

STRATEGI

Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat

Vol. xx, No. xx, Bulan, 20xx, pp. xxx - xxx

PENGUATAN BIMBINGAN MENTAL SPIRITUAL BAGI EKS PENYANDANG PSIKOTIK DI PANTI PELAYANAN SOSIAL PMKS MARGO WIDODO SEMARANG

Siti Kris Fitriana Wahyu Lestari¹

¹Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama

E-mail: sitikrisfitrianawahyulestari@gmail.com

Innayah²

²Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama

E-mail: Innayahmurtaji254@gmail.com

Abstract

Spiritual mental guidance is guidance that aims to improve a person's mental condition to be healthier in accordance with the teachings of his religion. To help improve feelings, thoughts, emotions, and attitudes which will then change their daily behavior for the better. Human needs (ex-psychotics) for religion and spirituality cannot be separated from efforts to achieve mental health through psychotherapy, psychology, and counseling services. This article aims to strengthen the implementation of mental-spiritual guidance for former psychotic persons at PMKS Margo Widodo Semarang. The method used is the Participatory Action Research (PAR) method, which is one of the research models that is looking for something to link the research process into the process of social change. The work programs carried out include growing self-confidence by praying, dhikr, and socializing together.

Keywords: Spiritual mental guidance, ex psychotic.

Abstrak

Bimbingan mental spiritual adalah bimbingan yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi mental seseorang agar lebih sehat sesuai dengan ajaran agamanya. Untuk membantu memperbaiki perasaan, pikiran, emosi, dan sikap yang kemudian akan merubah tingkah lakunya sehari-hari menjadi lebih baik. Kebutuhan manusia (eks psikotik) akan agama dan spiritualitas memang tidak bisa terpisahkan dari upaya mencapai kesehatan mental baik melalui pelayanan psikoterapi, psikologi, maupun konseling. Artikel ini bertujuan untuk menguatkan pelaksanaan bimbingan mental spiritual bagi eks penyandang psikotik di PMKS Margo Widodo Semarang. Metode yang digunakan merupakan metode Participatory Action Research (PAR) merupakan salah satu model penelitian yang mencari sesuatu untuk menghubungkan proses penelitian ke dalam proses perubahan sosial. Program kerja yang dilakukan antara lain yaitu menumbuhkan self confidence dengan cara sholat, dzikir, dan bersosialisasi bersama.

Kata kunci: *bimbingan mental spiritual, eks penyandang psikotik.*

Pendahuluan

Bimbingan mental spiritual adalah bimbingan yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi mental seseorang agar lebih sehat sesuai dengan ajaran agamanya (Hidayanti, 2014: 10). Untuk membantu memperbaiki perasaan, pikiran,

emosi, dan sikap yang kemudian akan merubah tingkah lakunya sehari-hari menjadi lebih baik. Kebutuhan manusia (eks psikotik) akan agama dan spiritualitas memang tidak bisa terpisahkan dari upaya mencapai kesehatan mental baik melalui pelayanan psikoterapi, psikologi, maupun konseling. (T. J. Myers, J. E., & Sweeney, 2014: 234-245). Jeffry L. Moe, menyebutkan "*holistic wellness*" yaitu kesehatan holistik yang terus diupayakan sebagai praktik terbaik oleh konselor dan praktisi kesehatan mental bagi eks psikotik.(Jeffry L. Moe & Dilani M. Perera-Diltz, 2004: 5).

Penyandang eks psikotik diperlukan adanya bimbingan mental spiritual untuk memperoleh kedamaian jiwa dalam kehidupannya. Bagi warga binaan, perasaan bersalah (*guilty feeling*) dan terhina atau dicampakkan menghantui kehidupannya. Mereka tau apa yang mereka lakukan adalah sesuatu yang tidak disukai oleh banyak orang dan dianggap mengganggu serta menyimpang dari norma sosial. Terlebih, perasaan seperti ini ditambah dengan perasaan tertekan karena adanya stigma dari masyarakat atas apa yang dilakukannya, tidaklah mungkin menambah beban tersendiri bagi mereka (Kemensos, 2011:180). Sebagai penyandang eks psikotik yang kurangnya bimbingan spiritual akan mengalami hampa akan spiritual, sehingga menuntut kemungkinan akan memperburuk sakit mental yaitu kecewa, putus asa, dan stress muncul kembali, sehingga mendorong eks penyandang psikotik untuk melakukan hal-hal yang negatif (Riyadi, 2018: 139). Orang yang mempunyai mental buruk, tidak akan mendapatkan ketenangan dalam hidupnya, jika mereka sering terganggu sehingga memicu stres bahkan konflik batin. Kemudian dari faktor spiritual, seorang penyandang eks psikotik mempunyai pengetahuan dan kesadaran terhadap agama yang minim. Hal ini perlu dilakukannya peran pembimbing mental spiritual dalam membentuk jiwa yang efektif dalam segi spiritualnya.

Metode dalam pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang yaitu menggunakan metode secara langsung yaitu bimbingan dilakukan secara tatap muka antara pembimbing dan penerima manfaat di tempat dan waktu secara bersamaan, dengan cara bimbingan kelompok. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan mental spiritual di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang adalah dengan pemberian ceramah, tanya jawab, dan ketauladan. Seperti halnya didengarkan dan dibacakan ayat-ayat Al-Qur'an, mereka diberikan semangat-semangat spiritual untuk

menumbuhkan mental terhadap penyandang eks psikotik.

Bimbingan mental spiritual bagi eks penyandang psikotik semacam ini merupakan bagian dari dakwah terhadap kaum marginal yang menjadi masalah penting diperhatikan dan dicari pemecahannya bersama. Mengingat, dakwah kepada eks penyandang psikotik tidak sebatas pada tujuan mengembalikan penerima manfaat pada fitrahnya sebagai mahluk ketuhanan. Tetapi juga mengemban misi menyelamatkan akidah Islamiyah penerima manfaat dari serangan penyebaran agama yang lain.

Metode

Metode yang digunakan dalam program ini yaitu Participatory Action Research (PAR). Penelitian Participatory Action Research merupakan salah satu model penelitian yang mencari sesuatu untuk menghubungkan proses penelitian ke dalam proses perubahan sosial. Perubahan sosial yang dimaksud adalah bagaimana dalam proses pemberdayaan dapat mewujudkan tiga tolak ukur, yakni adanya komitmen bersama dengan masyarakat, adanya local leader dalam masyarakat dan adanya institusi baru dalam masyarakat yang dibangun berdasarkan kebutuhan. Penelitian ini membawa proses penelitian dalam lingkaran kepentingan orang dan menemukan solusi praktis bagi masalah bersama dan isu-isu yang memerlukan aksi dan refleksi bersama, dan memberikan kontribusi bagi teori praktis.

Participatory Action Research melibatkan pelaksanaan penelitian untuk mendefinisikan sebuah masalah maupun menerapkan informasi ke dalam aksi sebagai solusi atas masalah yang telah terdefinisi. Menurut Yoland Wadsworth pada dasarnya Participatory Action Research (PAR) adalah penelitian yang melibatkan semua pihak yang relevan dalam meneliti secara aktif secara bersama-sama tindakan saat ini (yang mereka alami sebagai masalah) dalam rangka untuk mengubah dan memperbaikinya. Mereka melakukan hal ini dengan merenungkan secara kritis historis, politik, budaya, ekonomi, geografis dan konteks lain yang memahaminya. Tujuannya untuk meningkatkan kesadaran pentingnya memenuhi kebutuhan masyarakat dalam aspek pendidikan, kesehatan, dan ketahanan pangan.

Hasil dan Pembahasan

Bimbingan mental spiritual bagi penyandang eks psikotik bertujuan; yaitu pertama, membantu penyandang eks psikotik untuk menghadapi dan mengatasi masalah mental yang dialaminya. Kedua, membantu penyandang eks psikotik untuk mengatasi masalah perkembangan yang dihadapi terutama yang berkaitan dengan kepercayaan diri. Ketiga, membantu penyandang eks psikotik untuk menjadi lebih baik dari segi spiritualnya. Tujuan dari bimbingan mental spiritual tersebut dapat dirumuskan ke beberapa bentuk bimbingan seperti berikut ini:

1. Pelaksanaan materi bimbingan mental spiritual

Pelaksanaan bimbingan mental spiritual tidak bisa terlepas dari materi yang diberikan kepada penyandang eks psikotik. Materi yang diberikan disesuaikan dengan tujuannya dan sesuai kebutuhan bagi penyandang eks psikotik. Secara umum, materi yang diberikan dalam proses kegiatan bimbingan mental spiritual mencakup tiga aspek, yaitu; keimanan, ibadah, dan akhlak. Pada materi keimanan meliputi tentang mengenalkan rukun iman dan rukun islam lalu mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari. Materi tentang ibadah meliputi pengenalan solat dhuha dan manfaaatnya, menghafal bacaan-bacaan solat dan mempraktekannya, latihan berpuasa setengah hari. Materi tentang akhlak yang meliputi pengenalan tokoh-tokoh teladan dalam Islam, pengenalan sejarah umat Islam yang penuh dengan tokoh-tokoh agung dan kisah-kisah menarik yang menunjukkan keutamaan dan makna yang indah. Materi dalam bimbingan agama ini lebih mengedepankan materi yang diterapkan pada penerima manfaat eks psikotik sebagai proses pembekalan dalam dirinya. Materi adalah salah satu komponen yang sangat penting dalam rangka suksesnya bimbingan agama, karena harus mengetahui kebutuhan penerima manfaat eks psikotik dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi penerima manfaat. Materi bimbingan mental spiritual yang akan disampaikan yakni memahami ajaran Islam, mengamalkan ajaran Islam, budi pekerti (Akhlaqul Karimah). Jika materi akan tersampaikan dengan baik maka *self confidence* dalam diri penyandang eks psikotik akan muncul dan membuat kondisi penyandang eks psikotik lebih baik.

2. Metode bimbingan

Bimbingan biasanya menggunakan metode-metode : Wawancara, Observasi, Tes (Kuisisioner), Bimbingan Kelompok (*Group Guidance*), Psikoanalisa (analisa kejiwaan), Non direktif (teknik tidak mengarahkan), Direktif (bersifat mengarahkan), Resional Emotif, dan Bimbingan Klinikal. Selain metode tersebut, dalam perspektif Al-Qur'an ada metode yang bisa dilakukan, yaitu: *bil-hikmah*, *bil-Mauidzah hasanah*, dan *bil-mujadalah*. Dengan menggunakan metode yang tepat, penyandang eks psikotik lebih terarah dan emosional semakin stabil. Hal tersebut akan berdampak pada kepercayaan dalam diri penyandang eks psikotik menjadi lebih baik.

3. Media bimbingan

Media, Biasanya dari Panti menyediakan media tulisan dan media audial. Media tulisan, yaitu penyampaian pesan kepada penerima manfaat melalui tulisan-tulisan. Media visual adalah penyampaian pesan melalui alat-alat yang dapat dilihat oleh mata seperti majalah, bulletin, brosur, photo, gambar dan sebagainya. Media audial adalah penyampaian pesan melalui alat-alat yang dapat dinikmati dengan melalui perantaraan pendengaran misalnya radio, telepon, tape recorder. Media audio visual penyapaian pesan melalui alat-alat yang dapat dinikmati dengan melalui perantaraan pendengaran dan mata seperti televisi, video, internet.

4. Evaluasi bimbingan

Evaluasi adalah serangkaian proses pengukuran, penilaian, dan perbandingan terhadap hasil pelaksanaan program kegiatan yang dicapai secara riil dengan hasil yang seharusnya dicapai sesuai target atau rencana yang telah ditetapkan. Evaluasi dilakukan bertujuan terciptanya pelayanan secara berdayaguna dan berhasil guna (efisien dan efektif) dengan mencegah secara dini terjadinya penyimpangan- penyimpangan serta untuk memperbaiki apabila terjadi penyimpangan sejak tahap persiapan, pelaksanaan, dan selesainya proses rehabilitasi sosial. Prosedur evaluasi terdiri dari beberapa tahap yaitu : (1) Menetapkan tujuan, agar dapat mengetahui tujuan yang telah ditetapkan sesuai atau tidak. Bimbingan mental spiritual dapat menumbuhkan *self confidence* bagi penyandang eks psikotik. (2) Membuat alat ukur, dalam

melakukan bimbingan perlu dilakukan mengukur mengukur suatu proses konseling yang harus dilakukan pembimbing sebelum dan sesudah bimbingan. Baik dalam bimbingan mental maupun bimbingan spiritual dalam menumbuhkan *self confidence* bagi penyandang eks psikotik. (3) Membuat beseline data, baseline data dibuat untuk memberikan informasi dasar yang dihimpun sebelum suatu program dimulai. Digunakan untuk pembanding memperkirakan dampak dari program yang telah dilakukan. (4) Melaksanakan intervensi dan melanjutkan monitoring, dilakukan untuk memonitor hasil yang telah dilakukan dalam bimbingan dalam kurun waktu, baik bimbingan kelompok maupun bimbingan spiritual. Mengumpulkan informasi untuk mengumpulkan penyebab dari sebuah hasil atau keadaan. Memberikan umpan balik bagi pengambil kebijakan. (5) Menilai perubahan yang terjadi, untuk mengetahui apakah bimbingan yang dilakukan mencapai tujuan atau tidak, menilai seberapa persen perubahan yang terjadi setelah diberikan bimbingan mental spiritual dalam menumbuhkan *self confidence* bagi penyandang eks psikotik. (6) Menyimpulkan efektifitas, disini akan mengetahui efek yang tidak diinginkan atau efek yang diinginkan terjadi sebagai akibat terjadinya tujuan yang telah ditetapkan, dan seberapa efektif suatu bimbingan dapat diterapkan dibandingkan dengan alternatif program lainnya.

Dari proses pelaksanaan di atas, jika diterapkan dan dilaksanakan dengan baik akan menumbuhkan rasa percaya diri bagi penyandang eks psikotik yang kuat dalam melalui proses, diantaranya: a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu. b. Pemahaman penyandang eks psikotik terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkannya keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya. c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan informasi bermaksud memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dihendaki. kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri. d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Berkaitan dengan bimbingan mental spiritual dalam menumbuhkan percaya diri penyandang eks psikotik, pelaksanaan bimbingan harus secara aktif menyajikan bahan materi, memberikan contoh, memberi motivasi penyandang eks psikotik untuk aktif mengikuti dan menjalani materi dan kegiatan layanan dengan baik agar terbentuk penyandang eks psikotik yang mampu menumbuhkan rasa percaya diri atau *self confidence*.

Kesimpulan

Bimbingan mental spiritual adalah bantuan yang diberikan pembimbing kepada seorang klien dengan menggunakan metode atau cara untuk memberikan bimbingan mental yang berlandaskan keilahian. Bimbingan mental spiritual disini bermaksud memberikan tujuan untuk mendorong eks penyandang psikotik untuk memulihkan percaya diri dan harga diri serta menjalankan ibadah sesuai dengan kepercayaannya. Kegiatan bimbingan mental spiritual juga diperuntukkan mendorong kemampuan dan kemauan penerimaan pembinaan serta pelayanan dalam kataqwaan.

Meningkatkan percaya diri pada penyandang eks psikotik tidak semudah membalikkan telapak tangan. Bisa jadi karena metode yang digunakan pembimbing kurang sesuai, maka kepercayaan diri penyandang eks psikotik makin lama makin pudar, peran pembimbing dalam meningkatkan percaya diri penyandang eks psikotik sangatlah diharapkan.

Berkaitan dengan bimbingan mental spiritual dalam menumbuhkan percaya diri penyandang eks psikotik, pelaksanaan bimbingan harus secara aktif menyajikan bahan materi, memberikan contoh, memberi motivasi penyandang eks psikotik untuk aktif mengikuti dan menjalani materi dan kegiatan layanan dengan baik agar terbentuk penyandang eks psikotik yang mampu menumbuhkan rasa percaya diri atau *self confidence*.

Pengakuan/Acknowledgements

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Dinas Sosial Pemerintah Provinsi Jawa Tengah, yang telah mengizinkan penulis untuk memberikan bimbingan di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang. Bapak Sugeng Priyatno, AKS, MM. Selaku Kepala Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang, yang telah mengizinkan dan membimbing penulis untuk memberikan bimbingan di Panti

Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang. Bapak Drs. Sri Wisapto, M.S.I selaku penyuluhan sosial fungsional yang siap sedia mengarahkan penulis untuk memberikan bimbingan di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang. Seluruh Staff dan Pegawai di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang. Dan Seluruh penerima manfaat di Panti Pelayanan Sosial PMKS Margo Widodo Semarang.

Daftar Referensi

- Direktorat Jendral Rehabilitasi Sosial Kementerian Sosial RI. (2011). *Modul Pelayanan dan Rehabilitasi Sosial Gelandangan, Pengemis, dan Psikotik di Panti*,. Jakarta: Direktorat Jendral Rehabilitasi Sosial Kementerian Sosial RI.
- Ema Hidayanti. (2014). *Model Bimbingan Mental Spiritual Bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Di Kota Semarang*. Semarang: IAIN Walisongo Semarang.
- . (2013). *Optimalisasi Bimbingan dan Konseling Agama Islam bagi PMKS*,. LP2M IAIN Walisongo Semarang.
- Jeffry L. Moe, Dilani M. Perera-Diltz, and Tamara Rodriguez. “Counseling for Wholeness: Integrating Holistic Wellness Into Case Conceptualization and Treatment Planning,” *Jurnal VISTAS* Vol. 1 No. (2012).
- Riyadi, Agus. “Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Krisis Spiritual Akibat Dampak Abad Modern (Studi Pada Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf Kota Semarang),.” *Jurnal Konseling Religi* Vol.9 No. (2018).
- Riyadi, Agus, Abdullah Hadziq, dan Ali Murtadho. “Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang,” *Jurnal SMArT Studi Masyarakat, Religi dan Tradisi* Vol. 5 No. (2019).