeda, pada abad pertengahan, dunia barat mulai mengidentifikasi adanya hubungan antara keyakinan beragama dan juga penyakit non fisik. ahli agama mencoba menggunakan sumber-sumber spiritual dengan cara mengdiagnosa penyakit yang berhubungan dengan rohani manusia (Septia & Kamal, 2023).

Dengan munculnya cabang ilmu psikoanalisis, para psikoanalisis mencoba menyembuhkan penyakit mental dengan menggunakan metode hipotesa, yang mana menurut Sigmund Freud menjelaskan bahwa penyakit mental disebabkan oleh gejala

tertekan yang berada pada lapisan ketidaksadaran jiwa manusia, dengan harapan menyadarkan kembali jiwa tersebut secara tidak langsung mengobati mental pasien tersebut (Ramadhani et al., 2023). Di abad selanjutnya para ilmuwan terus mengembangkan ilmu kedokteran dan menemukan adanya hubungan timbal balik antara agama dan juga kesehatan mental, hubungan timbal balik ini menyebabkan manusia dapat menderita gangguan fisik yang disebabkan oleh gangguan mental (somapsikotis) atau sebaliknya gangguan mental dapat menyebabkan penyakit fisik (psikosomatik).

Oleh karena itu dapat dijelaskan bahwa agama dapat memberikan dampak yang cukup berarti dalam kehidupan manusia, termasuk kesehatan mental, seperti yang dijelaskan oleh Mc Guire agama sebagai sistem nilai berpengaruh dalam kehidupan masyarakat modern dan berperan dalam membuat perubahan sosial. ditambahkan lagi agama dinilai mampu menunjukkan kemampuan adaptasi dan vital dalam segi kehidupan sosial sehingga adanya perubahan-perubahan struktur sosial dalam skala besar yang berakar dari agama

Kecemasan dan Depresi Pada Orang Dalam Gangguan Jiwa

Kecemasan diartikan sebagai rasa tidak aman individu dari hilangnya makna hidup (the meaning of life). Manusia secara alami perlu mencari makna dalam hidup. Makna hidup dimiliki oleh manusia ketika ia memiliki keuhuran dan merasa hidupnya dibutuhkan oleh orang lain serta mampu. mengerjakan sesuatu yang bermakna untuk orang lain. Orang yang mengalami kecemasan adalah orang yang tidak memiliki prinsip hidup, sehingga hidupnya tidak berarti. Apa yang dilakukan adalah mengikuti trend atau arus modernisasi. Sementara depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah masyarakat. Berawal dari stress yang tidak diatasi, maka menjadikan seseorang jatuh ke fase depresi. Penyakit ini sering diabaikan karena dianggap bisa hilang sendiri tanpa pengobatan. Orang yang mengalami depresi umumnya mengalami gangguan yang meliputi emosi, motivasi, fungsional, dan gerakan tingkah laku serta kognisi. Menurut Atkinson depresi sebagai gangguan mood yang dicirikan tak ada harapan dan patah hati, ketidak berdayaan yang berlebihan, tak mampu mengambil keputusan memulai suatu kegiatan, tak mampu berkonsentrasi, tak punya semangat hidup, selalu tegang dan selalu ingin bunuh diri (Maksum et al., 2023).

Dalam hal ini depresi dan kecemasan termasuk kedalam gangguan kesehatan mental. Kesehatan mental merupakan terwujudnya suatu keharmonisan yang sungguh

antara fungsi-fungsi jiwa, dan mempunyai kesanggupan untuk menghadapi masalah yang biasa terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan pada dirinya (Juariah, 2023). Fungsi-fungsi jiwa yang dimaksud adalah pikiran, perasaan, sikap, jiwa, pandangan dan keyakinan hidup yang harus dapat membantu satu sama lain sehingga dapat menjauhkan orang lain dari perasaan ragu maupun bimbang. Dalam sumber lain dijelaskan Kesehatan mental merupakan kondisi individu yang terbebas dari segala bentuk gejala gangguan mental. Individu yang sehat secara mental akan dapat berfungsi secara normal dalam menjalankan kehidupan dan dapat beradaptasi untuk menghadapi masalah-masalah sepanjang kehidupan dengan menggunakan kemampuan pengolahan stres (Faizah & inayatul Ilahiyah, 2024).

Konsep Bimbingan Spiritual

Bimbingan spiritual adalah proses bimbingan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman tentang agama sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan. Jadi, dapat dimaknai bahwa bimbingan spiritual adalah suatu proses yang dilakukan oleh pembimbing terhadap pasien yang sedang mengalami masalah dengan pengetahuan dan pemahaman pasien tentang agama dengan berlandaskan islam sesuai dengan Al-Qur'an dan Hadist dengan ketentuan dan petunjuk Allah, agar dapat menerapkannya di dalam kehidupannya. Dan dapat mewujudkan ketenangan jiwa serta kebahagiaan didunia maupun di akhirat (Fachrurrazi et al., 2023).

Menurut (Syarif & Rayyan, 2023) bimbingan spiritual adalah proses pemberian bantuan kepada individu secara terarah, berkelanjutan dan sistematis agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal, berpedoman pada nilai-nilai yang terkandung dalam al-Quran dan hadis sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Bimbingan spiritual yaitu sebuah proses pemberian bantuan kepada individu dengan tujuan agar individu memiliki kemampuan dalam mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk beragama (*homo religius*), berperilaku sesuai dengan ajaran dan nilai-nilai agama (mempunyai akhlak mulia), dan mampu mengatasi permasalahan yang dialami dalam kehidupannya melalui proses pemahaman, keyakinan diri, maupun pelaksanaan ibadah dan ritual agama yang dianutnya. Bimbingan spiritual adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya supaya orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul

adanya kesadaran dan penyerahan diri terhadap Allah Swt, sehingga timbul didalam dirinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup dimasa sekarang atau masa depannya (Sari et al., 2023).

Dari beberapa penjabaran menurut para ahli yang telah peneliti cantumkan di atas, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa bimbingan spiritual adalah suatu bantuan atau kegiatan dari seorang pembimbing kepada individu yang sedang mengalami kesulitan, membantu individu dalam menyelesaikan masalah dan membantu individu dalam mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat melalui pendekatan agama.

Dasar Hukum Bimbingan Spiritual

Pada dasarnya, bimbingan melibatkan pemberian bantuan atau dukungan dalam mencapai tujuan tertentu, dan itu dapat didefinisikan sebagai proses membantu individu membuat keputusan penting yang mungkin berdampak signifikan pada kehidupan. Menurut Jones, bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan, penyesuaian, dan memecahkan masalah. Konseling spiritual menetapkan tujuan konseling adalah bahwa dalam kehidupan haruslah hubungan sesama manusia itu dilandasi oleh keimanan, kasih sayang, saling menghargai, dan berupaya saling membantu berdasarkan iman kepada Allah SWT. Layanan konseling islami dilakukan dengan beberapa layanan bantuan, yaitu tabayyun, al-hikmah, mau'idlah, dan mujadalah (Defriansyah et al., 2023).

Tabayyun yaitu memperoleh kejelasan informasi atau data mengenai pribadi klien, selanjutnya Al-Hikmah yaitu memberikan wawasan keilmuan atau memberikan informasi tentang berbagai hal yang bermakna bagi potensi dirinya, Mau'idhah (taushiah), yaitu pemberian nasihat kepada klien yang mengalami masalah secara individual. Terakhir Mujadalah, yaitu upaya menciptakan situasi yang dialogis dalam proses konseling secara kelompok. Terkait hal itu maka Allah SWT menjelaskan dalam Q.S Al-Maidah Ayat 2 sebagai berikut :

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ

Artinya : Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah

Selanjutnya hadis nabi yang artinya "Tolonglah saudaramu, baik dalam kondisi dia yang menolong maupun yang meminta tolong." (HR. Bukhari-Muslim). Hadis ini menekankan pentingnya saling membantu dan memberikan dukungan kepada sesama.

Dalam konteks Bimbingan Konseling, hadis ini mengingatkan konselor untuk memberikan perhatian, empati, dan bantuan kepada klien yang membutuhkan. Di antara dasar-dasar bimbingan dan konseling dalam Al-Qur'an dan Hadist Nabi SAW adalah sebagai berikut, firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surah (QS: An-Nahl/16:125):15

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّ لَهُمْ
بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ
أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhan-mu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”

Fungsi Bimbingan Spiritual

Menurut Ahmad Mubarak, ada dua tujuan untuk bimbingan agama, yaitu sebagai berikut:

- a. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, dan damai (muthmainnah), bersikap lapang dada (radhiyah), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (mardhiyah).
- b. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, kerja, sosial dan alam sekitarnya (Nurhayati et al., 2023).

Menurut Pratiknya tujuan bimbingan spiritual adalah memberikan pertolongan berupa pendapat, nasihat dan petunjuk agar seseorang dapat meningkatkan ketakwaan kepada Allah Swt, untuk lebih jelasnya bimbingan spiritual yaitu:

- a. Membantu menyelesaikan masalah kejiwaan yang sedang dialami seseorang.
- b. Menyadarkan seseorang agar dapat menerima dengan ikhlas cobaan yang sedang diberikan olehnya.
- c. Memberikan pemahaman dan bimbingan kepada individu untuk dapat melaksanakan kewajiban keagamaan harian yang harus dikerjakan sesuai dengan batas kemampuan dirinya.
- d. Bimbingan dilakukan dengan berpedoman dengan tuntunan islam berlandaskan Al-Qur'an dan hadist.
- e. Mengajarkan etika berperilaku dan bicara yang baik sesuai dengan tuntunan agama (Aini

et al., 2024).

Metode Bimbingan Spiritual

Menurut (Annisa & Susanti, 2024) mendefinisikan metode bimbingan spiritual yaitu sebagai berikut:

- a. Metode Wawancara. Metode wawancara menjadi salah satu cara untuk memperoleh fakta-fakta kejiwaan yang dijadikan bahan tentang bagaimana sebenarnya kejiwaan kepada seseorang yang dibimbing pada saat tertentu yang memerlukan bimbingan. Wawancara dapat berjalan dengan baik apabila memenuhi persyaratan seperti pembimbing dapat dipercaya, menciptakan situasi dan kondisi yang membuat perasaan damai serta aman kepada seseorang yang dibimbing.
- b. Metode Bimbingan Kelompok. Bimbingan kelompok yaitu cara pengungkapan jiwa atau batin serta pembinaannya melalui kegiatan kelompok seperti ceramah, diskusi, seminar, dan lain sebagainya.
- c. Metode Non-Direktif. Metode ini dibagi menjadi dua macam, yaitu: 1) Client centered. Cara untuk mengungkapkan masalah yang sedang dirasakan oleh klien dengan memberikan pancingan yang berupa satu dua pertanyaan yang terarah. 2) Metode edukatif. Cara mengungkapkan tekanan masalah yang dialami klien sehingga menghambat perkembangan spiritualnya, dengan menggali sampai tuntas perasaan yang menyebabkan timbulnya hambatan.
- d. Metode Psikoanalitis. Tujuan dari metode psikoanalisis yaitu memperoleh data-data tentang jiwa yang merasa tertekan dan penyembuhan jiwa klien, sehingga diperlukan metode psikoanalisis untuk menganalisis gejala tingkah laku klien tersebut.
- e. Metode Direktif. Metode ini bertujuan untuk mengarahkan klien agar dapat menyelesaikan masalahnya sendiri, arahan yang dapat diberikan dengan cara memberi jawaban langsung terhadap masalah yang sedang dialami klien.

Strategi Bimbingan Spiritual Di Rs.Jiwa Tampan

Dalam hal ini menggunakan pendekatan bimbingan kelompok yang mana calon kepesertaan bimbingan sebelumnya harus sudah melewati assement atau penilaian untuk menentukan tingkat ketenagan dan menilai apakah mereka bisa atau tidak mengikuti bimbingan. Dalam hal ini tim assement memilih calon peserta bimbingan spritual untuk peserta yang di rehabilitasi dengan gangguan kejiwaan tingkat sedang . hal ini dinilai oleh tim assement berupa dokter jiwa, psikolog, dan perawat yang ada dalam bidang

rehabilitasi. selanjutnya calon peserta bimbingan yang dinilai sudah tenang di bentuk dalam kelompok-kelompok kecil untuk mengikuti bimbingan secara bertahap. Adapun bentuk strategi bimbingan spiritual yang ada di RS. Jiwa Tampan diantaranya sebagai berikut :

1. Zikir Bersama

Dzikir diartikan sebagai suatu usaha manusia dalam mendekatkan diri kepada Allah dengan cara mengingat Allah dan mengingat keagungan-Nya. Adapun realisasi untuk mengingat Allah dengan cara memuji-Nya, membaca fiman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon ampunan kepada-Nya. Kegiatan bimbingan spiritual zikir di pilih berdasarkan perhatian manusia tertuju pada dunia, sehingga dengan mudah manusia itu lupa kepada Tuhannya dan setan menggoda manusia tanpa henti selama keseluruhan proses ini. Pada aspek lainnya, selama manusia itu mencurahkan semua perhatian pada zikir kepada Tuhan, maka hanya akan tersisa sedikit ruang untuk godaan setan. Zikir mempunyai awal dan akhir. Pada awalnya, zikir menimbulkan perasaanuns (keintiman, keakraban dan kehangatan hubungan) serta cinta. Pada akhirnya, zikir justru ditimbulkan oleh perasaan uns dan cinta. serta bersumber pada keduanya. Zikir dilakukan di RS Jiwa Tampan dalam waktu 1 kali dalam 2 minggu dengan mengumpulkan pasien odgj dalam satu ruangan untuk melantunkan zikir yang diharapkan akan mampu untuk memberikan rasa tenang, mengurangi depresi dan kecemasan pada pasien ODGJ. Zikir dipilih untuk mengisi kalbu pasien ODGJ dengan lantunan ayat-ayat Allah dan mengagungkan Allah SWT, Sehingga hati yang senangtiasa mengingat Allah akan menjauhkan dari rasa cemas dan depresi.

2. Ceramah Agama

Ceramah agama adalah brntuk penyampaian pesan dari ustad kepada pasien ODGJ untuk memberikan kesadaran dan mengisi jiwanya dengan mengingat Allah SWT. Di RS. Jiwa Tampan sendiri program ini terwujud berkat kerjasama RS. Jiwa Tampan dan juga Kantor Kementerian Agama Provinsi Riau (Kemenag Riau) yang mendatangkan ustad untuk sebagai pemberi informasi dan cerama kepada pasien ODGJ. Dalam hal ini materi cerama disesuaikan dengan kebutuhan ODGJ biasanya materi yang dipilih adalah terkait keesahan Allah, materi, hakikat manusia di ciptakan dan materi-materi yang mengandung nilai tauhid serta ibadah, materi ini dipilih dengan alasan diharapkan pasien yang mengikuti bimbingan spritual mampu untuk terketuk hatinya kembali dalam mengingat

Allah dan kembali kepada hakikatnya manusia di lingkungan sosialnya. Bimbingan ini dilakukan setiap minggu sekali yaitu bertepatan setiap hari Jumat dengan kepesertaan yang berbeda dan mendatangkan ustad dari kemenag provinsi Riau

3. Praktek Ibadah

Praktek ibadah ini adalah salah satu aspek yang berhubungan dengan amal ibadah yang didasari oleh ketaatan dalam melaksanakan ibadah kepada Allah Swt, dan meninggalkan semua larangan serta melakukan segala perintahnya seperti shalat, puasa, dan zakat Praktek ibadah di RS Jiwa tampan merupakan salah satu program bidang rehabilitasi medis , yang mana praktek ibadah ini berdasarkan pada konsep bimbingan spiritual. Praktek ibadah di RS. Jiwa Tampan di Implementasikan lewat ibadah dan gerakan sholat yang disini sebagai fasilitatornya adalah penyuluh bidang keagamaan dari kemenag Riau, dan sebagai pengawasnya adalah staff danperawat bidang rehabilitasi Medis, dalam waktu pelaksanaannya ini beriringan dengan kegiatan cerama seperti yang di jelaskan sebelumnya, yaitu setiap hari jumat pagi.

4. Mensucikan Diri dengan Berwuduk

Yang dimaksud dengan penyucian diri merupakan upaya menghilangkan segala kotoran dan najis yang terdapat dalam diri seseorang secara psikis dan spiritual. Adapun tindakannya yaitu dengan memberikan bimbingan petunjuk pemahaman dan pengalaman tentang ilmu tauhid dan bertaubat. RS. Jiwa Tampan juga memberikan bimbingan spritual berupa tata cara bersuci dan berwuduk, pemahaman terkait tatacara wuduk dan hal yang membatalkan wuduk, Pasien ODGJ yang mengikuti bimbingan setelah di berikan pengarahan maka langsung di suruh untuk mempraktekkan.

5. Belajar Membaca Al-Qur'an

Yang dimaksud dengan membaca ayat-ayat Allah yaitu membacakan beberapa ayat dari Al-Qur'an, surat tertentu yang berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi. Fungsi dan tujuannya antara lain: pemberian nasehat, pencegahan dan perlindungan serta tindakan penyembuhan. Yang dimaksud disini yaitu menyampaikan dan memberi pemahaman tentang makna dan pesan-pesan Al-Qur'an dengan cara tersirat dan hakikat, dengan teknis konseling dan psikoterapi.

Efektifitas Bimbingan Spiritual Dalam Menangani Depresi Atau Kecemasan Pada Pasien ODGJ

Efektifitas umumnya di pandang sebagai tingkat pencapaian tujuan operatif dan operasional. Pada dasarnya efektifitas adalah tingkat pencapaian tugas sasaran organisasi yang di tetapkan. Efektifitas menunjukkan keberhasilan dari segi tercapai tidaknya sasaran yang telah ditetapkan. Jika mengukur dari program bimbingan spritual yang dilaksanakan oleh RS Jiwa Tampan maka dapat dilihat bahwa program-program tersebut dinilai efektif untuk menurunkan kecemasan dan depresi bagi pasien yang mengalami gangguan mental. Hal ini sejalan dengan teori-teori konseling agama dan umum menjelaskan bahwa hubungan antara konseling dan religio-psychoterapy, atau yang dikenal dengan psikoterapi dengan pendekatan agama yaitu penyembuhan penyakit melalui hidupnya kejiwaan yang didasari pada ajaran dan nilai agama. Beberapa ahli dokter kesehatan jiwa menjelaskan bahwa penyembuhan penyakit pasien mampu dilakukan lebih cepat jika digunakan metode pendekatan keagamaan , yaitu membangkitkan potensi keimanan pasien kepada tuhannya lalu menggerakkan kepada pencerahan batinnya yang pada akhirnya menimbulkan kepercayaan diri kembali dan mampu meyakinkan bahwa tuhan adalah zat yang maha kuasa penyembuhan atas kuasanya.

Dalam hal tersebut dijelaskan bahwa orang yang memiliki gangguan pada psikis berarti orang yang hatinya kosong mengingat penciptanya dengan dasar bahwa batiniah sangat memiliki hubungan yang kuat terhadap penciptanya, orang yang tidak mengingat tuhannya akan mudah untuk melakukan hal negatif yang kemudian mengganggu batin dan psikis yang melakukannya, orang yang tidak mengingat tuhannya cenderung lebih mudah melakukan hal-hal negatif karena tidak ada dasar keimanan dalam jiwanya, berdasarkan hal tersebut maka RS. Jiwa tampan lewat bagian rehabilitasi sosial memberikan kegiatan berbasis keagamaan kepada pasien dengan gangguan jiwa dinilai sudah tepat dan cocok dengan permasalahan yang dialami pasien ODGJ berupa kecemasan dan depresi, pasien yang telah mengikuti bimbingan spiritual menjadi lebih tenang dan mudah dikendalikan emosionalnya, sehingga diharapkan mampu mengurangi tingkat depresi dengan cara mendekatkan diri kepada sang pencipta.

KESIMPULAN

Bimbingan spiritual adalah Sebuah kegiatan usaha yang dilakukan oleh seseorang yang ahli dalam bidangnya untuk mengatasi permasalahan yang dialami dalam kehidupan klien melalui proses pemahaman, keyakinan diri, maupun pelaksanaan ibadah dan ritual agama sesuai dengan yang di anutnya. Bertujuan untuk Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, dan damai (muthmainnah), bersikap lapang dada (radhiyah), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (mardhiyah). Adapun strategi yang dilakukan oleh RS.Jiwa Tampan dalam mengatasi Kecemasan dan Depresi Pasien Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ) diantaranya Zikir bersama, cerama agama, praktek Ibadah, mensucikan diri dengan berwuduk dan terakhir membaca Al-Qur'an dengan hikmah. Strategi tersebut dinilai efektif berdasarkan pengamatan dilapangan di dapatkan bahwa pasien ODGJ yang mengikuti bimbingan spiritual menjadi lebih tenang, mudah dikendalikan, dan mengurangi tingkat depresi pada dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, J., Saputra, H., & Harahap, E. K. (2024). Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Hadits. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 1(4), 82–94.
- Alfurqan, A., & Harmonedi, H. (2017). Pandangan Islam Terhadap Manusia: Terminologi Manusia Dan Konsep Fitrah Serta Implikasinya Dengan Pendidikan. *Jurnal Educative: Journal Of Educational Studies*, 2(2), 129–144.
- Annisa, D. F., & Susanti, D. (2024). Representase Kesehatan Mental Anak Dan Strategi Taktis Memberdayakannya Melalui Pendekatan Bimbingan Dan Konseling Islami. *Jurnal Hawa: Studi Pengarus Utamaan Gender Dan Anak*, 6(1).
- Azis, A., Novebriansyah, R., & Julia, D. W. I. P. (2021). Strategi Pembimbing Rohani Untuk Mengatasi Kecemasan Pasien Kanker Payudara Di Rs. Kanker Dharmais Jakarta. *Tasâmuh*, 19(1), 60–76.
- Defriansyah, D., Saputra, H., Harahap, E. K., & Seplyana, D. (2023). Penerapan Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan Islam. *Tazkirah*, 8(2), 81–90.
- Fachrurrazi, M., Fitri, S., & Hidayat, D. R. (2023). Bimbingan Dan Konseling Di Pesantren Berlandaskan Nilai Religiusitas: Kajian Teori Dan Pola Dasar. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 596–605.
- Faizah, Z., & Inayatul Ilahiyah, I. (2024). Peran Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Dalam Perspektif Zakiah Daradjat. *Alfihris: Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 2(3), 164–174.
- Juariah, S. (2023). Bimbingan Rohani Islam Untuk Ketenangan Jiwa Warga Binaan. *Jurnal At-Taujih*, 3(2), 53–59.

- Maksum, M., Himmawan, D., & Rufaedah, E. A. (2023). Fitrah Manusia Dalam Konsep Bimbingan Konseling Islam Menurut Anwar Sutoyo. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 61–67.
- Nurhasanah, D., Indriana, H., Hayadi, B. H., & Yusuf, F. A. (2024). Optimalisasi Kecerdasan Spiritual Dan Emosional Siswa Melalui Inisiatif Bimbingan Dan Konseling. *Technical And Vocational Education International Journal (Taveij)*, 4(1), 289–299.
- Nurhayati, N., Naqiyah, N., & Nursalim, M. (2023). Telaah Landasan Filsafat Ilmu Epistemologi Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Dan Bimbingan Konseling Islam (Sebuah Studi Komparasi). *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 2(01), 23–36.
- Ramadhani, A. R., Andini, A., & Maulida, N. H. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja Dalam Pandangan Islam. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 871–880.
- Sari, H. N., Syakira, A., & Hidayah, V. N. (2023). Implementasi Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menanggulangi Kasus Pacaran Remaja: *Islamic Counseling Guidance*. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(4), 1119–1134.
- Septia, N. I., & Kamal, N. (2023). Kesehatan Mental Dan Ketenangan Jiwa Kajian Psikologi Agama. *Jis: Journal Islamic Studies*, 1(2), 212–221.
- Syarif, M., & Rayyan, M. (2023). Peran Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Pendidikan. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(4), 558–566.