

Terapi Mental Spiritual Untuk Meningkatkan Ketenangan Psikologi Klien Skizofrenia di Yayasan An-Nur H. Supono

Siti Nurjanah

Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Email: sitinurjannahpbg1@gmail.com

Abstract

Schizophrenia is a mental disorder characterized by changes in perception, thought, affect, and behavior. Individuals with schizophrenia often experience symptoms such as hallucinations, making it difficult for them to distinguish between reality and imagination. They frequently hear voices originating from their own thoughts. Treatment for this condition can involve medication or therapy. One therapeutic approach used to manage the symptoms of schizophrenia is psychospiritual therapy, which helps individuals understand and respond to their inner self and express it through behaviors aligned with religious values. Forms of psychospiritual therapy include practices such as ablution (wudhu), recitation of the Qur'an, ruqyah, and dhikr. At the An-Nur H. Supono Foundation, therapy is implemented through reading Iqro and the Qur'an on Mondays, reciting sholawat on Tuesdays, studying fiqh on Wednesdays, conducting ruqyah on Thursdays, and delivering khitobah on Fridays. This study aims to analyze the effectiveness of psychospiritual therapy in improving the mental calmness of schizophrenia patients at the An-Nur H. Supono Foundation. A qualitative method was used, with data collected through observation and interviews with a counselor treating schizophrenia patients. The results indicate that after one week of therapy, two out of three patients no longer experienced delusions, hallucinations, or disorganized thinking as before, demonstrating improved psychological calmness. These findings suggest that psychospiritual therapy can serve as a viable approach in the treatment of schizophrenia.

Keywords: Schizophrenia, Spiritual Healing, Mental Tranquility

Abstrak

Skizofrenia adalah gangguan mental yang ditandai dengan adanya perubahan pada persepsi, pikiran, afek, dan perilaku. Penderita skizofrenia biasanya mengalami gejala seperti halusinasi mereka sulit membedakan antara yang nyata dan yang khayalan, mereka juga sering mendengar suara-suara yang berasal dari pikirannya sendiri. Untuk mengobati penyakit tersebut bisa menggunakan obat-obatan maupun terapi. Beberapa pendekatan terapi yang dapat dilakukan untuk menangani gejala pada pasien skizofrenia salah satunya adalah dengan terapi psikospiritual, yaitu sebuah usaha terapi yang dilakukan untuk membantu individu memahami dan merespon jiwanya kemudian

menampakkannya dalam sikap, agar perilaku serta perbuatannya sesuai dengan nilai-nilai agama, bentuk terapi mental spiritual biasanya berupa wudhu, Al-Qur'an, ruqyah, dan dzikir, seperti yang dilakukan di Yayasan An-Nur H. Supono, bentuk terapinya yaitu dengan membaca Iqro dan Al-Qur'an pada hari senin, membaca sholawat pada hari selasa, ngaji fiqih pada hari rabu, ruqyah pada hari kamis, dan khitobah pada hari jum'at. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis efektifitas terapi mental spiritual terhadap peningkatan ketenangan pasien skizofrenia di Yayasan An-Nur H. Supono. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Hasil data diperoleh melalui observasi dan wawancara kepada salah satu konselor yang menangani pasien skizofrenia di Yayasan An-Nur H. Supono. Hasil data yang telah diperoleh kemudian diolah dan dianalisis untuk mengidentifikasi pengaruh terapi spiritual terhadap ketenangan jiwa pasien skizofrenia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi mental spiritual Al-Qur'an, sholawat, fiqih, ruqyah, dan khitobah selama satu minggu dua dari tiga pasien tidak lagi mengalami gejala delusi, halusinasi dan gangguan pikiran seperti sebelumnya hal ini menandakan adanya peningkatan ketenangan. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi mental spiritual dapat menjadi salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengobati pasien skizofrenia.

Kata kunci: *Skizofrenia, Terapi Spiritual, Ketenangan.*

A. PENDAHULUAN

Skizofrenia adalah penyakit mental serius yang ditandai oleh perubahan perilaku, afek, persepsi, dan proses berpikir.¹ Skizofrenia merupakan penyakit mental berat yang menyebabkan gangguan pada proses berpikir. Seseorang yang mengalami skizofrenia tidak dapat membedakan antara sesuatu yang nyata dan yang hanya khayalan. Penyakit ini dapat menyebabkan seseorang sulit untuk berpikir, mengingat, maupun memahami masalah yang terjadi. Ciri-ciri gejala dari penyakit ini adalah delusi dan halusinasi. Menurut perkiraan di atas 90% penderita penyakit ini sering mengalami halusinasi, oleh karena itu seseorang dengan penyakit ini sering mendengar suara-suara dalam pikirannya sendiri dan melihat hal-hal yang tidak nyata.²

Penyebab utama hilangnya produktivitas adalah penyakit mental, yaitu skizofrenia. Hal ini disebabkan karena penderita skizofrenia lebih rentan terhadap stres, lebih bergantung, dan memiliki kekurangan yang signifikan dalam kemampuan, produktivitas, dan interaksi dengan orang lain. Penyakit mental skizofrenia juga menyebabkan masalah dalam kehidupan seseorang, yang secara alami menurunkan kualitas hidup mereka dan membebani keluarga serta masyarakat luas.³ Oleh karena itu perlu solusi untuk mengatasi penyakit skizofrenia, salah satu solusi dalam penyembuhan penyakit ini adalah dengan terapi mental spiritual.

Terapi mental spiritual merupakan sebuah usaha terapi yang dilakukan untuk menolong dan/atau membantu individu memahami dan merespon jiwanya kemudian menampakkannya dalam sikap, perilaku serta perbuatan sesuai dengan nilai-nilai agama. Dalam prosesnya, terapi berwawasan islam ini dilakukan dengan dimensi ibadah, berefek sosial dan bermuatan teologis tidak semata-mata bersifat kemanusiaan, artinya adalah bahwa terapi yang diberikan secara islami mencakup pada keseluruhan aspek kehidupan, baik dalam *hablum minallah dan*

¹ Lilin Rosyanti, Veny Hadju, and Indriono Hadi, "Pendekatan Terapi Spiritual Al-Quranic Pada Pasien Skizoprenia Tinjauan Sistematis" 10, no. 1 (2018).

² Gustri Hayati, "Pengaruh Murottal Al-Qur'an Sebagai Terapi Kesehatan Untuk Pasien Skizofrenia Di Yayasan Aulia Rahma Kemiling Bandar Lampung," 2021, 1–76.

³ (Ariyani, 2013)

hablum minannas.⁴ Terdapat berbagai bentuk terapi mental spiritual, seperti wudhu, Al-Qur'an, ruqyah, dan dzikir. Klien skizofrenia dapat memperoleh ketenangan dari terapi alternatif ini. Peneliti sudah melakukan survey mengenai terapi mental sebagai salah satu metode untuk mengatasi skizofrenia di salah satu panti rehabilitasi yang ada di kabupaten purbalingga yakni di Yayasan An-Nur Haji Supono.

Yayasan An-Nur Haji Supono adalah sebuah yayasan yang fokus pada rehabilitasi sosial, khususnya untuk korban penyalahgunaan NAPZA dan orang dengan gangguan jiwa. Yayasan ini diakui sebagai Institusi Penerima Wajib Lapori (IPWL) resmi di bawah naungan Kementerian Sosial. Mereka memiliki balai pengobatan dan wisma rehabilitasi sosial mental dan narkoba, yang terletak di Desa Bungkel, Kecamatan Karanganyar, Purbalingga. Yayasan ini berperan dalam membantu masyarakat yang mengalami gangguan kejiwaan dan penyalahgunaan narkoba melalui rehabilitasi dan pengobatan.

Di panti rehabilitasi Yayasan An-Nur H. Supono terdapat beberapa pasien dengan gangguan mental salah satunya skizofrenia. Skizofrenia adalah salah satu penyakit mental parah yang menimbulkan gangguan proses berfikir. Seseorang yang mempunyai skizofrenia tak dapat membedakan antara yang nyata atau hanya hayalan.⁵ Dalam hal ini perlu adanya pengobatan baik pengobatan medis maupun non medis, pengobatan medis bisa berupa obat-obatan, sedangkan pengobatan non medis berupa terapi salah satunya adalah terapi mental spiritual, ini merupakan terapi yang dilakukan di Yayasan An-Nur H. Supono, bentuk terapinya yakni di hari senin; iqro dan al-qur'an, selasa; sholawat, rabu; fiqih, Kamis; ruqyah, dan jum'at; khitobah. Dalam hal ini peneliti ingin menganalisis keefektifan terapi mental spiritual pada pasien skizofrenia.

Spiritualitas dapat digunakan untuk mengatasi gejala yang disebabkan oleh skizofrenia. Di London, 60% terapis psikotik menggunakan strategi keagamaan

⁴ Ufaira Nabila and Noor Bakti Negoro, "Pengaruh Terapi Mental Spiritual Terhadap Kesadaran Beragama Penerima Manfaat Di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Sensorik Rungu Wicara (BRSPDSRW) Melati Bambu Apus Jakarta Timur," *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)* 8, no. 2 (2022): 125–36, <https://doi.org/10.15408/jpa.v8i2.24387>.

⁵ Hayati, "Pengaruh Murottal Al-Qur'an Sebagai Terapi Kesehatan Untuk Pasien Skizofrenia Di Yayasan Aulia Rahma Kemiling Bandar Lampung."

untuk mengatasi gejala yang dialami pasien skizofrenia, 30% dari mereka menunjukkan adanya perubahan pada kondisi mereka. Agama juga digunakan untuk mengatasi halusinasi pendengaran pada 43% pasien di Arab Saudi dan 3% pasien di Inggris. Sementara di Amerika Utara, 80% pasien menggunakan agama untuk mengatasi gejala dan kesulitan mereka.⁶ Dari sini dapat diambil Kesimpulan bahwa terapi spiritual ampuh untuk mengobati pasien skizofrenia. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada peningkatan ketenangan pada pasien skizofrenia setelah dilakukan terapi mental spiritual di Yayasan An-Nur H. Supono.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu pendekatan yang menggunakan peneliti sebagai alat utama untuk menyelidiki keadaan objek nyata.⁷ Menurut Saryono penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk menyelidiki, menemukan, menggambarkan, dan menjelaskan kualitas atau kuantitas dampak sosial yang tidak dapat dijelaskan, diukur, atau didefinisikan menggunakan teknik kuantitatif.⁸

Data didapat melalui wawancara dengan seorang konselor yang bekerja di Yayasan An-Nur H. Supono. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 yakni sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer berupa pasien skizofrenia sedangkan sumber data sekunder berasal dari buku, jurnal, dan penelitian lain yang relevan dengan penelitian. Dari wawancara tersebut diperoleh data bahwa terdapat 10 pasien penderita skizofrenia dan 3 dari mereka akan dijadikan sampel, kriteria pasien skizofrenia di Yayasan An-Nur H. Supono adalah delusi, halusinasi dan gangguan pikiran, kemudian akan diberikan terapi kepada pasien untuk melihat apakah terapi tersebut dapat menambah ketenangan psikologi atau tidak.

⁶ Hayati.

⁷ Dr. Abdul Fattah Nasution, *Metode Penelitian Kualitatif*, ed. MA Dr. Hj. Meyniar Albina, Pertama (Bandung, 2023).

⁸ Lissiana Nussifera Rifka Agustina, Pandriadi, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, 2022.

Data tersebut dikumpulkan dan diriset untuk mencari permasalahan dan metode penyelesaiannya. Data dianalisis secara kualitatif dengan langkah-langkah reduksi data, yaitu memilih dan menyaring data yang relevan dari hasil wawancara. Penyajian data, mengorganisasikan data ke dalam tema-tema terkait proses dan hasil terapi mental spiritual. Penarikan kesimpulan dengan menginterpretasi data untuk mengetahui efektivitas terapi dalam meningkatkan ketenangan psikologis klien skizofrenia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terapi mental spiritual berhasil meningkatkan psikologi klien skizofrenia

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Yayasan An-Nur Haji Supono adalah sebuah yayasan yang fokus pada rehabilitasi sosial, khususnya untuk korban penyalahgunaan NAPZA dan orang dengan gangguan jiwa. Yayasan ini diakui sebagai Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) resmi di bawah naungan Kementerian Sosial. Mereka memiliki balai pengobatan dan wisma rehabilitasi sosial mental dan narkoba, yang terletak di Desa Bungkanel, Kecamatan Karanganyar, Purbalingga. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengambil data pasien skizofrenia yang ada di Yayasan tersebut, tiga diantaranya akan menjadi sampel. Dari tiga pasien yang dijadikan sampel memiliki kriteria diantaranya delusi, halusinasi dan gangguan pikiran.

Ketiga pasien tersebut memiliki karakteristik dan keluhan sebagai berikut :

Pasien pertama laki-laki dengan inisial T berusia 38 tahun mengatakan mendengar bisikan atau suara yang mengolok-olok dirinya mengatakan kalau dia jelek dan bodoh. Pasien kedua laki-laki dengan inisial S berusia 50 tahun menganggap dirinya adalah seorang nabi yang memiliki kekuatan luar biasa dan bisa mengendalikan kejadian di sekitar. Pasien ketiga laki-laki dengan inisial F berusia 40 tahun mengatakan, “pikiran saya terasa kacau”, saya sering bingung dan sulit mengingat apa yang baru saja saya pikirkan dan ketika berbicara suka ngelantur.

Pengumpulan data dilakukan secara sistematis melalui observasi, wawancara, dan menggunakan instrumen tanda dan gejala.⁹ Hasil pengkajian sebelum diberikan terapi spiritual, pasien tampak menunjukkan gejala-gejala seperti yang sudah disebutkan di atas, untuk mengatasinya selain menggunakan obat juga diterapkan terapi spiritual, bentuk terapinya yakni di hari senin; iqro dan Al-Qur'an, selasa; sholawat, rabu; fiqih, Kamis; ruqyah, dan jum'at; khitobah. yang dilaksanakan mulai tanggal 2 Mei hingga 10 Mei 2025. Terapi ini bertujuan untuk membantu pasien meningkatkan ketenangan psikologi dan mengurangi gejala seperti delusi, halusinasi, dan gangguan berpikir. Setelah intervensi selesai, pasien diminta untuk mengungkapkan dan menceritakan perasaannya selama terapi dan setelah terapi.

Setelah diberikan terapi spiritual pasien menunjukkan penurunan gejala delusi, halusinasi dan gangguan berpikir. Beberapa gejala yang sebelumnya muncul meliputi mendengar bisikan atau suara-suara, mengaku bahwa dirinya seorang nabi, dan suka ngelantur saat berbicara sudah tidak dialami lagi saat evaluasi akhir. Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan ketenangan pasien skizofrenia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi spiritual memberikan dampak positif terhadap penurunan tanda dan gejala delusi, halusinasi, dan gangguan berpikir pasien skizofrenia. Sebelum terapi diberikan, pasien menunjukkan gejala gangguan pendengaran, kesulitan berpikir dengan baik dan mengaku sebagai nabi atau menganggap dirinya sebagai sesuatu yang tidak mungkin. Setelah tujuh hari pemberian terapi spiritual berupa membaca Iqro dan Al-Qur'an, membaca sholawat, fiqih, ruqyah, dan khitobah jumlah gejala tersebut mulai menurun, menandakan adanya peningkatan ketenangan psikologi.

Konselor memberikan terapi yakni membaca Al-Qur'an, pasien skizofrenia diminta untuk membaca surah di dalam Al-Qur'an yang dilakukan pada hari senin setelah sholat ashar, bacaan Al Qur'an ini bervariasi mulai dari

⁹ Siti Suleha, Eny Sutria, and Kamaluddin Palinrungi, "Terapi Wudhu Menurunkan Tanda Dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia" 4, no. 1 (2025): 20–25.

surah Al-Fatihah, An-Nas, Al-Ikhlâs dan lainnya, jika pasien tidak bisa membaca Al-Qur'an konselor memberikan alternatif lain yaitu dengan membaca iqro. Membaca ayat Al-Qur'an, mendapati sebanyak 8 kajian lepas yang merujuk pada membaca ayat Al-Quran. Salah satu amalan psikoterapi spiritual yang dapat mengalihkan perhatian dari pemikiran negatif atau delusi. Ini telah dibuktikan daripada 8 kajian lepas yang telah dianalisis bahwa dengan sentiasa mengamalkan membaca ayat Al-Quran dapat menurunkan gangguan halusinasi dengar suara hingga pada tahap severe, memberi ketenangan sehingga dapat mengawal emosi, mampu bekerjasama dalam proses pemulihan, meningkatkan kepercayaan diri dan meningkatkan pencerahan pemikiran.¹⁰ Hal ini menunjukkan bahwa membaca al-qur'an ampuh untuk meningkatkan ketenangan serta mengurangi gejala yang dialami pasien skizofrenia.

Kemudian di hari Selasa pasien diberikan terapi spiritual yakni dengan membaca sholawat. Sholawat secara bahasa diartikan sebagai bentuk ibadah dan doa. Secara teknis, sholawat diartikan sebagai seruan seorang hamba kepada Allah dengan kata-kata yang mulia, sekaligus ungkapan rasa syukur dan kekaguman, agar Allah senantiasa meninggikan derajat hambanya. Sholawat dianggap sebagai ibadah dan akan mendapatkan pahala jika dibaca. Sholawat juga merupakan sarana untuk menghargai dan menghormati kerasulan Nabi Muhammad SAW.¹¹ Hadits Nabi Muhammad SAW menyatakan bahwa Rasulullah SAW menganjurkan untuk memperbanyak shalawat pada hari Jumat, mencantumkan beberapa keutamaan dan keutamaan melakukannya. Berikut sabda Rasulullah SAW: *"Perbanyaklah kalian membaca shalawat kepadaku pada hari dan malam Jum'at, barangsiapa yang bershalawat kepadaku sekali niscaya Allah bershalawat kepadanya sepuluh kali"*.¹²

¹⁰ Sorotan Karya et al., "Al-Hikmah," 1985.

¹¹ Farida Salwa Azizah and Rina Prawati, "Pengaruh Terapi Sholawat Terhadap Heart Rate, Respiration Rate, Dan Saturasi Oksigen Pada Bayi BBLR Di Ruang NICU : Case Report" 2, no. 3 (2024).

¹² Rifqii Daiatul Firdaus, Taty Hernawaty, and Titin Sutini, "Penerapan Asuhan Keperawatan Pasien Dengan Gangguan Isi Pikir Waham," *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah* 3, no. 6 (2024): 3065–73, <https://doi.org/10.55681/sentri.v3i6.3018>.

Dalam penelitian Nasution (2022) dijelaskan bahwa membaca sholawat merupakan salah satu cara untuk memperkuat iman, menyucikan jiwa, memohon ampunan dosa, dan menenangkan hati. Dengan membaca sholawat, seseorang berharap untuk mendapatkan syafaat atau pertolongan dari Nabi Muhammad yang merupakan penghubung antara manusia dengan Allah SWT. Shalawat diharapkan dapat menjadi jalan agar doa terkabul, memberikan ketenangan hati, dan mendatangkan keberkahan dalam hidup.¹³ Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa shalawat memiliki dampak besar pada cara berpikir, bertindak, dan memandang dunia di sekitar kita. Amalan shalawat yang teratur akan meningkatkan kesehatan mental secara umum, mengurangi ketegangan mental dan perubahan suasana hati. Orang akan lebih mudah menghadapi rintangan hidup dengan sikap yang lebih optimis dan seimbang ketika mereka berada dalam kondisi yang tenang dan sejahtera.

Hari rabu terapi yang dilakukan adalah ngaji fiqih yakni dengan cara memberikan materi-materi fiqih dasar seperti tayamum, wudhu, sholat dan lain-lain. Tujuannya untuk menambah pengetahuan tentang Islam supaya mereka bisa menjalankan ibadah dengan benar. Meskipun belum ada penelitian sebelumnya yang meneliti tentang terapi ngaji fiqih tetapi terapi ini bisa dijadikan salah satu metode spiritual untuk penyembuhan penyakit gangguan mental seperti skizofrenia.

Pada hari kamis dilakukan terapi ruqyah. Secara etimologi, ruqyah berarti permohonan perlindungan atau doa, dzikir, serta ayat-ayat yang dibacakan kepada orang yang sakit. Secara terminologi syariah, ruqyah berarti bacaan-bacaan untuk pengobatan syariah yang didasarkan pada teks-teks tertentu dan terpercaya yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Sunnah serta mengikuti tuntunan dan protokol yang telah ditetapkan oleh para ulama.¹⁴ Dalam psikoterapi, ruqyah diartikan sebagai

¹³ Nur Azizah, Apriana Putri, and Najma Firda, "Menganalisis Pengaruh Shalawat Terhadap Ketenangan Jiwa : Pendekatan Psikologis Dan Spiritual" 2 (2024): 141–48.

¹⁴ Tutut indah Pratiwi, "METODE RUQYAH DALAM PEMULIHAN PASIEN SKIZOFRENIA (Studi Pada Yayasan Aulia Rahma Rehabilitasi Gangguan Jiwa Di Kemiling Bandar Lampung)," 2020, 1–98.

proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik dengan melalui bimbingan Al-Qur'an dan as-sunnah. Penggunaan ruqyah sebagai metode pengobatan sudah ada dasarnya dari Rasulullah yaitu sunnah Qauliyah (sabda Rasulullah), sunnah fi'liyyah (perbuatan beliau), dan sunnah taqririyah (pengakuan atau membenaran beliau terhadap jampi-jampi yang dilakukan orang lain).¹⁵ Ruqyah merupakan salah satu pengobatan yang dianjurkan Islam, agar sesuai dengan tuntutan pasien dan mencapai kondisi yang diinginkan, ruqyah harus mematuhi rukun dan komponennya. Nilai-nilai spiritual berfungsi sebagai pedoman dalam proses ruqyah yang mengintegrasikan nilai-nilai dalam tubuh dan jiwa secara seimbang, sehingga pasien dapat menjalankan fungsinya sebaik-baiknya.¹⁶ Terapi ruqyah secara umum memiliki efek positif terhadap ketenangan mental, terutama melalui penguatan spiritual, efek relaksasi, dan peningkatan kualitas ibadah. Pasien yang menjalani ruqyah sering melaporkan penurunan kecemasan, emosi yang lebih stabil, dan rasa damai dalam kehidupan sehari-hari.

Hari jum'at dilakukan terapi khitobah. Khitobah adalah pidato atau amanat yang disampaikan seorang pendakwah (mad'u) kepada sekelompok orang dalam rangka menyampaikan ajaran Islam secara lisan, baik yang berkaitan dengan ibadah mahdhoh maupun yang tidak berkaitan dengan ibadah mahdhoh.¹⁷ Khitobah ini dilakukan dengan cara menyetelkan kajian dari youtube dan sesekali mengundang kyai. Tujuannya agar pasien dapat merenungi isi dari kajian tersebut sehingga mereka bisa mengintrospeksi apa yang salah dalam dirinya dan membuat hati menjadi lebih tenang, setelah mendengarkan kajian pasien merasa lebih tenang jiwanya.

¹⁵ Diki Indriani, "Terapi Ruqyah Sebagai Upaya Dalam Meningkatkan Ketenangan Batin Pada Residen Napza Di Yayasan Sinar Jati Lampung," 2023, 1–86.

¹⁶ Jaja Suteja et al., "Konseling Spiritual Berbasis Terapi Ruqyah Dalam Mengatasi Gangguan Kesehatan Mental," *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 6, no. 2 (2024): 131, <https://doi.org/10.24235/prophetic.v6i2.16656>.

¹⁷ Erin Derostiani Hermawan, Siti Sumijaty, and Aang Ridwan, "Khitobah Walimah Sebagai Model Tabligh" 3 (2018): 411–27, <https://doi.org/10.15575/tabligh.v3i4.733>.

Setelah terapi dilakukan selama satu minggu, 2 dari 3 pasien skizofrenia menunjukkan adanya perubahan yakni penurunan gejala yang tadinya mendengar suara-suara yang menjelekkan dirinya, berhalusinasi dengan mengaku-ngaku sebagai nabi, dan berbicara ngelantur sudah tidak mengalami gejala itu lagi. Sedangkan 1 orang yang mengalami perubahan tetapi masih ada beberapa gejala yang dialaminya itu bukan karena terapinya tetapi karena pasien tersebut tidak mau mengikuti semua terapi secara rutin. Dari sini dapat disimpulkan bahwa metode terapi spiritual yang dilakukan di Yayasan An-nur H.Supono terbukti meningkatkan ketenangan pasien skizofrenia.

D. PENUTUP

Kesimpulan dari berbagai temuan penelitian menunjukkan bahwa pengembangan layanan bimbingan dan konseling (BK) di perguruan tinggi perlu mengintegrasikan pendekatan berbasis bukti dan teknologi terkini untuk meningkatkan efektivitas dan aksesibilitas.

Studi Bourdon et al. (2020) menegaskan pentingnya program konseling yang fokus pada gangguan kecemasan, depresi, dan gangguan penggunaan alkohol (AUD), yang berkontribusi signifikan pada pemanfaatan layanan kampus. Intervensi terapi perilaku kognitif (CBT) singkat untuk mahasiswa dengan ADHD yang diusulkan Van der Oord et al. juga menunjukkan hasil positif dalam mengurangi gejala inattention, memperkuat perlunya intervensi yang spesifik dan terstruktur. Selain itu, efektivitas konseling online dengan pendekatan psikodinamik selama pandemi oleh Ierardi et al. membuktikan bahwa layanan daring dapat menjadi alternatif yang penting untuk memperluas jangkauan dan menanggulangi keterbatasan akses. Pengembangan interdisipliner seperti program culinary medicine yang dilaporkan oleh Magallanes et al. meningkatkan keterampilan praktis mahasiswa dalam konseling nutrisi, menunjukkan potensi penggabungan bidang ilmu dalam praktik BK.

Teknologi AI dan *Natural Language Processing* (NLP) yang diadopsi dalam evaluasi aliansi terapeutik oleh Goldberg et al. membuka peluang baru

dalam pemantauan kualitas layanan secara real-time, meskipun masih membutuhkan penelitian lebih lanjut untuk memastikan akurasi dan implementasi praktisnya. Namun, keterbatasan yang ditemukan termasuk kebutuhan akan studi jangka panjang untuk menilai keberlanjutan intervensi, kurangnya data yang merata di berbagai konteks budaya, serta tantangan dalam generalisasi hasil karena variasi metode dan ukuran sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, Farida Salwa, and Rina Prawati. "Pengaruh Terapi Sholawat Terhadap Heart Rate , Respiration Rate , Dan Saturasi Oksigen Pada Bayi BBLR Di Ruang NICU : Case Report" 2, no. 3 (2024).
- Azizah, Nur, Apriana Putri, and Najma Firda. "Menganalisis Pengaruh Shalawat Terhadap Ketenangan Jiwa : Pendekatan Psikologis Dan Spiritual" 2 (2024): 141–48.
- Firdaus, Rifqii Daiatul, Taty Hernawaty, and Titin Sutini. "Penerapan Asuhan Keperawatan Pasien Dengan Gangguan Isi Pikir Waham." *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah* 3, no. 6 (2024): 3065–73. <https://doi.org/10.55681/sentri.v3i6.3018>.
- Hayati, Gustri. "Pengaruh Murottal Al-Qur'an Sebagai Terapi Kesehatan Untuk Pasien Skizofrenia Di Yayasan Aulia Rahma Kemiling Bandar Lampung," 2021, 1–76.
- Hermawan, Erin Derostiani, Siti Sumijaty, and Aang Ridwan. "Khitobah Walimah Sebagai Model Tabligh" 3 (2018): 411–27. <https://doi.org/10.15575/tabligh.v3i4.733>.
- Indriani, Diki. "Terapi Ruqyah Sebagai Upaya Dalam Meningkatkan Ketenangan Batin Pada Residen Napza Di Yayasan Sinar Jati Lampung," 2023, 1–86.
- Karya, Sorotan, Bersistematik Pendekatan, Spiritual Islam, Terhadap Penagih, Dadah Yang, Kesejahteraan Emosi, Mahasiswa Di, et al. "AL-HIKMAH," 1985.
- Nabila, Ufaira, and Noor Bkti Negoro. "Pengaruh Terapi Mental Spiritual Terhadap Kesadaran Beragama Penerima Manfaat Di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Sensorik Rungu Wicara (BRSPDSRW) Melati Bambu Apus Jakarta Timur." *Jurnal Penyuluhan Agama (JPA)* 8, no. 2 (2022): 125–36. <https://doi.org/10.15408/jpa.v8i2.24387>.
- Nasution, Dr. Abdul fattah. *Metode Penelitian Kualitatif*. Edited by MA Dr. Hj. Meyniar Albina. Pertama. Bandung, 2023.
- Pratiwi, Tutut indah. "Metode Ruqyah Dalam Pemulihan Pasien Skizofrenia (Studi Pada Yayasan Aulia Rahma Rehabilitasi Gangguan Jiwa Di Kemiling Bandar Lampung)," 2020, 1–98.
- Rifka agustina, Pandriadi, lissiana nussifera. *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, 2022.
- Rosyanti, Lilin, Veny Hadju, and Indriono Hadi. "Pendekatan Terapi Spiritual Al-Quranic Pada Pasien Skizoprenia Tinjauan Sistematis" 10, no. 1 (2018).

Studi, Program, and Ilmu Keperawatan. “Pengaruh Pemenuhan Kebutuhan Spiritual,” 2013.

Suleha, Siti, Eny Sutria, and Kamaluddin Palinrungi. “Terapi Wudhu Menurunkan Tanda Dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia” 4, no. 1 (2025): 20–25.

Suteja, Jaja, Tiara Hoeroliyah Safitri, Aliza Razwaty Nurrahman, and Fauziyah Nur Umamah. “Konseling Spiritual Berbasis Terapi Ruqyah Dalam Mengatasi Gangguan Kesehatan Mental.” *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 6, no. 2 (2024): 131. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v6i2.16656>.