

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pada dasarnya manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah (suci) yang mana manusia berperilaku sesuai dengan kehendak Allah. Manusia memiliki kecenderungan berbuat baik dan buruk sesuai dengan apa yang mereka dapatkan di lingkungan perkembangannya.¹ Untuk membentuk manusia yang sesuai dengan fitrahnya maka diperlukan pendidikan baik dalam segi ilmu moral maupun ilmu keagamaan dalam mengembangkan potensi potensi lahiriah sehingga menjadi kepribadian yang sesuai dengan tujuan diciptakannya manusia serta tujuan hidupnya. Achmad Mubarak menjelaskan dalam Al Quran dijelaskan bahwa manusia hidup tidak hanya di dunia saja akan tetapi juga nanti akan ada kehidupan selanjutnya di akhirat setelah jasadnya meninggal dan disitulah manusia mempertanggung jawabkan apa yang manusia perbuat di dunia.²

Namun pada kenyataan saat ini masih banyak manusia yang belum memahami hakikat diciptakannya manusia dan masih sering terjerumus kepada hal hal yang merusak dirinya sendiri. Narkotika menjadi salah satu kenakalan terbesar dikalangan dewasa yang sudah tidak asing. Pada dasarnya Narkoba (Narkotika, Psikotropika dan zat adiktif lainnya) merupakan salah satu alternatif yang bisa digunakan sebagai obat, atau bahan yang bisa bermanfaat di bidang kesehatan, pengobatan dan juga bidang ilmu pengetahuan. Akan tetapi jika terjadi penyalahgunaan dalam menggunakan narkotika maka juga akan membawa bahaya bagi kesehatan baik fisik maupun psikis apabila penggunaan secara berlebihan dan tanpa adanya pengendalian sehingga memberikan efek kecanduan (adiksi). Narkoba sendiri merupakan bahan, zat / obat yang apabila masuk ke dalam tubuh akan menimbulkan efek negatif termasuk merubah atau merusak cara kerja otak,

¹ Suriadi Samsuri, '*Hakikat Fitrah Manusia Dalam Islam*', Pendidikan Islam, 18.1 (2020), 85–100.

² Abdul Basit, *Konseling Islam*, 1st edn (Jakarta: Kencana, 2017), hal. 11.

saraf sehingga menimbulkan perilaku maladaptif karena kesehatan fisik, psikis dan sosialnya sudah terganggu.

Berdasarkan data yang diperoleh bahwasanya pada tahun 2019 Komisioner Jenderal polisi Heru Winarko (kepala BNN) menyatakan bahwa terjadi peningkatan angka pengguna narkoba di kalangan remaja sebanyak 24 hingga 28 persen yang mana beberapa tahun di dapatkan sebesar 20%. Heru Winarko menyebutkan bahwasanya penggunaan narkoba pada usia remaja rentan penggunaan jangka panjang. Dalam World Drugs Reports 2018 yang diterbitkan oleh UNODC (United Nations Office on Drugs and Crime) menyebutkan bahwa terdapat 275 juta jiwa penduduk di dunia mulai dari usia 15-64 tahun sudah pernah mengkonsumsi narkoba. Di negara Indonesia sendiri, BNN menyebutkan terdapat 3.376.115 jiwa kasus penyalahgunaan narkoba dari mulai usia 10 hingga 59 tahun pada tahun 2017. Di kalangan pelajar sendiri pada tahun 2018 (dari sebanyak 13 ibukota provinsi) mencatat sebanyak 2.29 juta jiwa pelaku penyalahgunaan narkoba yang mana kebanyakan mereka menduduki usia 15-35 tahun.³

Penyebab dari penyalahgunaan narkoba ini juga bermacam-macam. Ada beberapa faktor yang menyebabkan seseorang melakukan penyalahgunaan seperti faktor pengetahuan, sikap, kepribadian, keluarga, pergaulan, ekonomi, kelompok sosial⁴. Tidak dipungkiri juga faktor pengalaman keagamaan yang rendah sehingga mereka merasa tidak ada aturan yang menghalanginya untuk melakukan penyalahgunaan narkoba karena dengan adanya kesadaran yang tinggi akan keyakinannya kepada agama dan Tuhan yang dianutnya, maka akan menjadi pertimbangan bagi mereka untuk melakukan hal-hal yang dilarang.

Dalam menangani para pengguna narkoba, tentunya diperlukan sebuah rehabilitasi agar tidak terus menerus diasingkan dan dikucilkan oleh masyarakat setempat sehingga dijauhi oleh masyarakat. Jika korban penyalahgunaan narkoba hidup dengan diasingkan dan di kucilkan oleh masyarakat tentunya akan membawa

³ 'Puslidatin.Bnn.Go.Id'.2019 pada <https://puslidatin.bnn.go.id/Pusat> "Penelitian Data dan Informasi" diakses pada 02 November 2020 Pukul 14.32 WIB.

⁴ Qomariyatus Sholihah, 'Efektivitas Program P4Gn Terhadap Pencegahan Penyalahgunaan Napza', Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10.2 (2015), 153.

mereka pada stigma negatif dan menyebabkan mereka mengalami sakit mental seperti frustrasi karena tidak di akui oleh masyarakat. Dengan begitu perlunya diberikan terapi dengan rehabilitasi mental dan spiritualnya untuk mengembalikan kesehatan mental, harapan hidup dan semangat untuk melanjutkan hidup.⁵

Agama islam merupakan agama yang dianugerahkan oleh Allah SWT yang di dalam ajarannya terdapat perintah Allah yang membimbing umatnya untuk mengolah pikiran, qolb, jiwa, jasmani dan indrawi untuk senantiasa tetap berada kepada kefitrahan sebagai seorang hamba agar selalu taat dan cenderung bersikap positif di dalam dirinya. Pada dasarnya seorang manusia diberi kemampuan untuk berfikir, merasakan dan bertindak. Maka dari itu ketiga kemampuan ini harus dikembangkan sesuai dengan norma yang ada. Keseimbangan mental menjadi salah satu hal yang penting dalam situasi apapun. Dengan kesehatan mental yang baik, seseorang akan lebih mudah dalam melatih kebiasaan hidup yang baik sehingga menjadi pribadi yang sehat dan memiliki sikap positif dalam memandang kehidupan. Disamping itu dalam sebuah penelitian, spiritualitas menjadi salah satu aspek yang mampu melahirkan sikap positif pada kesehatan mental maupun fisik. Dalam sebuah penelitian dihasilkan data bahwasanya 75 % bahwa spiritualitas membawa pengaruh positif pada kesehatan, dan 7 % membawa pengaruh negatif. Beberapa penelitian juga mengungkapkan bahwa orang dengan spiritualitas yang kuat akan memiliki tekanan darah yang rendah sehingga jauh dari penyakit seperti stroke karena lebih mudah dalam mengontrol emosi. ⁶

Melihat fenomena di atas, tentunya penting untuk memberikan layanan konseling bagi mereka yang menjadi korban dari penyalahgunaan narkotika. Karena itulah banyak sarana saran pencegahan narkotika dan tempat tempat rehabilitasi narkoba mengingat sudah merabaknya kasus narkoba di mana-mana yang berakibat buruk pada kesehatan fisik dan mental. Hal ini dilakukan sebagai salah satu bentuk penanganan terhadap korban penyalahgunaan narkotika agar tidak

⁵ Agoeng Noegroho, Adhi Iman Sulaiman, and Bambang Suswanto, 'Pendekatan Spiritual Dan Herbal Sebagai Alternatif Rehabilitasi Non Medis Bagi Pecandu Narkoba', 13.2 (2018), 143–58.

⁶ M. Wildan Yuliansyah, *Kesehatan Masyarakat Kesehatan Mental* (Surakarta: PT Borobudur Inspira Nusantara, 2016), hal. 20.

semakin meluas. Metode terapi dan rehabilitasi yang diterapkan juga tidak hanya berbasis psikologi saja tetapi perlu juga dalam bidang kesehatan dan keagamaannya. Dengan metode konseling spiritual diharapkan mampu mengembalikan kesehatan fisik, spiritual, dan mentalnya agar mampu melanjutkan kehidupan dengan baik dan mampu mencapai kebahagiaan.

Yayasan Sinar Jati Lampung merupakan salah satu yayasan yang bergerak dalam bidang rehabilitasi Psikotik (gangguan jiwa) dan korban penyalahgunaan narkoba. Sebagai yayasan rehabilitasi non medis, yayasan Sinar Jati menggunakan metode konseling spiritual sebagai salah satu bentuk rehabilitasi bagi para pecandu narkoba. Syamsu Yusuf mendefinisikan konseling spiritual sebagai proses bantuan kepada individu untuk mengembangkan fitrahnya sebagai manusia yang beragama dan berakhlak mulia sehingga mampu mengatasi segala permasalahan dengan keyakinan, pemahaman serta ritual ibadah sesuai dengan agama yang dianutnya. Syamsu Yusuf menyatakan bahwa konseling spiritual merupakan sebuah terapi yang mengutamakan perbaikan dan pembinaan akhlak melalui ritual ibadah agar mereka dapat menyelesaikan permasalahan berdasarkan keyakinannya kepada Tuhan.⁷

Dalam proses konseling spiritual di Yayasan Sinar Jati Lampung, klien didorong untuk lebih memahami mengenai kewajibannya sebagai manusia yakni menyembah Tuhan sebagaimana agama yang di anutnya berdasarkan tata cara yang sudah di ajarkan dalam agamanya. Selain pemberian pemahaman mengenai hal ini, dalam proses rehabilitasi di Yayasan Sinar Jati juga memberikan proses terapi melalui ruqyah, wirid, ritual ibadah seperti sholat dan lain-lain. Berdasarkan hasil rehabilitasi pasien yang sudah pulih mereka cenderung lebih memahami agamanya dan lebih terlatih dalam hal ibadahnya. Selain aspek spiritualnya, aspek kesehatan mentalnya pun semakin membaik ditandai dengan sikap nya yang semakin bisa memotivasi diri dan mampu memahami diri dan mampu mengatasi permasalahan yang dialaminya selama ini. Melihat proses rehabilitasi di Yayasan Sinar Jati Lampung menggunakan metode konseling spiritual, penulis tertarik untuk

⁷ Agus Santoso, *Konseling Spiritual* (Surabaya: Islamic Development Bank, 2014), hal. 5.

membuktikan apakah konseling spiritual yang digunakan sebagai metode rehabilitasi di yayasan Sinar Jati Lampung terbukti dapat menyembuhkan kesehatan mental pada pasien korban penyalahgunaan narkoba. Maka dari itu penulis tertarik untuk mendalami bagaimana proses rehabilitasi menggunakan metode konseling spiritual terhadap kesehatan mental korban penyalahgunaan narkoba yang berjudul “ PERAN KONSELING SPIRITUAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL KORBAN PENYALAHGUNAAN NARKOBA”.

B. Rumusan Masalah

- a. Bagaimana sejarah yayasan Sinar Jati Lampung berdiri?
- b. Bagaimana Keadaan, Proses dan hasil penerapan konseling spiritual terhadap kesehatan mental korban penyalahgunaan narkoba di yayasan sinar jati Lampung?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari rumusan masalah di atas yaitu :

- a. Untuk mengetahui sejarah berdirinya yayasan Sinar Jati Lampung.
- b. Untuk mengetahui keadaan, proses dan hasil penerapan konseling spiritual terhadap kesehatan mental korban penyalahgunaan narkoba di yayasan Sinar Jati Lampung.

D. Kegunaan Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut :

- a. Manfaat teoritis

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap keilmuan khususnya pada keilmuan konseling dan psikoterapi secara khusus dan pengembangan ilmu di jurusan Tasawuf Psikoterapi secara umum.

- b. Manfaat praktis

Untuk memberikan wawasan kepada mahasiswa, masyarakat dan lembaga lembaga rehabilitasi sebagai metode penyembuhan bagi para korban penyalahgunaan yang berbasis islami dan sebagai pengembangan ilmu di jurusan Tasawuf Psikoterapi.

E. Studi Pustaka

Dalam penulisan proposal ini peneliti terlebih dahulu menelaah beberapa jurnal dan skripsi yang berkaitan dengan penelitian yang akan penulis tuangkan dalam proposal ini. hal ini dilakukan agar terlihat adanya perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan penulis lakukan, diantaranya :

1. Endah Safitri Ani “ *Konseling Spiritual terhadap Penderita Depresi (Studi Deskriptif di Rehabilitasi Mental Graha Nur Ilahie Assanie Kecamatan Semarang Cintarakyat Garut)*”. Skripsi ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif yakni mengumpulkan data berdasarkan kata kata, gambar dan angka. Penelitian ini membahas metode pengobatan terhadap penderita depresi di Graha Nur Ilahie Assanie. Hasil dari penelitian ini bahwasanya terdapat dua metode dalam rehabilitasi depresi yakni menggunakan medis (obat obatan antidepresan) dan menggunakan metode konseling spiritual untuk membimbing pasien agar lebih dekat dengan Tuhannya. Hasil yang diperoleh bahwasanya pasien dapat sembuh melalui pengobatan medis dengan rutin meminum obat anti depresan dan menjalani konseling spiritual karena pasien dapat meningkatkan ibadahnya dan pasien menjadi lebih tenang sehingga jauh dari depresi.⁸
2. Etri Yuniatun Judul “*Pengaruh Dzikir Bagi Kesehatan Mental Santri di Pondok Pesantren Al Hidayah Karangsucu Purwokerto*”. Skripsi ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Hasil dari penelitian ini bahwasanya dzikir dapat memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan mental karena menimbulkan perasaan lebih tenang dan tentram sehingga santri bisa lebih tenang dalam menghadapi permasalahan. Untuk pembentukan akhlak sendiri belum berpengaruh karena pelaksanaan dzikir yang kurang khusyu ataupun mengantuk sehingga tidak berpengaruh terhadap pembentukan akhlak.⁹

⁸ Endah Safitri Ani, ‘*Konseling Spiritual Terhadap Penderita Depresi (Studi Deskriptif Di Rehabilitasi Mental Graha Nur Ilahie Assanie Kecamatan Semarang Cinta Rakyat Garut)*’ (Bandung: UIN SGD, 2020).

⁹ Etri Yuniatun, ‘*Pengaruh Dzikir Bagi Kesehatan Mental Santri Di Pondok Pesantren Al Hidayah Karangsucu Purwokerto*’ (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2016).

3. Ridho, Muhammad Hafizh Judul “*Bimbingan Konseling Spiritual Terhadap Pasien Rehabilitasi Napza.*” Jurnal Studia Insania. Artikel ini menggunakan teori bimbingan konseling spiritual merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif dengan cara melakukan observasi dan wawancara. Hasil dari pembahasan artikel ini bahwasanya para pasien rehabilitasi Napza dapat dibentuk kepribadiannya melalui konseling spiritual seperti pengamalan ibadah, pengalaman hidup serta menumbuhkan rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri dan kehidupannya sebagai pasien rehabilitasi Napza sehingga menghasilkan perubahan yang lebih baik pada pribadi pasien rehabilitasi Napza. Kesimpulan dari artikel ini bahwasanya pasien rehabilitasi napza dapat dibentuk kepribadiannya dengan menggunakan pendekatan bimbingan konseling spiritual sehingga membentuk pribadi yang lebih baik melalui proses pengamalan ibadah, keyakinan hidup serta tanggung jawabnya sehingga menjadi pribadi yang lebih bisa mengontrol dirinya serta menghargai diri dan arti hidup yang sesungguhnya.¹⁰
4. Irfangi, M. Judul “*Implementasi Pendekatan Religius dalam Rehabilitasi Korban Penyalahgunaan Narkoba di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajabah Purbalingga.*” Jurnal Kependidikan. Artikel ini menggunakan teori religius merupakan jenis penelitian studi literatur serta pengambilan data melalui wawancara, dokumentasi dan observasi. Hasil dari pembahasan Artikel ini bahwasanya penanganan terhadap korban penyalahgunaan narkoba di Rumah Sakit khusus jiwa H. Mustajabah Purbalingga adalah dengan menggunakan metode religius dimana proses penyembuhan dilakukan dengan pendekatan spiritual secara islami bagi pasien penyalahgunaan narkoba yang mengalami berbagai gangguan meliputi gangguan fisik, spiritual, moral dan mental yang tetap sesuai pada ajaran Al Quran dan Hadits serta tidak keluar dari tuntunan Allah SWT dan Nabi Muhammad SAW. Kesimpulan dari hasil artikel ini yakni terdapat dua

¹⁰ Muhammad Hafizh Ridho, ‘*Bimbingan Konseling Spiritual Terhadap Pasien Rehabilitasi Napza*’, Jurnal Studi Insania, 6.1 (2018), 36–48.

metode rehabilitasi korban penyalahgunaan narkoba yakni secara medis dan non medis. Salah satu pengobatan dari segi non medis adalah dengan menggunakan metode religius.¹¹

5. Bakri, Nurdin & Barmawi. Judul “*Efektifitas Rehabilitasi Pecandu Narkotika melalui Terapi Islami di Badan Narkotika Nasional (BNN) Banda Aceh*”. Jurnal Psikoislamedia. Artikel ini menggunakan metode psikologi dengan menggunakan pendekatan keagamaan bagaimana penerapan sistem psikologi dalam mengrehabilitasi para pecandu narkoba melalui berbagai kegiatan keagamaan seperti sholat, dzikir, membaca Al Quran serta dakwah islami bagi para pecandu. Kesimpulan dari hasil artikel ini bahwasanya terapi yang diterima oleh para pecandu narkoba berjalan dengan lancar dengan beberapa metode yaitu *screening dan intake, detoksifikasi, entry unit, primary program, Re – entry dan pasca program*.¹²
6. Baidi Bukhori. Judul “*Hubungan Kebermaknaan Hidup Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Mental Narapidana (Studi Kasus Nara Pidana Kota Semarang)*”. jurnal Ad-Din. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mencari hubungan dari kebermaknaan hidup dan dukungan keluarga terhadap kesehatan mental narapidana. Penelitian ini menghasilkan bahwa adanya kolerasi antara kebermaknaan hidup dan dukungan keluarga dengan kesehatan mental narapidana. Semakin tinggi kebermaknaan hidup dan dukungan keluarga maka semakin tinggi pula tingkat kesehatan. Ketika kebermaknaan hidup dan dukungan keluarga berkembang dengan baik maka berpengaruh terhadap tingkat kesehatan mental sebanyak 41,4%. Berdasarkan hasil dari penelitian terdahulu yang peneliti kemukakan di atas, terdapat perbedaan ini penelitian ini meskipun terdapat kesamaan menggunakan metode konseling spiritual akan tetapi lokasi penelitian berbeda dan metode serta langkah

¹¹ M. Irfangi, ‘Implementasi Pendekatan Religius Dalam Rehabilitasi Korban Penyalahgunaan Narkoba Di Rumah Sakit Khusus Jiwa H. Mustajabah Purbalingga’, Jurnal Kependidikan, III.2 (2015), 70–88.

¹² Nurdin Bakri Barmawi, ‘Efektifitas Rehabilitas Pecandu Narkotika Melalui Terapi Islami Di Badan Narkotika Nasional (BNN) Banda Aceh’, Jurnal Psikoislamedia 2.April (2017), 86–95.

langkah konseling spiritual yang diterapkan pada pasien korban penyalahgunaan narkoba pun berbeda beda sesuai dengan tempat masing masing.¹³

F. Kerangka Pemikiran

Pada dasarnya narkoba menjadi salah satu jenis obat yang dikembangkan dalam pengobatan dan penelitian yang bertujuan untuk kebaikan manusia. Namun dalam penggunaan narkoba juga banyak digunakan dengan tujuan bukan untuk pengobatan dan penelitian melainkan untuk memberikan kenikmatan yang bersifat sementara atau biasa digunakan sebagai mengatasi persoalan yang dirasakan individu. Bagi individu yang menyalahgunakan fungsi dari narkoba sendiri biasanya memakai tanpa adanya petunjuk dari medis sehingga mengakibatkan efek ketergantungan dan kecanduan sehingga menghasilkan efek yang serius serta merusak beberapa fungsi baik fisik, psikis, mental maupun sosial. Ada dua bentuk penyalahgunaan narkoba yaitu 1) pemakaian narkoba yang bertujuan bukan untuk pengobatan dan tanpa adanya dosis dari dokter, 2) penggunaan berkali kali dan secara terus menerus¹⁴.

Penyalahgunaan narkoba seiring waktu mencapai angka yang signifikan meskipun sudah diketahui dampak buruk dari pemakaian narkoba. Seorang pakar psikologi Ida Ruida Noor seorang remaja cenderung melakukan hal yang dinilai layak oleh kelompoknya guna untuk mendapatkan pengakuan dari kelompoknya. Hal ini yang menjadi penyebab dikalangan usia muda banyak mengkonsumsi narkoba karena pada awalnya mereka hanya ingin memenuhi rasa keingintahuan dan bersenang senang dengan anggota kelompoknya sehingga tanpa disadari mereka terjerumus kedalam pemakai yang bergantung kepada narkoba. Adapun

¹³ Baidi Bukhori, 'Hubungan Kebermaknaan Hidup Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Mental Narapidana (Studi Kasus Nara Pidana Kota Semarang)', Jurnal Ad Din, IV.1 (2012), 1–19.

¹⁴ Aulia Fadhli, *NAPZA Ancaman, Bahaya, Regulasi Dan Solusi Penanggulangannya*, ed. by Turi, ke 1 (Yogyakarta: Gava Media, 2018) hal. 70.

dampak dari penyalahgunaan narkoba berdampak pada beberapa aspek seperti kesehatan pada fisik, psikologis maupun mental ¹⁵.

Dalam proses rehabilitasi bagi korban penyalahgunaan narkoba, tentunya kondisi kesehatan dari berbagai aspek sangat di perlukan. Salah satu yang juga sangat penting di perhatikan adalah kondisi kesehatan mental. Istilah kata kesehatan mental lahir dari konsep *mental hygiene*. Kata mental sendiri berasal dari bahasa Yunani yang maknanya sama dengan *psyche* yang artinya jiwa, psikis atau kejiwaan. Maka dari itu kata *mental hygiene* juga bisa dikatakan sebagai kesehatan jiwa atau kesehatan mental. Moeljono dan Latipun mendefinisikan kesehatan mental yaitu: 1) tidak sakit, 2) tidak sakit dikarenakan stress, 3) tumbuh sesuai dengan kapasitas dan keadaan lingkungannya, 4) tumbuh secara positif ¹⁶.

Zakiah Darajat mendefinisikan kesehatan mental adalah mewujudkan fungsi fungsi jiwa seseorang sehingga mampu menyelesaikan problem yang di alaminya serta dapat mengaktualisasikan dirinya sebaik mungkin. Kesehatan mental juga dapat diartikan dengan suatu kondisi dimana keadaan fisik, intelektual dan emosional berkembang dengan baik dan selaras, sehingga ketika perkembangan fisik, intelektual dan emosional berkembang dengan baik maka fungsi fungsi dari jiwa seperti pikiran, pandangan hidup, perasaan dan keyakinan hidup akan berjalan harmonis dan membentuk pribadi jauh dari perasaan bimbang dan kegelisahan dalam menjalani kehidupan. Dengan begitu kesehatan mental merupakan keadaan dimana seseorang jauh dari gejala gejala penyakit jiwa sehingga dapat menyesuaikan diri dan memanfaatkan potensi yang ada dalam diri dengan baik serta mampu mencapai titik kebahagiaan dalam hidupnya ¹⁷.

World Federation for Mental Health (Federasi Kesehatan Mental Dunia) tepatnya pada tahun 1948 pada saat kongres kesehatan mental, mengungkapkan

¹⁵ Aulia Fadhli, *NAPZA Ancaman, Bahaya, Regulasi Dan Solusi Penanggulangannya*, ed. by Turi, ke 1 (Yogyakarta: Gava Media, 2018) hal. 82.

¹⁶ Tristiadi Ardi Ardani Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, ed. by anang SW, pertama (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020) hal. 153.

¹⁷ Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene*, ed. by Cecep Subarda, pertama (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004) hal.19 .

rumusan mengenai kesehatan mental yaitu Kesehatan mental merupakan kondisi dimana seseorang berkembang secara optimal dan selaras dengan orang lain baik fisik, intelektual, emosional. Masyarakat yang baik adalah masyarakat yang membiarkan anggota masyarakat yang ada disekitarnya pun berkembang dengan baik. Adapun prinsip prinsip kesehatan mental menurut Altrocchi dan Lehtinen ¹⁸ yaitu :

1. Konsep kesehatan mental lebih baik daripada tiadanya perilaku abnormal.
2. Kesehatan mental menjadi salah satu tujuan hidup yang ideal.
3. Seseorang bisa dikatakan memiliki kualitas hidup yang baik apabila memiliki kesehatan mental yang baik.

Ada beberapa karakteristik mental yang sehat diantaranya ¹⁹ :

1. Terhindar dari segala gejala gangguan dan penyakit jiwa
2. Dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya
3. Dapat memanfaatkan potensi diri dengan maksimal
4. Mampu mencapai hidup yang bahagia baik untuk diri sendiri dan orang lain

Dalam konseling Islam, manusia dibimbing dan dibantu baik secara lahiriah maupun batiniah baik pada kehidupan yang sudah lampau ataupun yang akan datang dengan bimbingan yang berorientasi pada bidang spiritual, mental sehingga memunculkan jiwa keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhannya ²⁰. Dalam islam, sipiritualitas menjadi salah satu komponen yang penting. Spiritualitas di dalam Islam mengajarkan segala yang berkaitan dengan tuhan melalui pengajaran tentang iman, ibadah, beramal soleh dan berperilaku ihsan serta sesuai dengan norma agama masing masing. Tujuannya agar individu lebih dekat dengan Tuhannya melalui proses muroqobah dan muhasabah sehingga terhubungnya kejiwaan individu dengan Tuhannya sehingga individu dapat mengenali dirinya dengan lebih

¹⁸ Tristiadi Ardi Ardani Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*, ed. by anang SW, pertama (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020) hal. 162.

¹⁹ Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene*, ed. by Cecep Subarda, pertama (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004) hal.20.

²⁰ Saliyo Farida, *Bimbingan Dan Konseling*, ke 1 (Malang: Madani Media, 2019) hal.16.

sempurna serta mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan yang lebih baik dan mengenali potensi yang ada di dalam dirinya dengan lebih optimal. Maka bagi individu yang mulai membenahi diri dengan melakukan amalan amalan shaleh tentu akan anugrahi spiritual yang baik sehingga kepribadian dan kesehatan mental nya pun akan lebih baik dan tumbuhnya energi positif dalam dirinya baik untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain.²¹

Perlu diketahui pada dasarnya manusia terdiri atas empat komponen yaitu fisik, psikis, emosi dan spiritual. Istilah spiritual konseling mulai muncul sejak tahun 90'an oleh Graham Wilson dibuktikan dari banyaknya hasil karya penulisannya yang berujung kepada konsep verifikasi dimensi spiritual dalam perkembangan individu. Graham Wilson mengemukakan konseling spiritual yaitu kemampuan dan keterampilan seorang konselor dalam membantu individu untuk mengungkapkan berbagai respon baik dari fisik, emosi, psikis maupun spiritual secara keseluruhan agar individu dapat menemukan jati dirinya kembali (*redefine*) pada tingkat kesadaran dan keyakinan yang lebih luhur²².

Syamsu Yusuf menyatakan pengertian konseling spiritual yaitu bantuan yang diberikan kepada seorang klien dari konselor yang bertujuan agar klien dapat kembali baik dari sisi keimanan dan kesuciannya sebagai umat yang beragama, bertindak sesuai dengan norma norma agama dan berakhlak mulia serta dapat memecahkan berbagai masalah yang dihadapinya berdasarkan kemampuan dan keyakinan dirinya serta praktik keagamaan yang dianutnya. Setiap individu pada dasarnya memiliki kemampuan dalam menemukan kemampuan diri sendiri serta dapat memecahkan permasalahan berdasarkan kemampuannya. Tetapi pada kenyataannya kebanyakan individu tidak bisa menyadari kemampuan yang ada pada dirinya. Maka dari itu perlu diberikannya konseling spiritual bagi individu guna untuk menyadarkan diri (*self awareness*) sebagaimana fokus dari konseling spiritual yaitu guna untuk menemukan diri kembali tetapi pada tingkat kesadaran

²¹ Khairunnas Rajab, *Psikoterapi Islam*, ed. by Ade Sukanti (Jakarta: Amzah, 2019), hal. 48.

²² Agus Santoso, *Konseling Spiritual* (Surabaya: Islamic Development Bank, 2014), hal. 5.

yang lebih tinggi. Konseling spiritual menjadi salah satu treatment yang paling tepat digunakan sebagai terapeutik dalam menemukan diri individu yang sebenarnya karena dalam konseling spiritual terdapat tiga aspek yang menjadi latar belakang kesehatan spiritual (counseling for spiritual wellness) yakni 1) basis konsep kesehatan spiritual di dalam tatanan psikologis, 2) adanya hubungan interaksional antara kesehatan spiritual dengan dimensi kesehatan secara umum, 3) kejadian yang bersifat spontan dan aktifitas yang dapat menumbuhkan jiwa dan kesadaran spiritual dan perkembangan spiritualitas.²³

Hamdani Bakran Ad Dzaky memaparkan pengertian konseling spiritual yaitu suatu proses dimana konselor mengajak, membimbing dan mengarahkan konseli untuk kembali kepada fitrah. Bagi seorang konselor harus memiliki keimanan, kemakrifatan dan ketauhidan yang baik karena akan membimbing klien untuk menjadi manusia yang fitrah.²⁴

Berdasarkan asumsi di atas bahwasanya dapat kita lihat jika konseling spiritual yang bertujuan untuk meningkatkan keimanan seseorang terhadap Tuhannya dengan bantuan konselor dapat membawa seseorang menjadi individu yang lebih baik karena sesuai dengan tujuan konseling spiritual sendiri yakni menemukan jati diri individu dan menemukan potensi yang ada dalam dirinya serta mampu memecahkan masalahnya dengan kemampuannya sendiri. Maka konseling spiritual ini mampu menjadi salah satu alternatif pengobatan terhadap korban penyalahgunaan narkoba khususnya di Yayasan Sinar Jati Lampung karena dapat melatih pasien untuk berbuat ke arah yang lebih positif serta dapat memperbaiki dirinya dengan berperilaku sesuai ajaran agamanya dan senantiasa lebih dekat kepada Tuhannya.

Beberapa asumsi penyebab seseorang menyalahgunakan narkoba di atas seperti faktor coba coba dan hanya untuk hura hura kesenangan semata, maka dapat dilihat bahwa hal ini disebabkan oleh kelalaian seseorang sebagai manusia yang fitrah

²³ Agus Santoso, *Konseling Spiritual* (Surabaya: Islamic Development Bank, 2014), hal. 7.

²⁴ St. Rahmah, 'Pendekatan Konseling Spiritual pada Lanjut Usia (LANSIA)', 03.05 (2015), 34-47.

karena cenderung mengikuti hawa nafsu yang buruk sehingga perlunya penanganan yang mampu membangun kesadaran akibat kelalaiannya.²⁵



²⁵ Hajir Tajiri, 'Pendekatan Konseling Spiritual Dalam Penyembuhan Pasien Narkoba Di Inabah VII Tasikmalaya', *Jurnal Anida (Aktualisasi Nuansa Ilmu Dakwah)*, 18.1 (2019), 21–40.



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG