

**EFEKTIVITAS PENDAMPING TERAPI SPIRITUAL TERHADAP KESEHATAN
MENTAL ORANG DENGAN GANGGUAN JIWA (ODGJ) DI PANTI SOSIAL
BINA LARAS HARAPAN SENTOSA 4**

Yahdinil Firda Nadirah¹, Rahma Nurul Wahidah²

¹BKPI FTK Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

²BKPI FTK Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Alamat e-mail : 1yahdinil@uinbanten.ac

Alamat e-mail : 2r71059110i@ugmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine the effectiveness of spiritual therapy assistance in supporting the mental health of individuals with mental disorders (ODGJ). The research employed a qualitative approach with a case study design, focusing on a 27-year-old individual named Dimas, a resident of the Bina Paras Harapan Sentosa 4 Social Rehabilitation Center in Tangerang. Data were collected through direct observation of the subject's daily activities and in-depth interviews with the social assistant, Ms. Siti Hopisoh, S.Sos. Data analysis was carried out descriptively through the processes of reduction, presentation, and conclusion drawing. The findings reveal that the assistant plays a crucial role in facilitating the psychological and social recovery of ODGJ through emotional support, spiritual guidance, and structured daily routines. The implementation of spiritual therapy proved effective in promoting inner peace, enhancing self-confidence, improving emotional regulation, and strengthening social relationships between the subject and his environment. Furthermore, the consistent, empathetic, and spiritually grounded involvement of the assistant successfully created a safe and supportive rehabilitative atmosphere. This study emphasizes that the integration of spiritual therapy and social assistance contributes not only to mental stability but also to the overall improvement of life quality, independence, and social adaptability of individuals with mental disorders. The results suggest that combining spiritual and psychosocial approaches can be a powerful strategy in optimizing mental health rehabilitation outcomes in institutional care settings.

Keywords: Social assistant, spiritual therapy, mental health, ODGJ, case study

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendampingan terapi spiritual dalam mendukung kesehatan mental orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi

kasus terhadap seorang individu bernama Dimas, berusia 27 tahun, yang merupakan penghuni Panti Sosial Bina Paras Harapan Sentosa 4, Tangerang. Data penelitian diperoleh melalui observasi langsung terhadap perilaku dan aktivitas subjek, serta wawancara mendalam dengan pendamping sosial, Kak Siti Hopisoh, S.Sos. Analisis data dilakukan secara deskriptif melalui proses reduksi, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendamping memiliki peran penting dalam membantu proses pemulihan psikologis dan sosial ODGJ melalui pemberian dukungan emosional, bimbingan spiritual, serta fasilitasi aktivitas harian yang terarah. Pendekatan terapi spiritual terbukti efektif dalam meningkatkan ketenangan batin, menumbuhkan rasa percaya diri, memperbaiki kontrol emosi, serta memperkuat hubungan sosial antara subjek dengan lingkungannya. Selain itu, keterlibatan pendamping yang konsisten, penuh empati, dan berpandangan nilai-nilai spiritual mampu menciptakan suasana rehabilitatif yang aman dan mendukung proses penyembuhan. Penelitian ini menegaskan bahwa sinergi antara terapi spiritual dan pendampingan sosial tidak hanya berkontribusi terhadap stabilitas mental ODGJ, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup, kemandirian, serta kemampuan adaptasi sosial mereka di lingkungan masyarakat yang lebih luas.

Kata Kunci: pendamping sosial, terapi spiritual, kesehatan mental, ODGJ, studi kasus

A. Pendahuluan

Gangguan mental psikologis adalah keadaan yang mempengaruhi emosi, pikiran, dan perilaku seseorang, sehingga mengganggu kemampuan mereka untuk menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri dan berinteraksi dengan orang lain. Individu dengan gangguan jiwa sering kali mengalami berbagai kendala, seperti stigma sosial, keterbatasan akses ke layanan kesehatan mental, serta kurangnya dukungan emosional dan sosial dari lingkungan sekitar. Situasi tersebut dapat memperlambat

proses pemulihan bahkan memperburuk kondisi psikologis jika tidak mendapatkan dukungan yang sesuai. Untuk lebih memahami kondisi dan kebutuhan psikologis individu dengan gangguan jiwa, peneliti melakukan observasi langsung terhadap seorang individu bernama Dimas, berusia 27 tahun, yang merupakan penghuni Panti Sosial Bina Paras Harapan Sentosa 4, yang terletak di Desa Rancapabuh, Kecamatan Kemiri, Kabupaten Tangerang. Dalam penelitian ini, peneliti juga melakukan wawancara

dengan pendamping sosial, Kak Siti Hopisoh, S. Sos, yang secara rutin membimbing Dimas dalam kegiatan sehari-hari dan kegiatan terapi spiritual. Melalui observasi dan wawancara tersebut, penelitian ini berusaha memahami bagaimana proses pendampingan dilakukan, strategi yang diterapkan, serta pengaruhnya terhadap kondisi psikologis dan sosial Dimas.

Fenomena yang teramati menunjukkan bahwa meskipun terapi spiritual sering diterapkan dalam lembaga rehabilitasi sosial, efektivitasnya sering kali tergantung pada kualitas hubungan antara pendamping dan klien. Tidak semua individu dengan gangguan jiwa dapat memberikan respons yang positif terhadap terapi tanpa dukungan emosional dan sosial yang memadai. Dalam kasus Dimas, muncul pertanyaan mengenai bagaimana interaksi dengan pendamping memengaruhi penerimaan terapi, tingkat ketenangan batin, serta kemampuan adaptasi sosialnya. Permasalahan utama yang diteliti adalah bagaimana efektivitas pendampingan terapi spiritual dalam mendukung proses pemulihan dan

kemandirian individu dengan gangguan jiwa di lingkungan rehabilitatif. Penelitian ini juga berfokus untuk menggali lebih dalam mengenai gejala atau perilaku yang sering muncul dari Dimas selama proses pendampingan, reaksi Dimas terhadap kegiatan sehari-hari dan interaksi sosial, strategi atau pendekatan yang diterapkan oleh pendamping dalam menangani gangguan psikologis, serta perkembangan psikologis yang dialami Dimas selama masa pendampingan. Selain itu, penelitian ini menyoroti tantangan yang dihadapi pendamping, tingkat keterlibatan keluarga dan lingkungan sekitar, serta kerja sama antara pendamping dengan profesional seperti psikolog atau psikiater dalam proses intervensi. Semua permasalahan ini menjadi dasar untuk menilai efektivitas metode intervensi dan bentuk dukungan yang paling tepat bagi Dimas dalam mencapai kemandirian dan kualitas hidup yang lebih baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses pendampingan terapi spiritual yang dilakukan oleh pendamping sosial terhadap individu dengan gangguan

jiwa di panti rehabilitasi, memahami peran dan strategi pendamping dalam membantu proses pemulihan psikologis dan sosial individu dengan gangguan jiwa, serta menganalisis efektivitas terapi spiritual dalam meningkatkan ketenangan batin, rasa percaya diri, dan kemampuan adaptasi sosial individu tersebut.

Selain itu, penelitian ini juga ingin mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat dalam proses pendampingan individu dengan gangguan jiwa di lingkungan rehabilitatif, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai peran pendamping sosial dalam keberhasilan terapi spiritual.

Secara teori, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pada pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang intervensi sosial dan terapi spiritual untuk individu yang mengalami gangguan mental. Secara praktis, hasil dari penelitian ini bisa menjadi pedoman bagi pekerja sosial, pendamping, serta lembaga rehabilitasi dalam merancang strategi pendampingan yang lebih efektif, holistik, dan berkelanjutan. Selain itu,

penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya dukungan spiritual dan sosial untuk orang dengan gangguan jiwa, sehingga tercipta lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung proses pemulihan mereka. Dengan kata lain, hasil penelitian ini tidak hanya bermanfaat untuk dunia akademis, tetapi juga memiliki dampak sosial yang nyata dalam usaha meningkatkan kesejahteraan dan kemandirian orang dengan gangguan jiwa di masyarakat.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan metode studi kasus, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengaplikasian, proses, dan makna dari pendampingan terapi spiritual kepada individu dengan gangguan mental (ODGJ). Pendekatan ini dilaksanakan karena memudahkan peneliti untuk menangkap fenomena yang kompleks secara holistik, serta memungkinkan interaksi langsung dengan subjek penelitian dan lingkungan tempat ia berada. Fokus penelitian ditujukan pada satu kasus tertentu, yaitu seorang individu bernama Dimas, berusia 27 tahun,

yang merupakan penghuni Panti Sosial Bina Paras Harapan Sentosa 4 di Desa Rancapabuh, Kecamatan Kemiri, Kabupaten Tangerang.

Subjek penelitian terdiri dari dua pihak utama, yaitu Dimas selaku penerima terapi spiritual dan pendamping sosial, Kak Siti Hopisoh, S. Sos, sebagai pelaksana pendampingan sekaligus informan utama. Selain itu, peneliti juga melibatkan observasi terhadap lingkungan sosial panti dan interaksi Dimas dengan penghuni serta staf panti untuk memperoleh gambaran konteks yang lebih akurat.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menerapkan tiga metode utama, yaitu observasi langsung, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara partisipatif untuk mengamati perilaku, kegiatan sehari-hari, dan respons emosional Dimas selama proses pendampingan. Wawancara mendalam dilakukan dengan pendamping sosial guna mendapatkan informasi mengenai strategi, pendekatan, dan tantangan dalam proses terapi spiritual. Sedangkan dokumentasi mencakup catatan aktivitas harian, jadwal terapi,

serta data pendukung lainnya dari pihak panti sosial.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan menyaring informasi yang relevan, penyajian data dilakukan dalam bentuk naratif yang menggambarkan proses pendampingan, sedangkan penarikan kesimpulan dilakukan dengan menafsirkan makna dari pola-pola yang muncul selama proses penelitian. Untuk memastikan keabsahan data, digunakan teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu dengan membandingkan hasil observasi dengan data wawancara dan dokumentasi, serta melakukan konfirmasi kepada informan untuk memastikan konsistensi informasi.

Penggunaan metode ini dianggap sangat sesuai untuk memperkuat validitas temuan penelitian karena mampu memberikan pemahaman yang mendalam tentang hubungan antara terapi spiritual, peran pendamping sosial, dan dampaknya terhadap peningkatan kesehatan mental ODGJ. Dengan

demikian, metodologi ini tidak hanya memberikan deskripsi empiris yang beragam, tetapi juga mendukung pengembangan rekomendasi praktis yang bisa diterapkan dalam konteks rehabilitasi sosial berbasis spiritualitas.

C.Hasil Penelitian

HASIL

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan terhadap seorang individu dengan gangguan mental (ODGJ) bernama Dimas, yang berusia 27 tahun, diperoleh berbagai informasi mengenai kondisi psikologis, respons emosional, dan efektivitas dukungan yang diberikan oleh Kak Siti Hopisoh, S. Sos, sebagai pendamping. Dalam kehidupan sehari-hari, Dimas mampu mengekspresikan perasaannya seperti marah, sedih, dan bahagia. Ia juga masih dapat melakukan komunikasi sosial dengan baik serta mengenali karakter lawan bicaranya, seperti dapat mengetahui apakah seseorang bersikap ramah atau tidak. Hal ini mengindikasikan bahwa

meskipun Dimas mengalami gangguan mental, ia tetap memiliki kemampuan sosial yang cukup adaptif tergantung pada situasi dan kondisi mentalnya saat itu.

Dari sisi adaptasi, Dimas dapat menjalankan kegiatan sehari-hari secara mandiri, seperti makan, mandi, dan berpakaian, meskipun hal ini masih dipengaruhi oleh kestabilan kondisi mentalnya. Dalam hal penerimaan terapi, Dimas terlihat cukup kooperatif dan bersedia mengikuti kegiatan yang diberikan oleh pendamping. Namun, ketika menghadapi stres atau tekanan, Dimas cenderung menunjukkan tanda-tanda kecemasan, seperti meminta obat tidur dan menghindari dari lingkungan sekitar. Meskipun demikian, frekuensi perilaku mengganggu seperti agresi atau menyakiti diri sendiri sangat jarang terjadi. Ia cenderung memilih untuk menyendiri sebagai mekanisme penanggulangan saat berada dalam keadaan yang tidak stabil.

PEMBAHASAN

a. Pengertian Efektivitas

Kata efektivitas berasal dari Bahasa Inggris, *effective*, yang berarti efektif, ampuh, manjur,

berhasil. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) efektivitas memiliki tiga makna. Pertama adalah adanya suatu efek, pengaruh, dan kesan. Kedua bermakna manjur, mujarab, dan ketiga bermakna dapat membawa hasil, guna. Maka efektivitas dapat diartikan sebagai keberpengaruhan atau keberhasilan melakukan sesuatu.

Beberapa ahli memberikan definisi tentang efektifitas. Menurut Poerwanti dan Suwandayani (2020), Keefektifan mengacu pada pengertian sejauh mana rencana yang disusun telah berhasil sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Sedangkan Menurut Mardiasmo (2017) Efektivitas adalah ukuran berhasil tidaknya pencapaian tujuan suatu organisasi mencapai tujuannya. Menurut Etzioni dalam Simamora (2013) Keefektifan adalah tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan atau sasaran berdasarkan kompetensi yang telah ditentukan.

B. Relawan pendamping

Relawan pendamping adalah orang atau kelompok yang secara sukarela berpartisipasi dalam

kegiatan sosial tanpa memperoleh imbalan. Kegiatan sukarela ini berbeda dari tindakan membantu secara tiba-tiba karena melibatkan pemikiran yang matang, komitmen waktu, dan usaha yang lebih besar. Menurut Undang-Undang Kesejahteraan Sosial No. 11 Tahun 2011, pekerja sosial profesional adalah mereka yang bekerja di institusi pemerintah atau swasta dengan dasar pendidikan, pelatihan, dan pengalaman di bidang pekerjaan sosial. Sementara itu, relawan sosial dapat berasal dari masyarakat luas baik yang memiliki latar belakang dalam pekerjaan sosial maupun tidak, tetapi tetap berkontribusi secara sukarela. Perbedaan utama antara pekerja sosial dan relawan terletak pada tingkat pendidikan serta area kerja yang diambil.

Relawan pendamping memiliki beberapa fungsi penting. Habibullah mengidentifikasi empat fungsi utama, yaitu: (1) sebagai fasilitator yang mendorong, mendukung, dan memfasilitasi perubahan pada individu dan komunitas; (2) sebagai pendidik yang memberikan pengetahuan,

pelatihan, dan meningkatkan kesadaran masyarakat; (3) sebagai perwakilan masyarakat dalam menyampaikan aspirasi kepada pihak pemerintah; dan (4) sebagai pelaksana peran teknis yang mencakup analisis sosial, manajemen dinamika kelompok, negosiasi, komunikasi, konsultasi, dan pengelolaan sumber daya.

Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) didefinisikan sebagai individu yang mengalami gangguan pada aspek pikiran, emosi, atau perilaku sehingga mengganggu kemampuan mereka untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Kartini Kartono menjelaskan bahwa gangguan jiwa adalah gangguan dalam fungsi mental akibat tekanan dari dalam maupun luar, sementara Keliat dan rekan-rekannya menekankan dampaknya terhadap peran sosial individu tersebut. Undang-Undang No. 18 Tahun 2014 menggariskan bahwa ODGJ adalah individu dengan gejala serta perubahan perilaku yang signifikan yang menimbulkan penderitaan dan kesulitan dalam menjalani fungsi. Dukungan sosial, baik yang bersifat emosional,

informatif, instrumental, maupun penilaian positif, terbukti berpengaruh pada peningkatan rasa percaya diri, partisipasi, serta kemandirian ODGJ, khususnya jika diberikan oleh keluarga.

Gangguan jiwa dibagi menjadi dua kategori: gangguan ringan seperti kecemasan, depresi, dan psikosomatis, serta gangguan berat seperti skizofrenia dan gangguan psikotik lainnya. Gejala dari gangguan ini bisa berupa delusi, perubahan suasana hati yang mendalam, kecemasan yang berlebihan, masalah makan, dan gangguan tidur. Faktor yang mempengaruhi dapat mencakup genetika, biologis, stres, trauma, faktor psikologis, perubahan hormon, dan penyalahgunaan zat.

Proses pemulihan ODGJ memerlukan pendekatan terapi yang menyeluruh, termasuk intervensi medis, psikologis, dan spiritual. Dalam konteks terapi spiritual, psikoterapi Islam menjadi salah satu metode yang diterapkan dengan cara meningkatkan kualitas ibadah, dzikir, doa, serta membangun sikap ridho dan tawakkal. Pendekatan ini fokus

pada aspek moral, mental, spiritual, dan fisik, dan dapat dipadukan dengan terapi medis untuk mendukung pemulihan kondisi mental secara menyeluruh.

E. Kesimpulan

Pendampingan berbasis spiritual yang dilakukan oleh relawan seperti Kak Siti Holisoh terbukti memberikan dampak positif terhadap proses pemulihan individu dengan gangguan jiwa (ODGJ), dalam hal ini Dimas. Melalui pendekatan yang penuh kesabaran, empati, dan penguatan aspek keagamaan seperti ibadah dan dzikir, Dimas menunjukkan perkembangan dalam aspek emosional, sosial, dan perilaku adaptif. Ia mampu mengekspresikan emosi, menjalin interaksi sosial secara selektif, serta mengikuti kegiatan terapi dengan kooperatif. Namun demikian, kondisi mentalnya masih fluktuatif dan memerlukan pemantauan serta pendampingan lanjutan, terutama saat menghadapi tekanan atau stres. Dimas menunjukkan mekanisme coping dengan menyendiri dan sesekali meminta bantuan farmakologis seperti obat tidur. Hal ini menunjukkan pentingnya kolaborasi antara relawan

pendamping dengan tenaga profesional seperti psikolog atau psikiater untuk menangani kasus ODGJ secara lebih komprehensif.

Efektivitas terapi spiritual sebagai bagian dari intervensi psikologis sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan antara pendamping dan klien, serta dukungan lingkungan sosial yang inklusif. Peran relawan sebagai fasilitator, pendidik, dan pendukung teknis sangat penting dalam menciptakan ruang pemulihan yang aman dan bermakna bagi ODGJ. Oleh karena itu, upaya peningkatan kapasitas pendamping melalui pelatihan dan sinergi antarprofesi menjadi hal yang krusial dalam menciptakan sistem pendampingan yang lebih efektif, manusiawi, dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afkariana, R. N. Efektivitas Terapi Spiritual Untuk Rehabilitasi Mental Orang Dengan Gangguan Kejiwaan (Odgj) Di Yayasan Dhira Suman Tritoha Serang Banten (Bachelor's thesis, Falkutas Dakwah Dan Komunikasi).
- Amanda, Y., Maharani, N. F., Sari, V. N., Rianti, S. A., & Siregar, A. N. (2024). Strategi Bimbingan Spritual dalam Menanggulangi

- Kecemasan dan Depresi bagi Pasien Orang Dalam Gangguan Jiwa. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3(4), 1783-1796.
- Dilah. S., & Nadhira, Y. F. (2024). Peran Dukungan Sosial Dalam Pemulihan Bagi Anak Yang Mengalami Depresi Berat. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 10(4), 343-344
- Fadlilah, U., & Aedi, U. (2025). Peran Bimbingan Rohani Islam dalam Membentuk Spiritualitas Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di RPS PMKS Pamardi Raharjo Banjarnegara. *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 5(1), 55-62.
- Maulida, D., Sahera, G. A., Faishol, L., & Prihmaningrum, V. (2024). Optimisme dalam Keterbatasan: Bimbingan Rohani Islam dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien dengan Diagnosis F06. 8. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 3(2), 65-76.
- Nadlifuddin, M. I., Azizah, U. N., Nurfatika, L. A. S., Hikmah, B. W., & Yanti, D. (2024). Analisis Kebijakan Rehabilitasi pada Orang dengan Gangguan Jiwa di Yayasan Indocharis. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial (Rehsos)*, 6(2).
- Ulfah, M. (2024). Dukungan Sosial Keluarga terhadap Orang dalam Gangguan Jiwa (ODGJ) Perspektif Barat dan Islam. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(9), 10197-10203.
- Wahyuningsih, S., & Sos, S. (2024). Komunikasi Terapeutik dan Psikoreligi Kiai: Konsep, Model, Wisata Psikoedukasi Pada Terapi Orang Dengan Gangguan Jiwa Dalam Mendukung Pengembangan Eduwisata Halal Madura. Penerbit Adab.