



*The Indonesian Conference on
Disability Studies and Inclusive
Education*

The 6th ICODE Proceedings

5 Desember 2023

ISSN: 2722-9556

DILEMA SPIRITUALITAS DALAM PENANGANAN GANGGUAN MENTAL: ANALISIS OPINI PUBLIK

Anisa Nilam Cahya

22205032030@student.uin-suka.ac.id

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Abstract

When we talk about mental health from a spiritual perspective, there's usually a debate that reflects stereotypes. Public reactions include spiritual concerns that have no relevance to perpetrators of mental disorders, as well as the view that perpetrators of mental disturbances need to improve their spirituality. Faced with situations like this, it takes an effort to give the public an understanding of the relationship between spirituality and psychology. The research method used is the qualitative-descriptive method. This article refers to perspectives related to the influence of spirituality as well as psychology on mental health and explores, namely: first, how to apply spirituality in the mental disorder treatment system. Second, how public stigma is linked to the contradiction of spirituality treatment in mental disorders. There are several factors to consider in this discussion, including religious perspectives, social norms, and mental health practices. However, when viewed in context, public opinion exposure leads to negative stigma due to the contradiction of several aspects involving religious perspectives, social norms, and mental health practices. Thus, it is important to have an in-depth understanding of responding to relevant mental health issues to support individuals in taking care of their mental health.

Keywords: Spirituality; Mental Disorders; Public Opinion

Abstrak

Ketika kita berbicara mengenai kesehatan mental dalam aspek spiritualitas, biasanya terdapat perdebatan yang mencerminkan stereotip. Tanggapan-tanggapan yang hadir di tengah publik diantaranya terkait spiritual yang tidak ada relevansinya dengan pelaku yang mengalami gangguan mental, serta opini bahwa pelaku gangguan mental perlu meningkatkan spiritualitas. Menghadapi situasi seperti ini, maka diperlukan upaya dalam memberikan pemahaman kepada publik terkait hubungan pendekatan spiritualitas dengan psikologi. Metode penelitian yang digunakan berupa metode deskriptif kualitatif. Artikel ini mengacu pada pro-kontra perspektif yang berkaitan dengan pengaruh spiritualitas serta psikologi terhadap kesehatan mental dan mengeksplorasi yaitu: pertama, bagaimana penerapan spiritualitas dalam sistem pengobatan gangguan mental. Kedua, bagaimana stigma publik terkait kontradiksi pengobatan spiritualitas dalam gangguan mental. Kesimpulannya, artikel ini menunjukkan ada beberapa pengaplikasian pendekatan spiritual yang biasanya diterapkan yang dipercaya oleh masyarakat dapat membantu dalam pengobatan gangguan mental yaitu salat, zikir dan terapi Al-Qur'an. Namun, Apabila dilihat secara konteks, pengungkapan atas opini publik yang banyak mengarah kepada stigma negatif, hal ini disebabkan oleh adanya pertentangan beberapa aspek yang melibatkan perspektif agama, norma-norma sosial hingga pengalaman praktik kesehatan mental. Dengan demikian, penting memiliki pemahaman mendalam dalam menanggapi kesehatan mental yang relevan untuk mendukung individu dalam merawat kesehatan mental.

Kata kunci: Spiritualitas; Gangguan Mental; Opini Publik

A. Pendahuluan

Gangguan mental dan masalah-masalah psikososial merupakan sebuah masalah kompleks, sehingga menanganinya membutuhkan bantuan dari banyak pihak. (Rinawati & Setyowati, 2020). Berbagai faktor sosial, psikologi dan biologis mempengaruhi tingkat kesehatan mental seseorang. Misalnya, tindakan kekerasan serta tekanan sosial ekonomi yang terus-menerus sehingga dapat menjadi faktor resiko timbulnya gangguan mental. Kesehatan gangguan mental yang buruk juga dihubungkan dengan kondisi kerja yang penuh tekanan, gaya hidup tidak sehat, diskriminasi, perubahan sosial yang cepat, kesehatan fisik yang lemah, pengucilan sosial serta pelanggaran hak asasi manusia (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa dinamika kehidupan masyarakat telah mengalami kehancuran identitas, yang mengakibatkan kehancuran moral dan spiritual.

Dalam lingkup sosial, beberapa kelompok masyarakat menganggap spiritualitas sebagai elemen krusial dalam proses penyembuhan penderita gangguan mental, sementara yang lain meragukan relevansinya dan mendorong penekanan lebih lanjut pada pendekatan ilmiah (Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia, n.d.). Kesehatan mental tidak hanya terkait masalah medis atau psikologis semata, tetapi juga mempunyai dimensi sosial budaya sampai dimensi spiritual dan religius. Iman, ilmu, dan amal saleh adalah tiga indikator dalam kesehatan mental manusia (Firmansyah, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa seseorang dapat menjaga kesehatan mentalnya dengan menggunakan kognitif atau intelektual, emosional, dan motivasi yang tepat, tanpa bertentangan dengan keyakinan agama (Syifa Diah

Puspita, 2022).

Tendensi terkait kajian penanganan gangguan mental terdapat dalam beberapa kecenderungan berikut: pertama, dalam hal ini dominasi kajian perspektif gangguan mental berdasarkan perspektif agama, namun kajiannya hanya bertitik dari segi normatif. Dengan demikian, kajiannya secara eksplisit menggunakan Al-Qur'an dan Hadis. Beberapa penulis yang termasuk disini antara lain, "Pemikiran Kesehatan Mental Islami Dalam Pendidikan Islam" hasil penelitiannya bahwa Konsep kesehatan mental Islami dalam pendidikan Islam merupakan keadaan terpadu dari tenaga berbagai seseorang yang menyebabkan ia menggunakan dan mengeksploitasikannya sebaik-baiknya yang selanjutnya menyebabkan ia mewujudkan dirinya atau mewujudkan kemanusiaannya (Firmansyah, 2017); "Islam, Mental Health and Law: A General Overview" hasil penelitiannya bahwa Islam menggarisbawahi pentingnya moral untuk melindungi dan merawat individu-individu yang rentan, seperti yang diperintahkan oleh Tuhan sendiri. Di sisi lain, keyakinan tentang "kepemilikan" dan stigmatisasi mempengaruhi sikap masyarakat terhadap dan ketakutan terhadap gangguan jiwa. Campuran aneh ini tercermin pada status layanan kesehatan mental dan undang-undang terkait yang ditemukan di berbagai negara di dunia Islam (Tzeferakos & Douzenis, 2017); "Peran Agama Dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja" hasil akhir penelitiannya bahwa agama memiliki peran dan andil yang sangat kuat untuk dijadikan bahan dan acuan dalam membina mental remaja yang belum benar (Yasipin et al., 2020).

Kedua, penelitian kajian keefektifan integrasi spiritualitas dan religiusitas dalam mempengaruhi proses penyembuhan gangguan mental. Dalam hal ini, psikoterapi islam ditempatkan sebagai teknik dalam mengobati gangguan mental. Terdapat beberapa karya ilmiah yang termasuk dalam kecenderungan ini, seperti hasil penelitian "Islam and Mental Disorder of the older Adults: Religious Text, Belief System and Caregiving Practices" Tulisan ini menggambarkan dampak teks agama Islam terhadap perawatan demensia di Timur Tengah. Penelitian ini mengkaji bagaimana gangguan mental pada usia lanjut dan lanjut usia dibingkai dalam Al-Quran dan Hadis, dan bagaimana teks-teks ini diubah menjadi ideologi kepercayaan dan praktik pengasuhan (Daher-Nashif et al., 2021); "Kesehatan Mental dan Penanganan Gangguannya Secara Islami" tulisan ini menghasilkan pernyataan bahwa Kesehatan jiwa melibatkan aspek sosial-budaya, spiritual, dan religius, selain masalah medis atau psikologis. Oleh karena itu, tidak hanya perawatan medis yang diperlukan tetapi juga perawatan keagamaan (Syifa Diah Puspita, 2022); "Peluang dan Tantangan Psikoterapi Islam" tulisan ini menyatakan Peluang psikoterapi Islam terdiri dari berbagai aspek yang lebih luas, didasarkan pada teks agama yang dianggap sempurna, dan didukung oleh masyarakat yang sangat antusias. Di sisi lain, masalah psikoterapi Islam, yaitu kualifikasi psikoterapis dan etika psikoterapis Islam, belum didefinisikan dengan jelas dan tegas (Saifuddin, 2022). Sementara

itu, kajian yang terfokus pada dilema spiritualitas melalui analisa opini publik masih belum terlihat. Secara spesifik kajian yang menguraikan dilema spiritualitas dalam penanganan gangguan mental yang jarang dibahas oleh pengkaji.

Sejalan dengan itu, terdapat aspek kebaruan yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya, dengan fokus memaparkan pada dua hal yang menjadi rumusan masalah. Pertama, bagaimana penerapan spiritualitas dalam sistem pengobatan gangguan mental. Kedua, bagaimana stigma publik terkait kontradiksi pengobatan spiritualitas dalam gangguan mental. Penelitian ini berangkat dari argumentasi bahwa keberadaan spiritualitas dan cara untuk penanganan yang sesuai dengan pengobatan gangguan mental mengalami pro dan kontra yang menunjukkan aspek dilema spiritualitas sehingga memerlukan penyelidikan lebih lanjut. Penelusuran tersebut memberikan kontribusi tambahan untuk kemajuan penelitian kesehatan mental dalam wilayah spiritualitas. Pengungkapan atas dimensi ini juga dapat memunculkan ketertarikan bagi para pengkaji kesehatan di Indonesia untuk meningkatkan pemahaman bagi publik. Dilema spiritualitas dalam penanganan gangguan mental perlu diungkapkan lebih lanjut untuk menggambarkan upaya untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang dinamika spiritual yang lebih relevan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dalam proses membuktikan argumen tersebut. Penelitian kualitatif tidak menggunakan populasi, karena penelitian tersebut bermula dari kasus atau sebuah fenomena tertentu yang menarik untuk dikaji pada situasi sosial tertentu (Sugiyono, 2012). Pengambilan sumber data dalam penelitian ini disesuaikan dengan topik dan tujuan penelitian, followers akun Facebook Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia yang dapat dikatakan aktif dalam menanggapi permasalahan gangguan mental menjadi sumber utama karena dianggap memiliki peran dalam proses terbentuknya opini publik. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif dengan fokus kepada opini yang dipilih terbagi menjadi dua kelompok (pro dan kontra), terkait pengobatan spiritualitas dalam gangguan mental. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan yakni observasi, wawancara dan penelusuran data online. Berdasarkan teknik analisis data deskriptif, peneliti menganalisis data dengan cara memilih data yang penting terkait rumusan masalah penelitian dan berdasarkan dari teknik pengumpulan data yang digunakan, kemudian dianalisis sesuai dengan teknik analisis deskriptif yaitu, mendeskripsikan, mengklasifikasikan dan menghubungkan.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Spiritualitas Dalam Pengobatan Kesehatan Mental

Manusia pada era modern ini telah mengalami perubahan pola hidup yang awalnya banyak bersumber dari nilai dan ajaran agama kemudian diciptakan dengan fitrahnya, yakni menginginkan kehidupan yang bahagia, nyaman, sejahtera dan sesuai keinginannya, baik secara pribadi maupun dalam kelompoknya (Pers Mahasiswa, n.d.). Namun tanpa disadari kini manusia telah merubah pola kehidupan yang mana materialistik, egotist, dan hedonistik. Manusia yang tidak mampu memenuhi kebutuhan hidupnya baik secara jasmani maupun rohani dan tidak bisa menerima keadaan saat berada di titik terbawah berdampak pada aspek psikologis yang sangat membahayakan mental bagi kelangsungan hidup manusia, seperti depresi, pudarnya gairah hidup atau bahkan menyeret kepada keputusan untuk membunuh diri (Mas'udi, 2017).

Diperkirakan sekitar 350 juta orang di dunia mengalami gangguan mental (World Health Organisation and United Nations, 2023), tercatat pada tahun 2020 gangguan mental di Indonesia diduga menjadi penyakit mematikan kedua setelah penyakit jantung. Menurut data di WHO tahun 2030 gangguan mental akan menjadi bagian dari 5 besar penyakit mematikan terbesar di dunia (Region, 2023). Sekitar 80 % penelitian tentang kesehatan dan spiritual melibatkan studi tentang kesehatan mental. Spiritualitas adalah konsep transendensi, capaian tertinggi dalam perkembangan manusia. Ini mendorong seseorang untuk mencari makna dan tujuan hidup mereka dan merupakan sifat kemanusiaan yang membedakan seseorang dari yang lain. Spiritual menjadi dimensi kemanusiaan yang menjadi indikator kesehatan mental individu (Wahidin, 2022). Hubungan spiritual dengan kesehatan mental ternyata dapat mengatasi berbagai macam penyakit dan berbagai keadaan yang penuh tekanan. Keterlibatan spiritual dalam kesehatan mental untuk meningkatkan emosi positif seperti kebahagiaan, harapan, optimisme dan rasa kontrol atas tujuan hidup (Rosyanti et al., 2018).

Faktor genetik, biologis, pola asuh, dan lingkungan sosial adalah beberapa contoh faktor-faktor yang saling mempengaruhi yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental. Misalnya, doktrin sosial akan masuk ke otak seseorang dan mempengaruhi kesehatan mentalnya (Anita Novianty; Lina Cuwandayani, 2018). Hal ini disebabkan keberagaman faktor yang membentuk mentalnya. Namun, solusi untuk gangguan mental ini bergantung pada pemikiran, perasaan, perilaku, dan cara berpikir yang tepat yang benar sehingga aspek spiritualitas mengambil peran dalam hal ini (Yasipin et al., 2020).

Dari sudut pandang Islam, seorang muslim harus mengikuti syariat yang telah ditetapkan oleh agama mereka. Mengikuti syariat menunjukkan dinamika spiritualitas seseorang karena dapat menjadi tolak ukur dalam cara mereka bertindak dan berpikir. Kecenderun-

gan dalam beriman kepada Allah SWT menjadikan manusia memiliki kekuatan yang luar biasa yakni spiritual. Kekuatan ini akan membantu manusia dalam menghadapi berbagai beban kehidupan serta kegelisahan yang dihadapi manusia (Najati, 2005). Spiritualitas menjadi sangat penting disebabkan orang yang menjalani kehidupan dengan penuh spiritualitas akan merasa selalu senang dan bahagia dalam kehidupannya, sehingga kesederhanaan dalam mencapai realisasi diri dan kesadaran akan Tuhan dalam setiap hidupnya.

Beberapa tradisi kespiritualan yang biasa dianggap oleh manusia mampu dalam mengobati gangguan mental yaitu, pertama, salat yang terdiri dari gerakan dan bacaan ayat tertentu, hal ini merupakan metode ilahi untuk mengembalikan fitrah manusia tersebut. Hubungan manusia dengan rabbnya ketika salat akan memicu kekuatan spiritual yang dapat meningkatkan kemampuan melakukan perbuatan mulia. Kedua, dengan berzikir dapat membuat hati menjadi tenang sehingga terhindar dari kecemasan. Dalam hal ini telah diterangkan dalam surah Ar-Rad ayat 28 yang artinya “yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tentram. Ketiga, Terapi Al-Qur’an digunakan untuk mengobati penyakit fisik dan mental. Terapi ini menitik beratkan kepada penyucian hati, diri dari semua penyakit dan kesyirikan dengan membaca surah yang ada di dalam Al-Qur’an seperti al-Fatihah, ayat kursi, dua ayat terakhir al-Baqarah, al-Ikhlas, al-Falaq, an-Nas yang lalu ditiupkan dan diusapkan ke seluruh tubuh, kemudian mendengarkan lantunan ayat-ayat al-Qur’an. Terapi Al-Qur’an sebagai pengobatan untuk berbagai jenis penyakit diterangkan dalam Al-Qur’an yaitu surah Yunus ayat 57 dan surah Fushilat ayat 44. Al-Qur’an adalah pengobatan untuk semua penyakit jiwa dan hati, serta penyakit syahwat yang dapat menghalangi orang untuk mengikuti syariat dan merusak akidah mereka. Hal ini disebabkan Al-Qur’an terdapat nasehat, peringatan, janji dan ancaman yang akan memicu rasa takut dan berharap sebagai seorang hamba.

2. Stigma Publik Terhadap Isu Kesehatan Mental

Akun Facebook Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia tercatat dibentuk sejak 09 Desember 2008, hingga saat ini pada tanggal 30 Januari 2024. Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia memiliki pengikut sebanyak 87.753 akun. Pada tanggal 09 November 2023 Luthfiyatun Ni'mah mengunggah cuitan pada akun Facebooknya “Jadi, pertanyaannya ketenangan hati yang diperoleh dalam beragama itu bisa mengobati berbagai macam gangguan mental, depresi dan seterusnya atau tidak?”. Tulisan tersebut terkait dengan peran agama yang dapat membantu memberikan dukungan sosial sumber daya sarana internal yang mampu mengatasi dampak dari penyakit depresi maupun gangguan mental, cuitannya itu berhasil menarik perhatian publik dengan berbagai tanggapan dari pengguna Facebook pada kolom komentar. Dengan opini yang bersifat pro, opini kontra maupun netral terhadap penggu-

naan pengobatan spiritual dalam gangguan mental.

Beberapa pengguna akun Facebook Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia memiliki stigma terhadap gangguan mental yang mana mereka menganggap bahwa gangguan mental merupakan orang yang kurang iman (Utomo, 2020). Hal ini dapat menyebabkan individu enggan mencari bantuan karena menghadapi cobaan tersebut. Dalam beberapa kasus, ditemukan bahwa masalah mental dapat diatasi semata-mata dengan do'a atau keyakinan spiritual, kemudian menghambat pengobatan (Zakiyatun et al., 2022). Padahal gangguan mental itu sama halnya dengan penyakit lain yang saling membutuhkan penanganan medis psikiatri serta dukungan ahli psikologis kesehatan jiwa serta lingkungan sekitarnya. Sehingga saat individu tersebut pulih, pengalaman tersebut akan memberikan makna hidup yang baru dan itu menjadi hikmah berharga dalam pengalaman spiritual. Namun, bukan sebagai sesuatu yang supranatural (Utomo, 2020).

Sifat subjektif dalam penyampain gagasan berdampak pada pengabaian individu yang mengalami gangguan mental berakibat signifikan, menurut (Andi Sudarsono, 2016) ada beberapa dampak yang akan dirasakan oleh pengidap gangguan mental:

- a. Stigma dan diskriminasi: Persepsi yang negatif terhadap penyakit mental dapat menyebabkan orang mencemoohkan atau mengucilkan orang yang menderita penyakit mental, yang pada gilirannya membuat pemulihan mereka dipandang negatif.
- b. Kurangnya dukungan empati: Pikiran negatif tentang kesehatan mental juga dapat mencegah orang mencari dukungan sosial. Mereka mungkin takut berbicara tentang masalah kesehatan mental mereka karena takut dijauhi atau dianggap lemah oleh orang lain. Ini menyebabkan mereka merasa terisolasi dan kesulitan menyelesaikan masalah mereka sendiri.
- c. Penundaan tindakan atau kurangnya perawatan: Persepsi negatif tentang kesehatan mental dapat membuat orang menunda mencari perawatan atau merasa bahwa mereka tidak perlu menerimanya. Mereka mungkin merasa bahwa masalah kesehatan mental mereka adalah sesuatu yang harus disembunyikan, sehingga kondisi mereka hanya akan menjadi lebih buruk.
- d. Dampak fisik: Persepsi negatif tentang kesehatan mental seseorang mempengaruhi kesehatan fisik mereka juga. Stres yang disebabkan oleh diskriminasi dan stigma dapat menyebabkan masalah seperti insomnia, hipertensi, dan gangguan pencernaan.
- e. Penurunan harga diri: Persepsi negatif tentang kesehatan mental dapat menyebabkan seseorang merasa rendah diri dan tidak berharga terhadap dirinya sendiri, yang pada gilirannya mempengaruhi keyakinan diri mereka dan kemampuan mereka untuk hidup dalam masyarakat.

3. Dilema Spiritualitas Dalam Penanganan Gangguan Mental

Pendekatan spiritual dalam pengobatan gangguan mental telah menjadi topik kontroversial. Dilema spiritualitas dalam penanganan gangguan mental menciptakan tantangan kompleks dibidang kesehatan mental. Beberapa individu cenderung menggunakan solusi spiritual untuk mengobati gangguan mental dengan berdo'a, meditasi atau praktik psikoterapi spiritual lainnya. Namun, sedangkan apabila ditelisik melalui pendekatan medis dengan melibatkan ahli profesional dalam mendiagnosa maka intervensi psikoterapi sering kali kurang mencakup dimensi spiritual. Dalam situasi seperti ini menimbulkan dilema seseorang untuk mengambil keputusan terbaik.

Konsep yang dimiliki publik tentang pengetahuan mempengaruhi perspektif publik tentang latar belakang kehidupan mereka. Anggapan tentang kesehatan mental seringkali dikaitkan dengan hal-hal yang tidak menyenangkan, bahkan bisa dianggap sebagai aib (Dewi et al., 2020). Mereka tidak menganggap kesehatan mental sebagai masalah yang serius dan tidak memerlukan pihak untuk menangani masalah tersebut (Afifa et al., 2023). Tidak hanya itu, menurut Bagus Utomo stigma-stigma negatif mengenai isu kesehatan mental mulai banyak terserap oleh publik diantaranya: stigma yang melebel bahwa orang yang gangguan mental adalah mereka yang kurang iman; masyarakat memiliki persepsi negatif bahwa penderita gangguan mental merupakan suatu aib; masyarakat masih meyakini pengobatan spiritual sebagai jalan mudah untuk penyembuhan gangguan mental; persepsi masyarakat yang terhadap penekanan jarak bagi individu pengidap gangguan mental (Utomo, 2020).

Penelitian ini menunjukkan bahwa masalah akademik terkait dengan pendapat publik terkait isu kesehatan khususnya gangguan mental tidak hanya sebatas aspek spiritual dengan pendekatan medis dalam pengobatan gangguan mental. Apabila dilihat secara konteks, pengungkapan atas opini publik yang banyak mengarah kepada stigma negatif, hal ini disebabkan oleh adanya pertentangan beberapa aspek yang melibatkan perspektif agama, norma-norma sosial hingga pengalaman praktik kesehatan mental. Dengan demikian mengindikasikan adanya sikap melampaui batas yang menjadi titik fokus peneliti sebelumnya.

Pengungkapan opini publik tentang masalah kesehatan mental memberikan penekanan pada masyarakat untuk mempertimbangkan klaim yang semakin meningkat di kalangan khalayak. Penelusuran atas gagasan yang diproduksi ternyata ditunjukkan untuk mendukung klaim yang sudah dipercaya sejak lama oleh masyarakat. Pandangan ini dapat ditemukan salah satunya saat argumentasi itu menggunakan dalil Al-Qur'an sebagai penguat gagasannya. Dimana masyarakat menganggap bahwa dengan membaca dan mentadaburi Al-Qur'an

merupakan obat dari segala penyakit. Dengan demikian, mampu meningkatkan spiritualitas sehingga mempercepat penyembuhan penyakit. Namun, apabila dilihat dari segi konteks seseorang yang mengalami gangguan mental, jika mereka membaca al-Qur'an dan disuruh memahaminya. Maka hal itu akan sulit untuk dikerjakan karena kitab suci banyak mengandung metafora yang membutuhkan pemahaman mendalam untuk bisa memahaminya. Sehingga bisa terjadi kesalahan dalam memahami suatu ayat serta memperburuk kesehatannya.

Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang peran spiritualitas dan kesehatan mental. Dengan demikian dapat membantu mengatasi stigma dan membuka pintu integrasi yang lebih baik (Zainuddin, 2021). Tentu memberikan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara kesehatan mental dan spiritual dapat membantu individu yang mengalami gangguan mental untuk berkonsultasi kepada psikiater dan berdoa serta beribadah untuk menciptakan penerapan yang komprehensif dan holistik.

D. Kesimpulan

Dilema spiritualitas dalam penanganan gangguan mental menciptakan tantangan kompleks dibidang kesehatan mental, bahwa problem yang terkandung dalam opini publik terkait isu kesehatan khususnya gangguan mental tidak hanya sebatas aspek spiritual dengan pendekatan medis dalam pengobatan gangguan mental. Pendekatan spiritualitas dapat membantu dalam mengatasi gangguan mental dan mengurangi efek negatif, adapun identifikasi penerapan spiritual yang dapat membantu dalam pengobatan gangguan mental yaitu salat, zikir dan terapi Al-Qur'an. Apabila dilihat secara konteks, pengungkapan atas opini publik yang banyak mengarah kepada stigma negatif, hal ini disebabkan oleh adanya pertentangan beberapa aspek yang melibatkan perspektif agama, norma-norma sosial hingga pengalaman praktik kesehatan mental. Hal ini menunjukkan pentingnya memiliki pemahaman mendalam dalam menanggapi kesehatan mental dan relevan untuk mendukung individu dalam merawat kesehatan mental. Upaya tersebut untuk meningkatkan kesadaran bagi publik dan memberikan dukungan sosial yang kuat sehingga membantu meningkatkan kesehatan mental yang baik.

E. Referensi

- Afifa, I. N., Rahayu, P. Y., Nur'aini, D., Vitaloka, V. J., Salsabila, S., & Zubaidah. (2023). Dampak persepsi bagi kesehatan mental individu. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, 4(3), 256–260.
- Andi Sudarsono. (2016). HUBUNGAN PERSEPSI TERHADAP KESEHATAN DENGAN KESADARAN (MINDFULNESS) MENYETOR SAMPAH ANGGOTA KLINIK ASURANSI SAMPAH DI

- INDONESIA MEDIKA. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 4(1), 28. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v4i1.2876>
- Anita Novianty; Lina Cuwandayani. (2018). Studi Literatur Kesehatan Mental dan Budaya. "Community Psychology" Sebuah Kontribusi Psikologi Menuju Masyarakat Berdaya Dan Sejahtera. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/arsenic>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Daher-Nashif, S., Hammad, S. H., Kane, T., & Al-Wattary, N. (2021). Islam and Mental Disorders of the Older Adults: Religious Text, Belief System and Caregiving Practices. *Journal of Religion and Health*, 60(3), 2051–2065. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01094-5>
- Dewi, E. I., Wuryaningsih, E. W., & Susanto, T. (2020). Stigma Against People with Severe Mental Disorder (PSMD) with Confinement "Pemasungan." *NurseLine Journal*, 4(2), 131. <https://doi.org/10.19184/nlj.v4i2.13821>
- Firmansyah. (2017). Pemikiran kesehatan mental islami dalam pendidikan islam. *Analytica Islamica*, 6(1), 21–34.
- Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia. (n.d.). Facebook. Retrieved November 9, 2023, from <https://m.facebook.com/groups/skizofrenia/permalink/10160877900443744/?mibextid=Nif5oz>
- Mas'udi. (2017). Terapi Qur'ani Bagi Penyembuhan Gangguan Kejiwaan. *Ilmu Ushuluddin*, 8, 137.
- Najati, M. U. (2005). Ilmu Jiwa dalam Al-Qur'an. Pustaka Azzam.
- Pers Mahasiswa. (n.d.). MENGENAL PENTINGNYA KESEHATAN MENTAL PADA DIRI SENDIRI. Retrieved November 20, 2023, from <https://persma.radenintan.ac.id/2023/11/08/mengenal-pentingnya-kesehatan-mental-pada-diri-sendiri/>
- Region, W. H. O. S. A. (2023). Validated Baselines For The Mental Helath Action Plan For The WHO South-East Asia Region 2023-2030.
- Rinawati, F., & Setyowati, N. (2020). Stigma dan Persepsi Tim Pelaksana Kesehatan Jiwa Masyarakat Tentang Masalah Kesehatan Jiwa Di Masyarakat. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(4), 541–548.
- Rosyanti, L., Hadju, V., Hadi, I., & Syahrianti, S. (2018). Pendekatan Terapi Spiritual Al-quranic pada Pasien Skizoprenia Tinjauan Sistematis. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 10(1), 39–52. <https://doi.org/10.36990/hijp.v10i1.103>
- Saifuddin, A. (2022). Peluang dan Tantangan Psikoterapi Islam. *Buletin Psikologi*, 30(1), 22. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.67715>
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Alfabeta.

- Syifa Diah Puspita. (2022). KESEHATAN MENTAL DAN PENANGANAN GANGGUANNYA SECARA ISLAMI DI MASA KINI. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 12(1), 8.
- Tzeferakos, G. A., & Douzenis, A. I. (2017). Islam, mental health and law: A general overview. *Annals of General Psychiatry*, 16(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s12991-017-0150-6>
- Utomo, B. (2020). Mengapa Depresi Bukan Karena Kurang Iman. Facebook. <https://m.facebook.com/groups/skizofrenia/permalink/10160877900443744/?mibextid=Nif5oz>
- Wahidin. (2022). Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application*, 10(2), 148–168. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i2.60830>
- World Health Organisation and United Nations. (2023). Mental health, human rights and legislation Guidance and practice.
- Yasipin, Rianti, S. A., & Hidayat, N. (2020). Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Manthiq*, 5(1)(1), 25–31.
- Zainuddin. (2021). Islam dan Masalah Kesehatan Jiwa. <https://uin-malang.ac.id/r/200501/islam-dan-masalah-kesehatan-jiwa.html>
- Zakiyatun, Z., Latipah, E., & Izzah, I. (2022). Terapi Sufistik dalam Mengatasi Gangguan Kejiwaan di Griya Terapi Elkayyis Jatibarang Brebes. *Islamika*, 4(4), 825–836. <https://doi.org/10.36088/islamika.v4i4.2172>

