

Problematika Kesehatan Mental dan Upaya Penanggulangannya Melalui Pendekatan Pendidikan Islam di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo Paringan Jenangan Ponorogo

Kunin Nashihatul Hasanah^{1✉}, Kharisul Wathoni²

Pendidikan Agama Islam, Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, Indonesia

Pendidikan Agama Islam, Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk (1) Menjelaskan problematika kesehatan mental dan faktor pemicu problematika kesehatan mental di rumah terapi Jiwa Margo Widodo desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo (2), Menjelaskan upaya penanggulangan problematika kesehatan mental melalui pendekatan pendidikan islam di rumah terapi Jiwa Margo Widodo desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo (3), Menjelaskan faktor pendukung, penghambat penanganan problematika kesehatan mental melalui pendekatan pendidikan islam di rumah terapi Jiwa Margo Widodo desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang memiliki ciri khas alami (natural) sesuai kondisi objektif di lapangan tanpa adanya manipulasi. Sedangkan jenis penelitian ini adalah studi kasus. Analisis datanya mengikuti konsep yang diberikan Miles Huberman yang mencakup pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan kesimpulan. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa : (1) Problematika kesehatan mental serta faktor pemicunya di rumah terapi jiwa margo Widodo Desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo antara lain: stress, mood dan kecemasan, bipolar dan Psycasthenia, sementara faktor pemicunya adalah, faktor keluarga, faktor ekonomi dan faktor lingkungan. (2) Upaya penanggulangan problematika kesehatan mental di rumah terapi Jiwa Margo Widodo Melalui Pendekatan Pendidikan Islam yaitu; wudhu, salat, zikir, riyadhah, membaca Al-Qur'an dan YAA KHALIQ YAA HADI dan Al-Fatihah 11 kali. (3) Faktor pendukung; faktor biologis, lingkungan dan keluarga. Sementara faktor penghambatnya yaitu; mood pasien yang cenderung berubah-ubah dan kurangnya SDM dalam pembinaan agama.

Kata Kunci: Kesehatan mental, pendidikan agama Islam, terapi psikologi.

Abstract

This study aims to (1) explain mental health problems and the triggering factors for mental health problems in the Margo Widodo mental therapy home, Parringan village, Janggan sub-district, Ponorogo district (2), explain efforts to overcome mental health problems through an Islamic education approach in the Margo Widodo mental therapy home, village Parringan, Jenangan District, Ponorogo Regency (3), Describes the supporting factors, obstacles to handling mental health problems through an Islamic education approach at the Margo Widodo Soul Therapy House, Parringan Village, Jenangan District, Ponorogo Regency. This study uses a qualitative approach, which has natural characteristics according to objective conditions in the field without any manipulation. While this type of research is a case study. The data analysis follows the concept given by Miles Huberman which includes data

collection, data reduction, data presentation and conclusions. The results of this study can be concluded that: (1) mental health problems and their triggering factors at Margo Widodo's mental therapy home, Parringan Village, Jangan District, Ponorogo Regency include: stress, mood and anxiety, bipolar and psychic, while the triggering factors are family factors, economic and environmental factors. (2) Efforts to overcome mental health problems at the Margo Widodo Soul therapy house through an Islamic education approach, namely; ablution, prayer, remembrance, riyadhah, reading Al-Qur'an and YAA KHALIQ YAA HADI and Al-Fatihah 11 times. (3) Supporting factors; biological, environmental and family factors. While the inhibiting factors are; the patient's mood tends to fluctuate and the lack of human resources in religious development.

Keywords: *Mental health, Islamic, psychological therapy.*

Copyright (c) 2022 Kunin Nashihatul Hasanah, Kharisul Wathoni.

✉ Corresponding author :

Email Address : kuninnashihatulhasanah@gmail.com (alamat koresponden)

Pendahuluan

Setiap manusia memiliki kecenderungan untuk mengalami stres, ketika manusia mengalami rasa sedih, panik, takut dan perasaan yang lainnya, dalam jangka waktu yang lama maka akan timbul perubahan-perubahan yang mengakibatkan penyakit saraf yang bersifat kejiwaan. Hubungan penderita dengan dunia luar terputus akalnya ditutupi oleh paham dan khayal yang membawanya jauh dari kenyataan hidup normal penderita selalu hidup dalam keadaan cemas dan murung, hilangnya rasa bahagia, adanya rasa takut, rasa berdosa dengki dan rasa bersalah.

Apabila kondisi psikis seseorang buruk maka akan buruk pula kondisi fisiknya. Hal ini dikarenakan kedua unsur yang ada pada manusia tersebut saling berkaitan antara yang satu dan yang lainnya, begitupun sebaliknya. Apabila kondisi fisik seseorang sedang sakit, maka psikisnya pun turut merasakan sakit. Jika fisik seseorang sakit maka dengan mudah akan mengobatinya sebab fisik itu nampak namun apabila psikis atau jiwa seseorang yang sakit maka perlu penanganan yang lebih pada orang tersebut.

Pendekatan agama merupakan salah satu langkah dalam mengembalikan keadaan jiwa seseorang yang sakit kedalam keadaan normal. Hal ini dikarenakan agama memberikan pengaruh yang baik serta dapat menciptakan perasaan positif terhadap rohani individu. Selain itu agama juga merupakan suatu system yang berisi norma-norma kehidupan bagi para penganutnya agar mereka dapat menyelamatkan diri dari gangguan naluri dasar rasa takut serta menciptakan rasa aman damai dalam dirinya. Menurut Koenig yang dikutip dari buku M.A Subandi, orang yang lebih religius mempunyai tingkat kesejahteraan dan kepuasan hidup yang lebih baik, menunjukkan rendahnya tingkat kecemasan, lebih mampu dalam mengatasi stress. Bahkan ketika orang-orang religius ini mengalami depresi, mereka pulih lebih cepat daripada mereka yang tidak religius. Sebagaimana dengan terapi- terapi untuk depresi dan kecemasan yang menggunakan agama sebagai bagian dari perawatan menyebabkan tingkat kesembuhan yang lebih cepat daripada praktik terapi sekuler yang tidak mengindahkan kepemilikan sisi religius pasien.

Menurut Hawi hubungan kejiwaan dan agama dalam kaitannya sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa, terletak pada penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan yang maha Esa. Sedangkan menurut Zakiyah Drajat (1982:56) peranan pendidikan agama dalam hal ini adalah agama islam dalam kesehatan mental yang pertama yaitu ; a. memberikan bimbingan dalam kehidupan b. penolong dalam kesukaran c. menentramkan batin d. pengendalian terhadap moral e. terapi terhadap gangguan mental. Bila dilihat peranan lima dari Zakiyah Drajat, maka dapat disimpulkan bahwa agama memiliki peranan yang cukup

penting dalam kondisi kejiwaan seseorang. Sebab setiap ajaran agama di dunia ternyata tidak hanya berkaitan erat dengan aspek spiritual saja, namun juga membahas aspek psikis dan psikologis.

Sejak tahun 1970-an masyarakat banyak yang mulai tertarik pada agama dalam mengobati orang-orang yang mengalami gangguan jiwa. Rumah sakit jiwa sebagai salah satu tempat pengobatan orang-orang yang menderita gangguan jiwa menjadi sasaran penting dalam penerepan keagamaan bagi para pasiennya. Banyak rumah sakit jiwa di Barat yang mulai menerapkan terapi dengan pendekatan keagamaan dalam penyembuhan pasiennya.

Pemahaman akan mental yang sehat tak dapat lepas dari pemahaman mengenai sehat dan sakit secara fisik. Berbagai penelitian telah mengungkapkan adanya hubungan antara kesehatan fisik dan mental individu, dimana pada individu dengan keluhan medis menunjukkan adanya masalah psikis hingga taraf gangguan mental. Sebaliknya, individu dengan gangguan mental juga menunjukkan adanya gangguan fungsi fisiknya.¹

Sehat dan sakit merupakan kondisi biopsikososial yang menyatu dalam kehidupan manusia. Pengenalan konsep sehat dan sakit, baik secara fisik maupun psikis merupakan bagian dari kondisi kesehatan. Pengenalan manusia terhadap kondisi dirinya dan bagaimana penyesuaiannya dengan lingkungan sekitar. Gerakan Kesehatan Mental di masa lalu, mencoba memahami gangguan mental dan melakukan intervensi dalam berbagai bidang ilmu untuk mengatasinya salah satunya pendidikan dari keluarga.²

Faktor dukungan dari orang terdekat atau dari keluarga memang sangat dibutuhkan, akan tetapi disini keluarga pasien seringkali tampil kurang manusiawi karena lebih mengedepankan pada aspek penyembuhan dan isolasi dari lingkungan yang dirasa lebih sehat. Barangkali sulit untuk mengabaikan peran keluarga dalam pendidikan karena keluarga adalah pendidikan utama yang didapatkan anak. Gerakan Kesehatan Mental yang lebih mengedepankan pada aspek pencegahan gangguan mental serta bagaimana peran komunitas dalam membantu optimalisasi fungsi mental individu.³

Menurut Johnson Kesehatan Jiwa adalah suatu kondisi sehat, emosional, psikologis, dan sosiologi yang terlihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan, perilaku dan koping yang efektif, konsep diri yang positif dan kestabilan emosional. Kesehatan jiwa memiliki banyak komponen dan di pengaruhi oleh berbagai faktor.

Dalam Undang-undang No. 3 Tahun 1966, Suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual, dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu selaras dengan keadaan orang lain.⁴

Area khusus dalam praktek keperawatan yang menggunakan ilmu tingkah laku manusia sebagai dasar dan menggunakan diri sendiri secara teraupetik dalam meningkatkan, mempertahankan, memulihkan kesehatan mental klien dan kesehatan mental masyarakat dimana klien berada (American Nurses Associations).⁵

Kesehatan mental adalah sesuatu yang sangat penting yang harus dimiliki seseorang. Desa Paringan sempat dicap sebagai kampung gila seperti yang disebut orang-orang diluar sana yang mana sebenarnya disana sekarang ini lebih dikenal dengan KEWIRAUSAHAANNYA dan mulai berkembang pesat.⁶

Sementara dari data yang peneliti dapat untuk gangguan kesehatan mental warga Paringan hanyalah sakit ringan, tidak separah yang orang-orang luar katakan. Para pasien di Paringan di rawat oleh keluarga bapak Heru, yang mana disini beliau mendirikan tempat tinggal yang khusus diperuntukkan bagi penderita jiwa yang diberi nama rumah terapi Jiwa

¹ Aswar, *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 31.

² Helly Prajitno, *Psikologi Abnormal* (Ponorogo: BPS Kabupaten Ponorogo, 2007), 45.

³ Hanif M, *Perilaku Sosial Terhadap Warga Retradasi Mental Kampung* (Madiun: Institut Press, 2015), 49.

⁴ *Ibid.*, 77.

⁵ Djamaluddin Ancok, *Psikologi Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000), 55.

⁶ Problema tentang maraknya berita bagi warga Paringan dengan sebutan kampung gila.

Margo Widodo, rumah terapi jiwa ini sudah memiliki izin dan mulai diresmikan pada tanggal 13 April 2017. Beliau dan istri sangat bersimpati dalam merawat para pasien. Hal utama dalam pendidikan yang di berikan kepada para pasien adalah kemandirian sholat dan mengaji, dalam memberikan pendidikan ini bapak Heru dibantu oleh mahasiswa gontor yang dulu pernah KKN ditempat bapak Heru.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan peneliti di desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo. Disini peneliti tidak menemukan hal-hal yang menakutkan dan negatife yang dialami pasien di rumah terapi jiwa Margo Widodo. Kesehatan mental tetap bagus dan hanya saja kadang klien kurang tidur dan sering melamun.

Berdasarkan masalah yang disebutkan maka tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk menjelaskan faktor pemicu problematika kesehatan mental, menjelaskan bagaimana Problematika Kesehatan Mental serta penanggulangannya melalui pendekatan pendidikan islam, serta menjelaskan faktor pendukung, penghambat penanganan problematika kesehatan mental melalui pendekatan pendidikan islam di rumah terapi Jiwa Margo Widodo desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.

Metodologi

Dalam penelitian ini digunakan metodologi penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif, yang memiliki ciri khas alami (natural) sesuai kondisi objektif di lapangan tanpa adanya manipulasi, serta jenis data yang dikumpulkan terutama data kualitatif, penelitian kualitatif menghasilkan data yaitu data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.⁷ Dalam hal ini yang digunakan penelitian adalah studi kasus.

Sumber data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kata-kata dan tindakan orang yang diamati atau diwawancarai merupakan sumber data utama yang dicatat melalui catatan tertulis, pengambilan foto atau film. Adapun sumber data penelitiannya adalah informan dari pengasuh atau ketua di rumah terapi jiwa Margo Widodo Desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo dan dokumen data rumah terapi jiwa Margo Widodo yang meliputi gambaran lokasi penelitian, dan dokumen lain seperti foto, dokumen tertulis yang menuju atau berkaitan dengan penelitian.

Hasil dan Pembahasan

Problematika Kesehatan Mental Serta Faktor Pemicunya di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo Desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo

Problema adalah berbagai persoalan-persoalan sulit yang dihadapi dalam proses pemberdayaan, baik yang datang dari individu Tuan Guru (faktor eksternal) maupun dalam upaya pemberdayaan masyarakat Islami secara langsung dalam masyarakat.

Keadaan pasien di rumah terapi jiwa Margo Widodo memang banyak yang belum mengetahui bagaimana keadaan Rumah Terapi Jiwa ini yang sudah berdiri sejak tahun 1990, maka tidaklah heran jika banyak yang hanya memandang sebelah mata saja dan menimbulkan pro kontra saja dan pada akhirnya sekarang menjadi wadah penyembuhan penderita jiwa.

Banyak sekali macam-macam gangguan kesehatan mental. gangguan penyakit kesehatan mental ini dapat bervariasi dari taraf yang ringan sedang sampai gangguan kesehatan mental yang berat. Problematika kesehatan mental sangat mengganggu kehidupan keseharian penderitanya, apalagi gangguan yang diderita juga cukup berat. Perlakuan untuk masing-masing gangguan kesehatan mental juga bervariasi. Tergantung jenis dan penyebab gangguan dan kesehatan mental tersebut.⁸

⁷ Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2012), 140

⁸ Sofyan., *Kesehatan Jasmani dan Rohani*, 56-57.

Problematika kesehatan mental yang ada pada diri pasien Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo pada awalnya memang belum terlalu banyak diketahui para masyarakat di desa Paringan. bapak Heru adalah salah satu relawan sosial yang memang dari awal sudah membangun keinginan untuk merehabilitas para penderita jiwa yang kerap kali mendapat pandangan sebelah mata dari masyarakat. Problematika kesehatan mental yang ada di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini anatara lain, stress, depresi, mood dan kecemasan, psycasthenia dll.⁹

Stres adalah keadaan ketika seseorang mengalami tekanan yang sangat berat, baik secara emosi maupun mental. sehingga yang terjadi adalah seseorang yang stress akan tampak gelisah, cemas dan mudah tersinggung. Stress juga dapat mengganggu konsentrasi dan pada kasus tertentu akan memicu depresi. Stres bukan saja dapat mempengaruhi penderitanya saja tapi juga dapat berdampak kepada cara bersikap dan kesehatan fisik penderitanya. Contohnya yaitu: a. menjadi menyendiri dan enggan berinteraksi b. enggan makan atau makan secara berebihan c. Marah-marah dan terkadang kemarahan itu sulit dikendalikan dan lain-lain.¹⁰

Gangguan kecemasan adalah kondisi psikologi ketika seseorang mengalami rasa cemas berlebihan secara konstan dan sulit dikendalikan, sehingga berdampak buruk terhadap kehidupan sehari-harinya. Bagi sebagian orang normal, rasa cemas biasanya timbul pada kejadian tertentu saja, misalnya saat akan menghadapi ujian sekolah atau wawancara kerja. Namun pada gangguan kecemasan, rasa cemas itu kerap timbul pada tiap situasi. Itu sebabnya orang yang mengalami kondisi ini akan sulit merasakan rileks dari waktu ke waktu.

Depresi pada anak, adalah perasaan sangat sedih, bisa disebabkan oleh kehilangan sesuatu yang betul-betul disayangi atau peristiwa kesedihan yang teramat dalam lainnya, namun kadarnya melebihi peristiwa tersebut, dan berlangsung melebihi jangka waktu yang semestinya. Kesedihan dan ketidakgembiraan adalah emosi manusia yang umum, terutam sekali reaksi terhadap keadaan bermasalah. Untuk anak, beberapa situasi bisa termasuk kematian orang tua, perceraian, eorang teman pindah rumah, kesulitan menyesuaikan diri di sekolah, dan kesulitan berteman. Kadangkala meskipun perasaan sedih melebihi ukuran peristiwa atau berlangsung lebih lama dibandingkan yang diharapkan.¹¹

Gangguan *rett* adalah gangguan genetika langka pada anak perempuan yang menyebabkan rusaknya interaksi social, kehilangan kemampuan berbahasa, dan gerakan yang berulang-ulang. Seorang perempuan dengan gangguan *rett* kelihatan berkembang dengan normal sampai beberapa waktu antara umur 5 bulan 4 tahun. Ketika gangguan tersebut mulai, perkembangan kepalanya lambat dan bahasa sosialnya memburuk. Ciri khas gangguan *rett* ini adalah anak menunjukkan gerakan tangan dengan kehendak hilang, tidak bisa berjalan, gerakan tubuh yang kikuk. Keterlambatan terjadi dan biasanya parah.¹²

Psychastenia adalah dimana penderita merasa tidak tenang, selalu diganggu dan dikejar-kejar, mimpi yang menakutkan, sering mengalami kompusion (dorongan paksaan) untuk berbuat sesuatu. Sebenarnya penderita kurang mempunyai kemampuan untuk tetap dalam keadaan integrasi yang normal, repression (penekanan) terhadap pengalaman yang telah lalu.¹³

Beberapa macam problematika kesehatan mental diatas dapat kita lihat bahwasannya para pasien mengalami permasalahan jiwa dari berbagai faktor, sehingga pembimbing di rumah terapi jiwa mencoba melakukan proses penyembuhan melalui pendekatan pendidikan islam. Beberapa macam tanda-tanda problematika kesehatan mental yang dialami pasien antara lain: sulit tidur, tingkah laku yang kompulsif, kehilangan kendali, kehilangan ingatan dan konsentrasi, tidak berminat terhadap pekerjaan atau kegiatan lain dan merasa kesepian

⁹ Drajat, *Kesehatan Mental*, 11

¹⁰ *Ibid.*, 80.

¹¹ *Ibid.*, 100.

¹² Baktiar, *Pengantar Psikiatri Klinis*, 58.

¹³ *Ibid.*, 59.

dll.¹⁴ Hal inilah yang dialami para pasien sebelum terjadi depresi dll. Seharusnya keluarga mengetahui tanda-tanda tersebut agar lebih mudah dalam menangani dan lebih cepat penanganannya, sehingga problematika kesehatan mental tidak dialami.

Sebagaimana niat utama disini adalah memberikan hak kepada semua manusia bahwa semua manusia yang sakit berhak untuk sembuh. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa problematika kesehatan mental di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo kini mulai ada perhatian khusus untuk mengurus para pasien. Diyakini dengan adanya rumah terapi jiwa dapat membuat para penderita jiwa merasa memiliki hak hidup sehingga sama dengan yang lain.

Disini para pasien berasal dari berbagai kalangan yang berbeda dan tidak hanya untuk warga Paringan saja. Akan tetapi tidak menutup kemungkinan ketua rumah terapi jiwa Margo Widodo juga akan menerima bahkan sengaja mencari mereka para penderita jiwa yang berasal dari luar Paringan bahkan luar Ponorogo. Dalam hal kesehatan para pasien memang sangat diutamakan dan diusahakan semaksimal mungkin untuk kesembuhannya. Maka dari itu perjuangan bapak Heru selama 20 tahun itu mulai dihargai akhirnya ada dari beberapa dinas kesehatan dan rumah sakit jiwa yang datang dan melihat secara langsung kondisi para pasien.

Dalam kesempatan yang sama bapak Karwo akhirnya juga memanggil ketua Rumah Terapi Jiwa yaitu bapak Heru Setyawan untuk menanyakan kebenaran para pasien dan apa niat utama dari bapak Heru, dan akhirnya bapak Karwo memberikan suatu reward dan memberikan pilihan apapun yang diinginkan bapak Heru akan diberikan. Dalam kesempatan emas itu lagi-lagi bapak Heru tidak berfikir untuk memanfaatkan keadaan yang ada untuk pribadi, akan tetapi beliau memberikan satu permintaan untuk dibuatkan puskesmas untuk pengobatan para pasien jiwa, agar mereka mudah dan nyaman dalam berobat.

Sehingga apabila dilihat untuk perubahan sekarang yang ada di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo mulai berkembang dalam kepengurusannya, yang mana kita lihat sebelumnya saat belum ada perhatian khusus dari pihak dinas kesehatan dan akhirnya dalam hal medis masih kurang maksimal.

Dengan keadaan Rumah Terapi Jiwa yang mulai mendapatkan perhatian dari pemerintah maka diharapkan perkembangan dan kesembuhan para pasien terwujud dengan baik. Yang mana kita lihat kesembuhan pasien adalah tujuan utama dan keinginan terbesar para pengurus Rumah Terapi Jiwa begitu juga para keluarga pasien.

Dalam problematika kesehatan mental ada faktor pemicu yang menyebabkan terjadinya masalah kesehatan mental antara lain: faktor ekonomi, faktor rumah tangga, keturunan, pergaulan dll.¹⁵ Faktor pemicu permasalahan kesehatan mental para pasien ini tergolong berbeda-beda karena berasal dari latar belakang yang berbeda-beda pula.

Beberapa faktor pemicu terjadinya problematika kesehatan mental yang aada di rumah terapi jiwa berbeda-beda satu dengan yang lainnya. Karena memiliki latar belakang yang berbeda pula. Seperti keturunan Seseorang yang memiliki riwayat penyakit dari orangtuanya, penyakit itu dapat menurun ke dirinya bahkan ke anaknya.¹⁶ Contohnya, seseorang yang terkena penyakit Diabetes, anak dari orang itu bisa terkena penyakit Diabetes juga. Tetapi, anak itu juga bisa tidak terkena penyakit Diabetes apabila sejak dini ia sudah mengatur pola makannya dengan baik.

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwasannya suatu penyakit tentang problematika kesehatan mental dapat terjadi kepada siapa saja dan di usia berapa saja, akan tetapi hal ini dapat dicegah dengan cara pola hidup sehat dan lingkungan yang baik, serta

¹⁴ Sofyan, *Remaja dan Masalahnya*, 86.

¹⁵ Mulyadi, *Islam dan Kesehatan Mental*, 103.

¹⁶ Anonim, *Latar Belakang Masalah Kesehatan Masyarakat*.

<https://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/20777/5/Chapter%20I.pdf>. Diakses pada tanggal 12 Januari 2018, pukul 13.00 WIB.

cara seseorang dalam menghadapi suatu masalah. Sehingga bagaimana caranya agar suatu penyakit tersebut tidak mengganggu jiwa seseorang.

Upaya Penanggulangan Problematika Kesehatan Mental di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo Melalui Pendekatan Pendidikan Islam Desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan di rumah terapi jiwa Margo Widodo Permasalahan kesehatan mental yang terjadi pada pasien di Rumah terapi jiwa Margo Widodo diharapkan ada upaya-upaya yang dilakkan oleh pengurus dalam penyembuhannya. Upaya penanggulangan untuk kesehatan Mental di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo salah satunya yang wajib adalah dengan berobat ke Puskesmas untuk kontrol dan memperoleh obat. Sejak adanya Puskesmas yang ada di Paringan tersebut sangat membantu dan memudahkan para pasien dan keluarga pasien untuk mengantarnya berobat. Sehingga diharapkan kesembuhan para penderita jiwa itu akan lebih cepat dan maksimal.

Pengurus rumah terapi jiwa Margo Widodo bahkan memberikan suatu kegiatan atau aktivitas guna memberikan kesibukan kepada pasien, seperti memberi makan ikan lele atau membudidayakan lele, melakukan kerja bakti di lingkungan atau gotong royong, ikut memasak menyiapkan konsumsi dan mengikutsertakan para pasien di rumah terapi jiwa Margo Widodo dalam kegiatan lainnya. Dengan hal ini diharapkan para pasien terapi jiwa Margo Widodo akan lebih memiliki tanggung jawab terhadap suatu hal dan merasa bahwa keberadaannya dibutuhkan, dengan itu para pasien akan merasa percaya diri dan lebih mudah dalam proses penyembuhannya.

Berbagai cara upaya penanggulangannya melalui pendekatan Pendidikan Agama Islam dan kegiatan-kegiatan lainnya yang diterapkan pengurus, maka peran keluarga bagi pasien yang stay home sangatlah penting. Hal ini jelas dapat dilihat bahwa dukungan dari keluarga adalah upaya yang utama dan dapat mempercepat kesembuhan pasien. Upaya penyembuhan permasalahan kesehatan mental ini tidak hanya dari medis dan keluarga saja akan tetapi yang di lakukan di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini juga menggunakan pendekatan Pendidikan Agama Islam.

Sebagaimana yang dikemukakan ketua rumah terapi jiwa Margo Widodo disini tidak hanya memberikan penyembuhan dari medis saja, akan tetapi ketua Rumah Terapi Jiwa ini juga memberikan suatu hal yang digunakan dalam hal penyembuhan mereka dari kasih sayang utamanya dan hal kerohanian. Hal-hal kerohanian tersebut diutamakan karena dengan mereka sakit tersebut maka mereka sudah sangat jauh dari Allah dari tuhan, dengan begitu yang diinginkan ketua Rumah Terapi adalah menyeimbangkan cara penyembuhan dan cara penanggulangan dengan hal kerohanian atau Pendidikan Agama Islam tersebut Oleh sebab itu usaha mengfungsikan kembali spiritualitas seseorang melalui agama untuk mencapai mental yang sehat hamper satu-satunya terapi.¹⁷

Hal ini diharapkan agar dapat lebih mempercepat dalam penyembuhan para pasien. Beberapa hal yang dilakukan untuk upaya penyembuhan antara lain:

1. Zikir

Zikir memiliki efek spiritual yang besar, yaitu sebagai penambah rasa keimanan, pengabdian, kejujuran, ketabahan dan kematangan dalam hidup. Hal ini merupakan metode yang paling baik untuk membentuk dan membina kepribadian yang utuh. Sedangkan jika ditinjau dari kesehatan mental, zikir berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan dan pembinaan. Zikir dapat digunakan sebagai terapi dalam rangka mengatasi gangguan mental tersebut. Karena zikir mengandung unsur psikoterapeutik yang efektif.

¹⁷ Burhanudin, *kesehatan Mental*, 63.

2. Puasa

Amalan yang dilakukan umat muslim, ada macam-macam puasa yaitu puasa sunnah dan wajib yang mana kita ketahui puasa wajib adalah puasa ramadhan. Ditinjau dari segi ilmiah puasa dapat memberikan kesehatan jasmani maupun rahani. Gangguan jiwa yang parah dapat disembuhkan dengan berpuasa. Dr. Nicolayev, seorang guru besar yang bekerja pada Lembaga Psikiatri (The Moscow Psychiatric Institute), mencoba menyembuhkan gangguan kejiwaan dengan berpuasa. Dalam usahanya itu ia menterapi pasien sakit jiwa dengan menggunakan puasa selama 30 hari (persis puasa orang Islam dalam jumlah harinya).¹⁸

3. Riyadhah

Riyadhah-nya orang awam yaitu mendidik dengan akhlak dengan Ilmu, membersihkan amal dengan keikhlasan dan memperbanyak amalan. Mendidik akhlak dengan Ilmu artinya menata dan membersihkan akhlak sesuai dengan pranata Ilmu, sehingga seorang hamba tidak tergerak zahir maupun batinnyakecuali dengan pranata Ilmu, sehingga gerakannya itu ditimbang dengan timbangan syari'at. Membersihkan amal dengan keikhlasan artinya membebaskan semua amal dan pendorong untuk kepentingan selain Allah yang mengotorinya.

4. Pendekatan keluarga

Dalam hal penyembuhan permasalahan kesehatan mental pada pasien terapi jiwa, dukungan dan motivasi dari keluarga sangatlah penting dan utama hal ini dapat dilihat dari pernyataan bapak Heru S bahwasannya "pasien terapi jiwa yang didampingi penuh oleh keluarga dan di motivasi penuh oleh keluarga maka tingkat kesembuhannya akan lebih cepat dukungan dan dorongan orang terdekat memang sangat diperlukan bukan hanya obat medis ataupun kerohanian. Karena di dalam keluarga ada sekumpulan orang yang hidup bersama dalam tempat tinggal bersama dan masing-masing anggota merasakan pertautan batin sehingga terjadi saling mempengaruhi dan saling memperhatikan."¹⁹

5. Al-Qur'an

Pasien dibiasakan kembali untuk membaca kitab suci umat islam ini, dengan mengaji, jiwa pasien akan menjadi tenang dan damai, sebab di dalam al-Qur'an terdapat kekuatan spiritual bagi orang yang membacanya berdampak bagi kesehatan jiwa hal ini sesuai dengan firman Allah yang berarti: "*Wahai manusia, sesungguhnya sudah datang dari Tuhanmu al-Qur'an yang mengandung penawaran bagi penyakit (jiwa), tuntunan serta rahmat bagi orang-orang yang beriman*" (QS. Yunus 101: 57).

6. Wudhu

Wudhu ini dianjurkan pada pasien gangguan jiwa bukan semata-mata hanya sebagian dari syarat sahnya tetapi juga memiliki dampak bagi kesehatan pasien, karena wudhu memiliki efek penyegaran dan efek refreshing, membersihkan badan dan jiwa dan membersihkan tubuh.

7. Salat

Beberapa orang pasien di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini ada yang sudah mulai kembali melaksanakan salat, meskipun masih sering bolong-bolong seperti yang dikatakan oleh salah satu pengurus di rumah terapi jiwa Margo Widodo yang peneliti wawancarai. Kebanyakan pasien sudah mengingat bagaimana tata cara salat meskipun belum sepenuhnya dilaksanakan oleh pasien. Salat ini memiliki banyak manfaat bagi orang-orang yang melaksanakannya. Menurut Ancok ada beberapa aspek, meditasi, aspek auto-sugesti, dan

¹⁸ Ibid., 57.

¹⁹ Shochib, *Pola Asuh Orang Tua*, 17.

aspek kebersamaan. Disamping itu salat juga mengandung unsur relaksasi otot, dan relaksasi kesadaran indera.²⁰ Sehingga salat menjadi obat utama untuk para pasien problematika kesehatan mental yang diterapkan di rumah terapi jiwa Maargo Widodo desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.

8. Belajar Shalawat

Setiap diskusi keagamaan yang dilaksanakan pada hari jum'at, pasien bersama dengan pembimbing keagamaan serta para pengurus yang lainnya membacakan salawat. Pembacaan salawat ini membuat hati pasien menjadi tenang, sama seperti halnya ketika pasien membaca al-Qur'an dengan membaca salawat ini senantiasa pasien dibimbing untuk senantiasa mengingat Allah dan Rasulullah, agar jiwanya selalau merasakan ketenangan dan kedamaian.

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan di rumah terapi jiwa Margo Widodo upaya penanggulangan problematika kesehatan mental yang dilakukan adalah sholat berjama'ah, zikir Syifa, membaca Al-Qur'an, puasa, dan Riyadhah. Meskipun orang yang tidak berakal memang tidak wajib untuk melakukan kewajiban dalam islam akan tetapi disini beliau membiasakan perlahan hal-hal tersebut dilakukan semampu mereka.²¹ Hal-hal kerohanian ini sangat penting dilakukan karena pengobatan pasien jiwa bahwasannya tidak hanya melalui medis saja akan tetapi untuk penguatan keimanan juga diperlukan guna menunjang kesembuhan mereka.²²

Jika diperhatikan, gerakan-gerakan salat itu mengandung unsur gerakan-gerakan olahraga, hikmah yang diperoleh dari salat tidak sedikit artinya bai kesehatan jasmaniah, jika jasmaniah sehat maka dengan sendirinya rohaniah pun akan ikut sehat, karena jasmani dan rohani itu memiliki keterkaitan antara satu dan yang lainnya.

Pada awal mulanya banyak kendala yang ada pada saat bapak Heru menerapkan hal pendidikan islam ini, banyak penolakan dari pasien dan dari keluarga pasien yang mana hal ini dianggap tidak mungkin untuk dilakukan, yang mana diketahui bahwa pasien sangat lemah dalam berfikir. Akan tetapi hal tersebut tidak memudarkan niatnya untuk selalu berusaha dan tetap memberikan hal positif untuk para pasien. Dengan perlahan para pasien binaan tersebut dapat melakukan hal-hal seperti sholat, membaca al-Qur'an dan juga zikir, meskipun hal tersebut masih 55% terlaksana.

Dengan berbagai pendekatan pendidikan islam ini mampu memberikan kesembuhan yang luar biasa, bahkan saat ada waktu untuk membaca al-Qur'an bapak Heru mengetahui bahwa ada salah satu pasien nya yang menghafal al-Qur'an atau Hafidz. Hal ini tentu membuat para pengurus Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo merasa bangga.

Pendekatan dengan pendidikan islam yang diterapkan ini secara perlahan dapat membuat para pasien di rumah terapi jiwa Margo Widodo mulai terlihat perubahan yang signifikan, terlihat tenang saat mendengarkan lantunan ayat-ayat Al-Qur'an dan tidak sedikit pasien yang selalu mengalami insomnia atau sulit tidur menjadi lebih tenang.²³

Para pengurus di rumah terapi jiwa Margo Widodo telah membiasakan memberika seperti motivasi, cerita dan dukungan moril lainnya guna penyembuhan pasien. Memberikan cerita yang menarik agar para pasien semakin percaya diri terutama dalam bersosialisasi dengan lingkungan masyarakat. Tidak hanya itu saja di rumah terapi jiwa Margo Widodo para pasien yang mengalami problematika kesehatan mental ada penanganan dan amalan yang rutin dilaksanakan, sesuai dengan permasalahan yang diderita pasien. Seperti Selain membaca al-Qur'an, melaksanakan salat, riyadah, puasa dan zikir di sini pasien juga ada yang diberi suatu amalan yang dilakukan pasien, seperti pada pasien yang mengalami gangguan

²¹ Djamaludin Ancok, *Psikologi Islami*, 56-58.

²² Yosep & Sutini, *Pendidikan Islam*, 56.

²³ Sundari, *Kesehatan Mental*, 78.

stress yaitu dengan dibiasakan membaca "YAA KHALIQ YAA HADI" dan "YAA SALAM YAA SYAAFI" dibaca 11 kali setelah salat berjama'ah, kami memilih 11 kali karena tidak terlalu banyak sehingga para pasien tidak merasa kesulitan. Sementara untuk pasien yang mengalami depresi tinggi atau gangguan yang sangat hebat biasanya pembina keagamaan menempatkan pasien tersebut jadi satu dan tidak bersama dengan pasien yang lainnya adapun amalan yang diterapkan yaitu "YAA MALIK YAA QADIR dan Al-Fatihah sebanyak 11 kali. Pasien terlihat merasakan efek yang baik seperti merasa tenang merasa dan nyaman. Menerapkan terapi dengan amalan ini tidak mudah karena para pasien terkadang mengalami mood yang berubah-ubah

Hal ini dapat disimpulkan bahwasannya dalam pelaksanaan upaya penanggulangan problematika kesehatan mental melalui pendekatan pendidikan islam dapat membuat para pasien berangsur membaik dengan mengenalkan diri kepada Allah, membiasakan hal-hal yang positif, seperti menerapkan wudhu, shalat berjama'ah, membaca al-Qur'an, puasa, Riyadhah dan zikir akan membuat para pasien menjadi lebih tenang.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada dua orang pengurus rumah terapi jiwa Margo Widodo, Pendidikan Agama Islam yang diterapkan di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini membawa aura positif bagi jiwa dan pikiran pasien. Menurut bapak Heru, dengan adanya bimbingan rohani dapat membangun kembali jiwa dan keimanan pasien, serta membuat pasien berfikir positif bahwasannya apa yang sedang mereka alami adalah termasuk bagian dari ujian hidup bagi mereka, selain itu ketika pasien itu belajar keagamaan, hatinya merasa senang dan jauh lebih tenang dibanding terapi dengan terapi lainnya.

Terlebih pasien sudah mulai terbiasa kembali melaksanakan salat, pasien terapi jiwa pernah mengatakan kepada bapak Heru bahwa " dengan salat ia merasa dekat dengan Allah, dengan mendekati diri kepada Allah inilah membuat ia merasa diterima kembali oleh Allah dan memiliki kepercayaan diri untuk memulai kembali kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya". Penerapan Pendidikan Agama Islam di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini juga membuat pasien menjadi terbuka kembali wawasannya perihal keagamaan.

Menurut pembimbing keagamaan di rumah terapi jiwa Margo Widodo, dengan dijarkannya berbagai macam ritual keagamaan pada pasien gangguan jiwa, diharapkan pasien benar-benar kembali kepada keadaan semula atau normal. Seperti misalnya pengajaran salat, pasien diingatkan kembali akan kewajibannya untuk salat dan selalu mengingat Allah yang diantaranya dengan melaksanakan salat lima waktu, karena dengan salat membuat seseorang menjadi tenang. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hawari, bahwa keadaan tenang dan rileks yang dihasilkan dari dzikir dan bacaan dalam salat dapat mempengaruhi kerja system syaraf dan endokrin. Pada orang yang stress dan tegang, *corteks adrenal* akan terangsang untuk mensekresi *cortisol* secara berlebihan sehingga terjadi peningkatan metabolisme tubuh secara mendadak. Apabila hal ini berlangsung lama maka akan menurunkan sistem imunitas tubuh. Dengan bacaan do'a dan dzikir orang akan menyerahkan segala permasalahan yang dihadapinya kepada yang maha penolong sehingga beban stress yang menghimpitnya mengalami penurunan.²⁴

Untuk semua kegiatan yang dilakukan di rumah trapi jiwa Margo Widodo kegiatan keagamaan maupun kegiatan sehari-hari ini bertujuan untuk penyembuhan para pasien, akan tetapi masih ada pasien yang belum dapat melaksanakan kegiatan-kegiatan yang ada. Yang mana diketahui bahwa keadaan pasien yang tidak menentu mood yang sering berubah-ubah dan kondisi yang berbeda dengan orang normal pada layaknya.

Disini disimpulkan bahwasannya problematika kesehatan mental yang terjadi kepada seseorang banyak faktor pemicu dan penyakitnya, karena dari latar belakang yang berbeda. Penanganan gangguan mental dengan Pendidikan Agama Islam terbukti dengan pasien yang

²⁴ Dagum, *Psikologi Keluarga*, 35.

terlihat aman, nyaman, dan pasien terlihat fresh dan rileks. Sehingga secara bertahap terlihat proses penyembuhan yang maksimal.

Faktor Pendukung, Penghambat Penanganan Problematika Kesehatan Mental Melalui Pendekatan Pendidikan Islam di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo Desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo

Dalam pemberian penanganan pasti ada berbagai faktor pendukung dan penghambat dalam pemberian penanganan tersebut, faktor pendukung dan penghambat ini juga terdapat di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan beberapa faktor pendukung dalam pemberian penanganan melalui pendekatan pendidikan agama islam ialah dengan adanya kegiatan-kegiatan rohani yang diterapkan oleh ketua Rumah Terapi Jiwa, yang mana antara lain adanya kegiatan *pertama*, sholat lima waktu, salat adalah ibadah wajib bagi orang islam, hal inilah yang harus utama dilakukan. Salat ini memiliki banyak manfaat bagi orang yang melaksanakannya. Beberapa orang pasien di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini ada yang sudah mulai kembali melaksanakan salat, meskipun masih sering bolong-bolong seperti yang dikatakan oleh ketua lembaga bapak Heru.

Kedua, sebagaimana kegiatan zikir yang kerap diterapkan satu minggu dua kali. Hal ini mulai terlihat setelah beberapa kali kegiatan ini dilaksanakan. Meskipun pada awal mulanya kurang berhasil akan tetapi dengan kesabaran dan usaha yang ikhlas akhirnya para pasien mulai bisa perlahan menerima dan dapat melaksanakan. *Ketiga*, faktor pendukung juga dengan adanya motivasi dari seluruh pengurus Rumah Terapi Jiwa untuk para pasien yang ada dan juga dengan adanya seluruh pengurus yang berkompeten dan ketua lembaga yang mampu dijadikan sebagai panutan untuk para pasien. *Keempat* puasa, puasa adalah salah satu alternative di rumah terapi jiwa Margo Widodo yang sampai saat ini dilakukan. Macam-macam puasa yang dilakukan meliputi puasa sunnah, dipilihnya puasa sunnah karena yang lebih ringan dan tidak setiap hari mereka laksanakan. Hal ini sesuai dengan Dua buah buku yang ditulis oleh Dr.Alan Cott dokter Ahli dari Amerika tentang manfaat puasa berjudul "*Fasting as a Way of Life*" dan "*Fasting the Ultimate Diet*".²⁵

Dari kedua buku yang telah disebut di atas di ceritakan antara lain bagaimana keterkaitan antara puasa dengan gangguan kejiwaan Pertama, gangguan jiwa yang parah dapat disembuhkan dengan berpuasa. Dr.Nicolayev, seorang guru besar yang bekerja pada Lembaga Psikiatri (The Moscow Psychiatric Institute), mencoa menyembuhkan gangguan kejiwaan dengan berpuasa.dalam usahanya itu ia menterapi pasien sakit jiwa dengan menggunakan puasa selama 30 hari (persis puasa orang Islam dalam jumlah harinya).²⁶ Kelima, pengetahuan pembimbing perihal agama, meskipun notabene pembimbing adalah seorang perawat, namun beliau memiliki basic keagamaan yang kuat, pembimbing keagamaan di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini memiliki seputar keagamaan yang lebih dari cukup karena kemampuannya sebagai seorang perawat dan pengetahuan keagamaan yang dimiliki, beliau dengan mudah menggabungkan keduanya sehingga tercipta suasana bimbingan yang seimbang antara merawat dan memberikan keagamaan.

Faktor pendukung penanganan permasalahan kesehatan mental yang lain adalah:

1. Biologis

Beberapa aspek biologis yang secara langsung berpengaruh terhadap kesehatan mental di antaranya, otak, sistem endokrin, genetic, sensori dan kondisi ibu selama kehamilan.

²⁵ Ancok, *Psikologi Islam*, 56.

²⁶ Djamaludin Ancok, *Psikologi Islam*, 56-58.

a. Otak

Otak sangat kompleks secara fisiologis, tapi memiliki fungsi yang sangat esensi bagi keseluruhan aktivitas manusia. Diferensiasi dan keunikan yang ada pada manusia pada dasarnya tidak dapat dilepaskan dari otak manusia.

b. Sistem endokrin

Sistem endokrin terdiri dari sekumpulan kelenjar yang sering bekerja sama dengan sistem syaraf otonom. Sistem ini sama-sama memberikan fungsi yang penting yaitu berhubungan dengan berbagai bagian tubuh.

c. Terapi Psikodinamika

Sigmund Freud merupakan rumus teori pertama yang mengembangkan model psikologis-model psikodinamika dari perilaku abnormal, terapi psikodinamika membantu individu untuk memperoleh insight mengenai dan mengatasi konflik bawah sadar yang dipercaya merupakan akar dari perilaku abnormal. Psikodinamika modern ini dilakukan dalam bentuk interaksi lebih langsung yang berhadapan dibandingkan psikoanalisis rasional Freud.²⁷

d. Terapi Humanistik

Terapi Psikodinamika cenderung berfokus pada proses-proses bawah sadar seperti konflik internal. Seperti terapis perilaku. Terapi humanistik juga lebih berfokus pada apa yang dialami klien saat ini, disini dan sekarang dari pada masa lalu. Keduanya mengansumsikan bahwa masa lalu mempengaruhi perilaku dan perasaan pada masa kini mencoba untuk memperluas self-insight klien. Bentuk terapi ini adalah terapi terpusat pada individu juga terpusat pada klien.²⁸

Dengan faktor pendukung tersebut pastinya untuk perkembangan dan penanganan yang ada di rumah terapi jiwa Margo Widodo terutama dalam pendidikan Islam itu sendiri, dengan banyaknya faktor pendukung maka pendekatan pendidikan Islam juga mampu tercipta dan mampu mengikuti serta mematuhi semua peraturan dan kegiatan yang ada di lingkungan lembaga Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo Paringan Jenangan Ponorogo.

Dari banyaknya faktor pendukung dalam penanganan melalui pendekatan pendidikan Islam maka pastinya ada juga faktor penghambat dalam penanganan kesembuhan tersebut, diantaranya penghambat dalam penanganan kesembuhan melalui pendekatan pendidikan Islam tersebut ialah:

- 1) Masih adanya para pasien yang mana dalam ingatan atau sakitnya sudah terlalu lama tidak mengenal Tuhan dan tidak mempunyai iman, dengan presentase 55% para pasien yang dapat menerima pendekatan pendidikan Islam yang lainnya belum maksimal karena masih banyak para pasien yang kondisi kesehatan mentalnya belum stabil.
- 2) Faktor lingkungan yang belum seluruhnya mendukung, faktor lingkungan ini yang meliputi lingkungan sekitar pasien yang kurang dalam memotivasi pasien/ keluarganya sendiri.
- 3) Faktor keluarga, yang membuat anggota keluarga tidak memperdulikan keluarga penderita jiwa, atas dasar malu, takut ataupun cemas. Keluarga cenderung lebih menutup diri tentang keadaan pasien, merasa bahwa suatu penyakit jiwa tersebut adalah aib, sehingga mereka lebih sering menganggap pasien itu tidak ada. Dengan keadaan pasien keluarga merasa tidak percaya diri, sehingga peran keluarga yang seharusnya memotivasi itu pun tidak pernah teraksana. Sehingga para pasien kerap kehabisan obat

²⁷ Nevid, *Psikologi Abnormal*, 55.

²⁸ *Ibid.*, 56.

karena pihak keluarga tidak memprioritaskan dan tidak mau mengantarkan pasien ke puskesmas untuk kontrol.

- 4) Mood pasien yang beragam dan sulit ditebak. Orang yang mengalami gangguan jiwa adalah orang yang tidak stabil, ia tidak bisa mengontrol emosinya sehingga yang terjadi adalah diluar tindakan-tindakan di luar batas kenormalan manusia, yang artinya perlu perhatian yang lebih untuk berinteraksi. Begitu pula pasien yang ada di rumah terapi jiwa Margo Widodo meskipun ia sudah dapat dikatakan lebih tenang dari sebelumnya, akan tetapi jiwa masih belum stabil masih sering berubah mood nya, maka pembimbing harus pandai membaca kondisi pasien. Dan harus memberikan jiwa yang tenang bagi pasien apabila pasien tidak tenang maka, pihak terapi jiwa akan sulit memberikan rangsangan bagi pasien untuk melakukan proses pendekatan pendidikan islam.
- 5) Pasien sulit diatur, orang yang mengalami gangguan jiwa meskipun usianya sudah dewasa tetapi tingkah lakunya kembali lagi pada tingkat kanak-kanak, mereka sulit di atur dan inginnya berkehendak sesuai keinginan mereka. Terlebih pasien yang tingkat ketenangannya jauh dari stabil, dengan kata lain pasien masih di ambang kegelisahan belum benar-benar tenang, hal ini menjadi kendala bagi pembimbing dalam memberikan Pendidikan Agama Islam, sebab pasien akan sulit di ajak berinteraksi, sehingga pembimbing harus memiliki kesabaran yang ekstra, untuk dapat menghadapi perilaku pasien.
- 6) kesulitan dalam Memotivasi, seorang manusia yang jiwanya terganggu tentunya tidak memiliki motivasi dalam hidupnya, baik motivasi untuk hidup maupun motivasi untuk kembali normal, apa yang mereka pikirkan terlebih dahulu, hidup mereka seperti robot, tidak bernyawa, kaku dan tidak wajar. Oleh karena itu pendidikan islam sebagai salah satu pendekatan dalam kondisi kejiwaan pasien memiliki peranan untuk menumbuhkan kembali motivasi hidup pasien gangguan jiwa, dengan segala ritual keagamaan di dalamnya. Namun untuk mengembalikan motivasi hidup pasien bukan merupakan suatu perkara yang mudah, karena pasien belum sepenuhnya sadar akan fitrah mereka sebagai manusia. Menurut bapak Heru pembimbing keagamaan yang peneliti wawancarai, memotivasi gangguan jiwa itu tidak semudah memotivasi orang yang sehat jiwanya karena mereka belum bisa diajak komunikasi normal, sehingga peran pembimbing dan perawat harus terus menerus memotivasi pasien agar mau berbicara dan pasien menjadi terbiasa berinteraksi dengan orang lain.
- 7) Kurangnya SDM Pembimbing Keagamaan
Kurangnya SDM pembimbing keagamaan. Pembimbing keagamaan di rumah terapi jiwa Margo Widodo hanya ada satu orang pembimbing saja yang pokok di tempat, hal ini berbanding terbalik dengan jumlah pasien yang setiap bulannya mungkin akan bertambah. Sehingga pembimbing merasa kewalahan dalam memberikan bimbingan keagamaan, apalagi dengan kondisi kejiwaan pasien yang sedang terganggu, oleh karena itu sistem pengajarannya pun menjadi kurang efektif, pembimbing mengambil 5 orang setiap minggunya, sehingga bimbingan menjadi tidak maksimal karena pasien hanya dibimbing sehari saja dalam seminggu, sedangkan banyak ritual/kegiatan keagamaan yang perlu diajarkan pada pasien.²⁹

Perbaikan dalam penghambat yang ada di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo dengan menggunakan cara saling memberikan masukan dalam kekurangan dan penghambat penanganan penderita jiwa melalui pendekatan islam agar tercipta kesembuhan secara maksimal dan sesuai yang diharapkan oleh seluruh masyarakat dan keluarga pasien.

²⁹ Yusak, *Kesehatan Mental*, 44.

Simpulan

Berdasarkan paparan data dan analisis data tentang “problematika kesehatan mental dan upaya penanggulangannya melalui pendekatan pendidikan Islam” di rumah terapi jiwa Margo Widodo desa Paringgan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo, maka dapat diambil kesimpulan bahwa problematika kesehatan mental serta faktor pemicunya di Rumah Terapi Jiwa Margo Widodo Desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo. Adapun problematika kesehatan yang dialami para pasien yang ada di rumah terapi jiwa Margo Widodo ini adalah, stress, depresi, mood dan kecemasan dan bipolar. Problematika tersebut dipicu oleh faktor keluarga, faktor ekonomi, faktor lingkungan atau salah pergaulan dan faktor keturunan. Secara umum problematika kesehatan mental disebabkan oleh pemikiran dan beban berat yang dialami para pasien. Upaya penanggulangan problematika kesehatan mental di rumah terapi Jiwa Margo Widodo Melalui kegiatan keislaman yaitu antara lain: salat berjama’ah, zikir, puasa, riyadhah, membaca Al-Qur’an, membiasakan membaca YAA KHALIQ YAA HADI dan Al-Fatihah 11 kali bai pasien yang mengalami stress dan depresi. Adapun faktor pendukung, penanganan problematika kesehatan mental di rumah terapi Jiwa Margo Widodo Desa Paringan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo antara lain: faktor biologis, faktor lingkungan, faktor keluarga, sarana prasarana dan pembimbing agama. Sementara untuk faktor penghambat adalah, mood pasien yang cenderung berubah-ubah dan kurangnya SDM dalam pembinaan agama.

Daftar Pustaka

- Al Syaibani. *Falsafah Pendidikan Islam*. Jakarta: Bulan Bintang, 1979.
- Ancok, Djamaludin. *Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Anwar. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Arifin, Zainal. *Penelitian Pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2012
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta, 2013.
- Anonim, *Latar Belakang Masalah Kesehatan Masyarakat*.
<https://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/20777/5/Chapter%20I.pdf>.
Diakses pada tanggal 12 Januari 2018, pukul 13.00 WIB.
- Baktiar. *Pengantar Psikiatri Klinis*. Jakarta : Gaya Baru, 1993.
- Bukhari. *Pendidikan Dalam Perspektif Islam*. Jakarta:Amzah, 2014
- Burhanudin, Yusak, *Kesehatan Mental*. Bandung: Pustaka Setia, 1999.
- Debdikbud. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Bulan Bintang, 2002.
- Drajat, Zakiah. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: PT. Bulan Bintang, 2005.
- Gymnastiar, Abdullah. *Meredam Gelisah Hati*. Bandung : MQS Pustaka Grafika, 2001.
- Hawari, Dadang. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI (Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia), 2001.
- Hasneli. *Kesehatan Mental dalam Pandangan Islam*. Padang: Haifa Press, 2014.
- Haryanto, Sentot. *Psikologi Salat*. Bandung: Pustaka Pelajar, 2001.
- Maraghi. *Tafsir al Maraghi*. Semarang: Karya Toha Putra, 1987.
- Markam. *Pengantar Psikologi Klinis*. Jakarta: Universitas Indonesia Press, 2003.
- Mubarok, Ahmad. *Jiwa dalam Al-qur’an (Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern)*. Jakarta : Paramadina, 2000.
- Mudzakir&Mujib,,*Nuasa-nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo, 2014.
- Mufron. *Ilmu Pendidikan Islam*. Bandung: Aura Pustaka, 2015.
- Mulyadi. *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: KALAM MULIA, 2017.
- Moleong, J Lexy. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 1995.
- M Hanif. *Perilaku Sosial Terhadap Warga Retradasi Mental Kampung*.Madiun: Institut Press, 2015.

- Prayitno. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Ikrar Mandiri Abadi, 2004.
- Prajitno, Helly. *Psikologi Abnormal*. Ponorogo: BPS Kabupaten Ponorogo, 2007.
- Qayyim, Ibnu. *Madarijus-Salakhin Jalan Menuju Allah*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2002.
- Sarwono. *Psikologi Lingkungan*. Jakarta: PT. Gramedia, 2001.
- Sarwono W Sarlito. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2006.
- Slamet. *Prinsip-prinsip Metodologi Dakwah*. Jakarta : Usaha Nasional, 1994.
- Suroso. *Psikologi Islami Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Solikhatus, Yulia. *Psikologi Kinis*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta, 2016.
- Sukma Dinata, Nana Syaodih. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosda Karya, 2009.
- WF Maramis. *Catatan Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Erlangga Universitas Press, 2003.
- Wulansari, Andhita Dessy. *Penelitian Pendidikan*. Ponorogo : STAIN Po Press, 2012.