

Psikoterapi Islam dalam Menangani Pasien Skizofrenia di Yayasan Sinar Jati Lampung

Nurpratiwi¹, Umi Aisyah^{2*}

¹²Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia

* umiaisyah@radenintan.ac.id

Keywords:	Abstract:
Islamic Psychotherapy, Schizophrenia, Mental Rehabilitation	Schizophrenia is a complex mental disorder that affects the cognitive, emotional, and behavioral aspects of sufferers. At the Sinar Jati Lampung Foundation, the majority of schizophrenia cases are caused by drug abuse. This study examines the effectiveness of Islamic psychotherapy as an alternative therapy modality in the rehabilitation of schizophrenia patients. Conventional approaches that rely on medical-pharmacological interventions often fail to adequately address the psychosocial aspects of patients. Islamic psychotherapy offers a holistic approach that integrates the spiritual dimension to achieve psychological balance and improve quality of life. The research method uses a descriptive qualitative approach with a field research design. The research subjects consisted of 7 informants: 1 counselor, 1 social worker, 1 spiritual guide, and 4 schizophrenia patients. The results of the study identified the application of Islamic psychotherapy through four stages: preparation and planning, orientation and socialization, implementation including ritual worship, dhikr, and religious studies, and evaluation of therapy progress. Islamic psychotherapy has a positive impact on the psychological and spiritual stability of patients, contributing significantly to the recovery of schizophrenia.

Recived: 2025, 03, 30; **Revised:** 2025, 05, 25; **Accepted:** 2025, 06, 30

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa sangat penting bagi setiap manusia, namun seringkali terjadi gangguan pada pikiran atau penyakit fisik yang dapat diamati melalui kondisi fisiknya, seperti kekurangan fisik, dan kondisi psikisnya, yang dapat dipahami melalui kondisi mental atau kejiwaannya. Keadaan mental yang tidak normal ditandai dengan perilaku, sikap, dan tindakan yang tidak biasa, yang menandakan bahwa kesehatan mental seseorang tidak stabil atau labil, dengan kata lain tidak normal (Ghazali 2016).

Skizofrenia merupakan salah satu gangguan jiwa yang paling parah, dan dulunya sering dikaitkan dengan kerasukan roh atau kekuatan gaib. Akibatnya, pasien sering dikucilkan, bahkan dikekang, dan diperlakukan secara tidak manusiawi. Skizofrenia dapat menyerang siapa saja, tanpa

memandang kewarganegaraan, negara, atau latar belakang sosial ekonomi dan budaya. Skizofrenia dapat terjadi karena beberapa fase: fase prodromal, fase aktif, dan fase residual. Namun, jika dideteksi sejak dini dan ditangani dengan baik, gangguan ini dapat diatasi (Juliarti Dewi 2011).

Skizofrenia merupakan salah satu gangguan jiwa yang paling kompleks dan menantang dalam bidang kesehatan jiwa. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), skizofrenia mempengaruhi sekitar 24 juta orang di seluruh dunia, atau sekitar 1 dari setiap 300 orang. Di Indonesia, prevalensi skizofrenia mencapai 400.000 orang atau sekitar 1,7 per 1.000 penduduk, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2018 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Idaiani et al. 2019).

Skizofrenia adalah kondisi kesehatan mental yang kompleks. Ini adalah gangguan psikologis yang ditandai dengan kekacauan dalam pola pikir, proses persepsi, afek, dan perilaku sosial (Sari 2019). Gangguan ini tidak hanya berdampak pada individu yang mengalaminya, tetapi juga pada keluarga dan masyarakat sekitar. Beban ekonomi dan sosial yang disebabkan oleh skizofrenia cukup besar, dengan biaya pengobatan yang tinggi dan penurunan produktivitas (Chong et al. 2016). Sebuah penelitian besar terhadap orang dewasa muda berusia 18-34 tahun yang meneliti faktor risiko skizofrenia menemukan bahwa diagnosis skizofrenia dikaitkan dengan riwayat trauma, riwayat keluarga dengan masalah narkoba, biseksualitas, penggunaan ganja, rokok, alkohol, dan penggunaan narkoba sebelum usia 16 tahun (Kevin 2020).

Pendekatan konvensional untuk mengobati skizofrenia biasanya mengandalkan terapi farmakologis dengan antipsikotik dan psikoterapi yang didasarkan pada psikologi Barat, seperti Terapi Perilaku Kognitif (CBT). Namun, penelitian menunjukkan bahwa pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek spiritual dan religius dapat memberikan hasil yang lebih optimal dalam proses penyembuhan (Koenig 2012). Hal ini sejalan dengan karakteristik masyarakat Indonesia yang mayoritas beragama dan memegang teguh nilai-nilai spiritual.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa praktik melafalkan Asmaul Husna dapat meningkatkan kualitas tidur pasien skizofrenia sebesar 37% (Hafil, Sa'adati, and Bagus 2023). Pendekatan berbasis sufi dapat membantu pasien skizofrenia dalam mencegah kekambuhan dengan menekankan aspek spiritual dan kesadaran diri (Tiza Husna and Saputri 2024). Selain itu, psikoterapi Islam untuk individu dengan gangguan jiwa dapat menggunakan metode yang berakar pada keimanan dan rasa aman, termasuk yurisprudensi Islam (syariah) dan riyadloh kubro, yang keduanya mencakup tindakan ibadah seperti shalat, zikir, dan doa (Rosidi and Aisyah 2020).

Psikoterapi Islam adalah pendekatan terapi yang mengintegrasikan prinsip-prinsip Islam dengan metode psikoterapi modern. Menurut Haque (Haque 2004), psikoterapi Islam berfokus pada penyembuhan jiwa melalui penguatan hubungan dengan Allah SWT, peningkatan kualitas ibadah, dan penerapan nilai-nilai moral dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini tidak hanya menangani gejala klinis tetapi juga berusaha untuk menyembuhkan akar penyebab masalah dari perspektif spiritual.

Di Indonesia, beberapa lembaga telah mengembangkan model psikoterapi Islam untuk mengatasi berbagai gangguan jiwa. Salah satunya adalah Yayasan Sinar Jati Lampung, yang telah menerapkan pendekatan psikoterapi Islam dalam menangani pasien skizofrenia sejak tahun 2010. Yayasan ini menggunakan metode yang menggabungkan terapi Alquran, dzikir, doa, dan konseling Islami dalam program rehabilitasi mental mereka (Dokumentasi Yayasan Sinar Jati, 2023).

Pendekatan yang diadopsi oleh Yayasan Sinar Jati Lampung mencakup beberapa komponen utama: pertama, terapi Alquran melalui pembacaan dan perenungan ayat-ayat suci; kedua, terapi

dzikir untuk menenangkan jiwa dan mendekatkan diri pada Allah; ketiga, terapi doa sebagai bentuk komunikasi spiritual; dan keempat, konseling Islam yang mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologis dengan nilai-nilai Islam (Wawancara Direktur Yayasan, 2023).

Penelitian ini penting dilakukan karena beberapa alasan. Pertama, Indonesia, sebagai negara dengan populasi Muslim terbesar di dunia, membutuhkan pendekatan terapi yang sesuai dengan nilai-nilai budaya dan agama masyarakatnya. Kedua, tingginya prevalensi skizofrenia di Indonesia menuntut adanya inovasi pendekatan terapi yang lebih komprehensif dan holistik. Ketiga, pengalaman Yayasan Sinar Jati Lampung dalam menerapkan psikoterapi Islam dapat menjadi model bagi lembaga-lembaga lain di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Penelitian kualitatif dipilih karena bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena penerapan psikoterapi Islam dalam penanganan pasien skizofrenia di Yayasan Sinar Jati Lampung. Penelitian kualitatif adalah suatu pendekatan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang diberikan oleh individu atau kelompok terhadap suatu masalah sosial atau kemanusiaan (Creswell 2009). Penelitian lapangan adalah metode penelitian yang dilakukan secara langsung di lokasi penelitian untuk mendapatkan data primer melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi (Creswell 2012).

Lokasi penelitian berada di Yayasan Sinar Jati Lampung. Lokasi ini dipilih karena Yayasan Sinar Jati Lampung merupakan lembaga yang menerapkan psikoterapi Islam dalam penanganan pasien skizofrenia, sehingga relevan dengan fokus penelitian. Sumber data primer diperoleh dari empat (4) orang klien skizofrenia yang menjalani psikoterapi Islam, 1 orang informan kunci (konselor), 1 orang pekerja sosial, dan 1 orang pembimbing rohani. Teknik pemilihan subjek menggunakan purposive sampling, yaitu metode pengambilan sampel yang didasarkan pada pertimbangan-pertimbangan tertentu yang diselaraskan dengan tujuan penelitian (Zuchri Abdussamad 2019).

Semua subjek penelitian akan dimintai persetujuan tertulis setelah mendapatkan penjelasan lengkap mengenai tujuan dan proses penelitian. Partisipasi bersifat sukarela dan subjek dapat mengundurkan diri kapan saja tanpa penalti. Penelitian ini tidak akan menyebabkan kerugian fisik, psikologis, atau sosial pada subjek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Psikologis Klien Skizofrenia di Yayasan Sinar Jati

Berdasarkan wawancara dengan konselor, terlihat bahwa pasien di Yayasan Sinar Jati Bandar Lampung yang menderita gangguan psikotik skizofrenia mengalami beberapa masalah, seperti kesulitan merawat diri, sulit berkomunikasi, menarik diri dari pergaulan, dan tidak dapat memulai aktivitas atau menikmati kehidupan sehari-hari, merasa selalu cemas dan curiga.

Gejala-gejala gangguan ini memiliki berbagai faktor pemicu, tetapi penyebab pasti gangguan ini masih belum diketahui. Namun, ada beberapa faktor yang jelas dapat meningkatkan risiko terkena gangguan ini, termasuk lingkungan sosial, dinamika keluarga, kondisi kehidupan yang penuh tekanan, dan penggunaan narkoba. Permasalahan yang dialami oleh klien skizofrenia dapat dilihat pada tabel berikut:

Table 1: Kondisi Klien Skizofrenia

Nama	Usia	Penyebab	Kondisi
RS	25 Tahun	Penyalahgunaan obat dan juga lingkungan yang salah	Gelisah, menutup diri dan emosinya datar
EK	30 Tahun	Pemakai narkotika	Pembicaraan tidak jelas, tertutup, emosinya datar
GN	32 Tahun	Penyalahgunaan obat terlarang	Pembicaraan tidak jelas, acuh tak acuh, dan tidak bisa fokus
DM	25 Tahun	Konsumsi obat-obatan terlarang	Emosi datar, tidak peduli dengan sekitar, tidak fokus dan menutup diri.
AW	48 Tahun	Depresi akibat permasalahan keluarga	Emosi tidak stabil, tidak fokus dan mudah lupa ketika berbicara

Pelaksanaan Psikoterapi Islam untuk Klien

Psikoterapi Islam adalah pendekatan terapi yang mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologi dengan ajaran Islam. Dalam menangani pasien dengan skizofrenia. Yayasan Sinar Jati di Lampung merupakan lembaga kesejahteraan yang berfokus pada pemulihan pasien gangguan jiwa yang sebagian besar disebabkan oleh narkoba, psikotropika, atau zat adiktif lainnya. Yayasan ini menggunakan berbagai terapi, salah satunya adalah psikoterapi Islam, dimana pasien diajak untuk mengolah emosi dan menyadari bahwa dengan mendekatkan diri kepada Allah, perasaan mereka dapat menjadi tenang. Kegiatan psikoterapi Islam di Yayasan Sinar Jati, yang meliputi pembacaan doa-doa Islam, shalat, dan mendengarkan ajaran Islam, tidak memerlukan persiapan yang panjang. Hal ini karena kegiatan tersebut dilakukan di masjid dan merupakan bagian dari rutinitas pasien, dan semua pasien didorong untuk berpartisipasi. Rancangan kegiatan meliputi perencanaan, evaluasi, dan tindak lanjut, serupa dengan proses kegiatan lainnya.

Table 2: Jadwal Kegiatan Psikoterapi Islam

1. Seleksi calon klien	Klien yang sudah memenuhi kriteria yang ditetapkan oleh konselor dan pembimbing spiritual
2. Waktu pelaksanaan kegiatan psikoterapi Islam	Sholat wajib sesuai jadwal dilakukan 5 waktu, sedangkan Ta'lim dilaksanakan setelah sholat ashar, dan zikir dilakukan setelah sholat malam setiap hari jumat.
3. Materi <i>ta'lim</i> dan dzikir yang akan disampaikan	Materi tentang pembacaan lafadz-lafadz dzikir yang biasa dibacakan setelah solat,
4. Tujuan yang ingin Dicapai	Tujuan yang ingin dicapai agar pasien mampu mengontrol pikiran dan prilakunya kearah yang positif
5. Menyiapkan sarana dan Prasarana	Seperti Mushollah, karpet/sejadah, Al-quran, buku dzikir, tasbih.

Pelaksanaan psikoterapi Islam yaitu dzikir doa dan ta'lim dilakukan dengan menggunakan beberapa pendekatan, yaitu melalui rumus dasar empat sifat Nabi Muhammad SAW, yaitu shiddiq,

amanah, tabligh, dan fathonah. Selain itu, juga mengilhami esensi menjadi seorang pekerja sosial yang memiliki prinsip simpati, empati, dan tanggung jawab. Dilengkapi dengan niat untuk memberikan perlindungan, kesejahteraan, dan kegotongroyongan dalam berbagai kegiatan. Semua itu dilakukan melalui buku panduan kegiatan harian yang tersusun dengan baik. Secara rinci pelaksanaan psikoterapi Islam di Yayasan adalah sebagai berikut:

1. Persiapan dan Perencanaan

Perencanaan kegiatan psikoterapi Islam. Tahap awal dari setiap kegiatan adalah proses perencanaan, dan tahap perencanaan psikoterapi Islam di Yayasan Sinar Jati telah dilakukan dengan cukup baik. Hal ini dibuktikan dengan adanya penjadwalan kegiatan. Kedepannya dapat dilakukan perbaikan dalam penjadwalan kegiatan dengan mengelompokkan pasien ke dalam kelompok-kelompok berdasarkan penyakit masing-masing. Dari aspek lainnya, perencanaan yang ada sudah dapat dikatakan cukup representatif untuk layanan psikoterapi Islam bagi pasien skizofrenia.

Berdasarkan uraian di atas, langkah pertama dalam tahap persiapan atau perencanaan adalah konselor dan pembimbing rohani menyeleksi calon klien yang akan mengikuti kegiatan psikoterapi Islam. Calon pasien dipilih berdasarkan beberapa kriteria, seperti masa rehabilitasi minimal dan kondisi calon pasien yang harus memenuhi kriteria untuk mengikuti kegiatan psikoterapi islami, serta mempersiapkan sarana dan prasarana yang diperlukan.

2. Orientasi

Pada tahap orientasi program psikoterapi islami di Yayasan Sinar Jati, konselor akan memperkenalkan pasien skizofrenia yang akan mengikuti program. Hal ini meliputi konselor, pembimbing rohani, atau pekerja sosial yang akan memimpin program, tempat pelaksanaan program seperti masjid, materi yang akan disampaikan, dan proses pelaksanaan sesuai dengan kontrak yang telah disepakati antara pasien dan konselor.

Kontrak yang dimaksud meliputi durasi atau waktu kegiatan, proses kegiatan, dan evaluasi akhir kegiatan, di mana pasien akan dimintai umpan balik atas kegiatan psikoterapi Islam yang telah dilakukannya.

3. Pelaksanaan Psikoterapi Islam

Dalam pelaksanaan psikoterapi Islam di Yayasan Sinar Jati Lampung, penulis mengidentifikasi beberapa faktor yang menghambat efektifitas proses psikoterapi. Di antaranya adalah pelaksanaan terapi yang dilakukan secara berkelompok, di mana semua pasien - termasuk pasien skizofrenia, ODGJ jenis tertentu, dan pasien rehabilitasi narkoba - dikelompokkan dalam satu kegiatan. Pendekatan ini tentu saja mengurangi efektivitas psikoterapi Islam untuk pasien skizofrenia.

Keterbatasan pembimbing rohani juga berkontribusi pada kurang optimalnya pelaksanaan terapi. Namun, hal ini juga berdampak positif terhadap hubungan kekeluargaan di antara para pasien, karena mereka menjadi lebih dekat melalui saling membantu dalam setiap kegiatan dan tidak merasa terasingkan di lingkungan yang penuh dengan orang-orang baru.

4. Evaluasi

Evaluasi merupakan proses akhir dari kegiatan psikoterapi Islam yang dilakukan. Evaluasi ini dilakukan pada setiap akhir sesi psikoterapi Islam. Konselor dan pembimbing rohani selalu mengevaluasi atau menilai perkembangan atau perubahan sikap dan perilaku pasien skizofrenia dari setiap pertemuan. Konselor dan pembimbing rohani mencatatnya dalam laporan kegiatan

untuk melihat apakah ada perkembangan sikap dan perilaku pasien selama pertemuan berlangsung.

Setelah pelaksanaan kegiatan psikoterapi islami bagi pasien skizofrenia di Yayasan Sinar Jati Lampung, langkah yang tidak kalah penting adalah tahap evaluasi. Yakni dengan meninjau kembali beberapa kegiatan yang telah dilakukan untuk menemukan kekurangan dan kelebihanannya. Sehingga kegiatan selanjutnya berjalan dengan optimal. Pada tahap evaluasi ini, pembimbing dan konselor Yayasan telah melakukannya dengan baik, terbukti dengan selesainya pelaksanaan kegiatan, konselor dan pembimbing langsung melakukan evaluasi, terlihat juga keefektifan proses psikoterapi yang dilakukan. Hingga saat ini sudah banyak pasien skizofrenia yang dipulangkan karena dinyatakan sudah dalam kondisi yang baik dan mampu berpikir logis. Juga pengakuan dari beberapa sampel pasien yang peneliti ambil di lapangan. Mereka mengaku senang dan tenang ketika melakukan kegiatan psikoterapi Islam, sehingga mereka pun berkembang seperti sekarang.

Selain dari penjelasan di atas, yang mempengaruhi keberhasilan kegiatan psikoterapi Islam bagi pasien skizofrenia juga tidak lepas dari dukungan keluarga, lingkungan terdekat, dan masyarakat itu sendiri. Terdapat unsur-unsur penting yang mempengaruhi keberhasilan pelaksanaan kegiatan psikoterapi Islam bagi pasien skizofrenia di Yayasan Sinar Jati Lampung, unsur-unsur tersebut antara lain adalah unsur Internal dan unsur Eksternal, yang penulis uraikan dalam penjelasan berikut ini:

1. Unsur Internal psikoterapi Islam yang dimaksud adalah unsur keberhasilan kegiatan psikoterapi Islam yang berasal dari teknik atau metode dalam kegiatan itu sendiri, atau hal-hal yang mempengaruhi kegiatan psikoterapi Islam, antara lain lingkungan terapeutik dan komunikasi terapeutik.

Lingkungan terapeutik di Yayasan Sinar Jati Lampung yaitu mushola yang ada merupakan lingkungan terapeutik, dimana pasien skizofrenia yang menjalani psikoterapi Islam akan merasa aman, nyaman, dan dapat fokus untuk mengembalikan fungsi spiritualnya secara utuh dengan membangun kegiatan-kegiatan religius yang positif. Menurut konselor Yayasan Sinar Jati Lampung, kegiatan psikoterapi Islam dilakukan sebagai bagian dari pemberian layanan proses penyembuhan yang memiliki tujuan utama agar pasien dapat berpikir secara mandiri tentang dirinya, masalah yang dimiliki, dan bagaimana cara menyelesaikan masalahnya secara mandiri.

2. Unsur eksternal keberhasilan kegiatan psikoterapi Islam adalah hal-hal yang mempengaruhi kegiatan ini yang berasal dari luar metode pelaksanaan psikoterapi Islam yang diberikan kepada pasien skizofrenia di Yayasan Sinar Jati Lampung. Unsur eksternal keberhasilan psikoterapi Islam meliputi dukungan dari berbagai pihak, baik dukungan dari keluarga maupun dari masyarakat dan lingkungan sosial sekitar.

Dukungan Keluarga, Dukungan keluarga merupakan bentuk kepedulian yang diberikan oleh anggota keluarga dalam membantu anggota keluarga dengan gangguan jiwa yang sedang menjalani pemulihan dari masalahnya. Dukungan keluarga sangat mempengaruhi proses kesembuhan pasien, seperti yang diketahui, setelah pasien selesai menjalani proses penyembuhan, pasien akan dikembalikan kepada keluarga, hal ini berarti keluarga akan mengambil alih proses penyembuhan secara keseluruhan dan menjaga kestabilan kondisi pasien. Dengan begitu kondisi pasien akan tetap terjaga dan secara perlahan dapat kembali ke masyarakat dengan baik. Selain itu, kepedulian masyarakat sekitar terhadap kondisi pasien gangguan jiwa yang sedang berjuang untuk bangkit dari keterpurukannya menuju kehidupan yang lebih baik. Dukungan masyarakat dapat berupa perlakuan yang adil antar sesama anggota masyarakat dan tidak mengucilkan pasien baik secara verbal maupun nonverbal yang berujung pada stigma atau

bahkan diskriminasi yang dapat mengganggu proses pemulihan pasien skizofrenia dalam mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat.

Signifikansi Pelaksanaan Psikoterapi Islam pada Klien Skizofrenia di Yayasan Sinar Jati Lampung

Pelaksanaan psikoterapi Islam bagi klien skizofrenia di Yayasan Sinar Jati Lampung merupakan pendekatan yang mengintegrasikan prinsip-prinsip keislaman dalam proses penyembuhan gangguan jiwa, khususnya skizofrenia. Pendekatan ini bukan hanya bersifat kuratif tetapi juga rehabilitatif dan spiritual, karena mengarah pada pemulihan kondisi psikologis sekaligus religiusitas klien. Pendekatan ini berfokus pada dukungan keluarga dan masyarakat dalam mencegah kambuhnya penyakit skizofrenia, yang merupakan aspek penting dalam penanganan gangguan jiwa tersebut. Penerapan terapi berbasis spiritual ini menunjukkan potensi untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dan mengurangi gejala yang berkaitan dengan skizofrenia, sejalan dengan prinsip dukungan keluarga yang telah terbukti efektif (Mayang Ambari 2010).

Dukungan yang diberikan oleh keluarga dan masyarakat dapat membantu pasien skizofrenia dalam mencapai kemandirian dan meningkatkan kualitas hidup mereka serta memperkuat hubungan sosial yang positif, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko kekambuhan penyakit skizofrenia (Hafil, Sa'adati, and Bagus 2023). Dukungan tersebut sejalan dengan pentingnya peran keluarga dalam mencegah kambuhnya penyakit skizofrenia dan meningkatkan kesejahteraan pasien. Dalam konteks ini, dukungan keluarga terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan keberfungsian sosial pasien skizofrenia pasca perawatan, memberikan kontribusi yang besar terhadap pemulihan mereka. Secara keseluruhan, penerapan dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat dapat berperan krusial dalam proses rehabilitasi pasien skizofrenia dan mencegah kekambuhan penyakit tersebut.

Klien skizofrenia yang mendapatkan terapi berbasis Islam mengalami peningkatan stabilitas emosi dan penguatan makna hidup. Aktivitas keagamaan seperti shalat berjamaah, dzikir, membaca Al-Qur'an, serta pembinaan akhlak menjadi bagian penting dari intervensi. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa spiritualitas dapat menjadi salah satu faktor protektif terhadap gangguan jiwa berat. Terapi aktivitas kelompok yang diterapkan di Panti Rehabilitasi Trisna juga menunjukkan efektivitas dalam mengurangi halusinasi pada pasien skizofrenia (Sari 2019).

Pelibatan nilai-nilai Islam dalam terapi memungkinkan klien untuk mengalami penyembuhan secara holistik, yang mencakup dimensi fisik, psikis, dan spiritual. Bahkan, dalam beberapa kasus, klien menunjukkan penurunan frekuensi gejala psikotik dan peningkatan keterlibatan sosial setelah mengikuti program keagamaan secara konsisten. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi hubungan antara terapi berbasis spiritual dan perbaikan kondisi mental pasien skizofrenia secara lebih mendalam. Penerapan terapi aktivitas kelompok di Panti Rehabilitasi Trisna terbukti efektif dalam membantu pasien mengatasi halusinasi, meningkatkan interaksi sosial, dan mendukung proses pemulihan mereka (Tiza Husna and Saputri 2024).

Yayasan Sinar Jati mengadaptasi bentuk psikoterapi Islam secara kontekstual dengan mempertimbangkan budaya lokal dan kondisi sosial klien. Pendekatan ini mencerminkan fleksibilitas model intervensi Islam dalam menghadapi masalah kejiwaan, berbeda dengan pendekatan medis murni yang cenderung berfokus pada farmakoterapi. Model intervensi ini dapat menjadi alternatif yang menjanjikan dalam penanganan skizofrenia, terutama di komunitas

yang memiliki nilai-nilai keagamaan yang kuat. Model intervensi psikoterapi Islam ini juga mengedepankan kolaborasi antara tenaga medis dan tokoh agama untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan pasien skizofrenia (Nikfarjam 2011).

Model yang digunakan bukan hanya pendekatan tafakur dan muraqabah, tetapi juga konseling spiritual berbasis tauhid dan takdir. Konselor atau terapis tidak hanya memfasilitasi pemahaman agama, tetapi juga menjadi pembimbing rohani (*murabbi*) yang mendampingi proses penyembuhan klien dari dekat. Keterlibatan konselor dalam proses ini sangat penting, karena dapat memberikan dukungan emosional dan spiritual yang diperlukan oleh klien untuk menghadapi tantangan yang muncul akibat skizofrenia. Dalam konteks ini, pendekatan psikoterapi Islam dapat berfungsi sebagai jembatan antara aspek spiritual dan kesehatan mental, memberikan harapan baru bagi klien skizofrenia dalam proses penyembuhan. Dalam hal ini, kolaborasi antara tenaga medis dan komunitas dapat memperkuat dukungan sosial yang diperlukan untuk keberhasilan terapi pasien skizofrenia (Irawati et al. 2023).

PANUTUP

Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa psikoterapi Islam yang diterapkan di Yayasan Sinar Jati Lampung telah berhasil dalam menangani pasien skizofrenia melalui beberapa tahapan yang terstruktur. Tahap pertama adalah perencanaan, yang melibatkan pemilihan calon pasien berdasarkan kriteria tertentu, menetapkan waktu, materi, dan sumber daya yang dibutuhkan. Tahap kedua, orientasi, bertujuan untuk memperkenalkan pasien kepada konselor dan kegiatan yang akan dilakukan. Pada tahap ketiga, pelaksanaan psikoterapi Islam, pasien berpartisipasi dalam kegiatan seperti shalat, mengingat Tuhan, dan membaca Alquran, yang memiliki efek terapeutik. Keberhasilan terapi ini dipengaruhi oleh faktor internal seperti lingkungan yang mendukung dan komunikasi terapeutik, serta faktor eksternal seperti dukungan dari keluarga dan masyarakat. Pada tahap akhir, dilakukan evaluasi dengan meminta umpan balik dari pasien mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Hasil evaluasi ini menjadi indikator untuk menentukan langkah konseling selanjutnya. Secara keseluruhan, psikoterapi Islam menunjukkan potensi positif dalam mendukung pemulihan pasien skizofrenia, baik pada aspek spiritual maupun sosial.

Implikasi dari temuan penelitian ini sangat luas dan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan model intervensi kesehatan jiwa di Indonesia. Psikoterapi Islam dapat menjadi alternatif atau pelengkap yang efektif untuk pengobatan konvensional, terutama dalam konteks masyarakat Indonesia yang mayoritas beragama Islam. Pendekatan ini tidak hanya relevan secara budaya, tetapi juga telah terbukti secara praktis efektif dalam membantu proses pemulihan pasien skizofrenia.

Penelitian ini juga membuka peluang untuk pengembangan lebih lanjut di bidang psikoterapi berbasis agama yang dapat diadaptasi ke berbagai kondisi dan latar belakang. Keberhasilan Yayasan Sinar Jati Lampung dalam menerapkan psikoterapi Islami dapat menjadi model yang dapat direplikasi di panti-panti sejenis di seluruh Indonesia, dengan penyesuaian yang diperlukan sesuai dengan karakteristik lokal di masing-masing daerah.

DAFTAR REFERENSI

- Chong, Huey Yi, Siew Li Teoh, David Bin Chia Wu, Surachai Kotirum, Chiun Fang Chiou, and Nathorn Chaikyapapruk. 2016. "Global Economic Burden of Schizophrenia: A Systematic Review." *Neuropsychiatric Disease and Treatment* 12:357–73. <https://doi.org/10.2147/NDT.S96649>.
- Creswell, John W. 2009. "Qualitative, Quantitative, and Mixed-Methods Research." *Microbe Magazine* 4 (11): 485–485. <https://doi.org/10.1128/microbe.4.485.1>.
- . 2012. *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Edited by Paula A. Smith. *Sustainability (Switzerland)*. Fourth Edi. Vol. 11. University of Nebraska–Lincoln.
- Ghazali, Bahri. 2016. "10. Kesehatan Mental 1 Ok." *Early Childhood Education Journal*, no. November 2019, 1–102.
- Hafil, Ach. Shodiqil, Tatik Imadatus Sa'adati, and Muhamad Bagus. 2023. "The Effectiveness of Islamic Psychotherapy with Zikr Asmaul Husna in Improving the Sleep Quality of Schizophrenic Clients in UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri." *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science* 7 (2): 153–62. <https://doi.org/10.30762/happiness.v7i2.1318>.
- Haque, A. 2004. "Psychology from Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists." *Journal of Religion and Health* 43, 357–377 (2004) 43:357–77.
- Idaiani, Sri, Indri Yunita, Dwi Hapsari Tjandrarini, Lely Indrawati, Ika Darmayanti, Nunik Kusumawardani, and Rofingatul Mubasyiroh. 2019. "Prevalensi Psikosis Di Indonesia Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018." *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan* 3 (1): 9–16. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i1.1882>.
- Irawati, Kellyana, Ferika Indarwati, Fahni Haris, Jing-Yi Lu, and Yin-Hwa Shih. 2023. "Religious Practices and Spiritual Well-Being of Schizophrenia: Muslim Perspective." *Psychology Research and Behavior Management* 16 (March):739–48. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S402582>.
- Juliarti Dewi. 2011. *No Title*.
- Kevin, Volkan. 2020. "Schizophrenia: Epidemiology, Causes, Neurobiology, Pathophysiology, and Treatment" 3 (4).
- Koenig, Harold G. 2012. "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications." *ISRN Psychiatry* 2012:1–33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>.
- Mayang Ambari, Kartika Prinda. 2010. "Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Keberfungsian Sosial Pada Pasien Skizofrenia Pasca Perawatan Di Rumah Sakit." Other, Universitas Diponegoro. <https://eprints.undip.ac.id/10956/>.
- Nikfarjam, Masoud. 2011. "The Efficacy of Religious Training (Prayer) on the Improvement of the Schizophrenic Patients' Quality of Life at Sina Psychiatric Hospital (Bakhtiari Province, 2011)." *Journal of Arak University of Medical Sciences* 13 (5): 133–38.

- Rosidi, Rosidi, and Umi Aisyah. 2020. "Psikoterapi Islam Untuk Penyembuhan Penderita Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren Al-Hikmatul Qur'an Kecamatan Kedondong Kabupaten Pesawaran." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 10 (2): 132–40. <https://doi.org/10.29080/jbki.2020.10.2.132-140>.
- Sari, Puspita. 2019. "Dinamika Psikologi Penderita Skizofrenia Paranoid Yang Sering Mengalami Relapse." *Psikoislamedia Jurnal Psikologi* 4 (2): 124–36.
- Tiza Husna, Mai, and Meza Saputri. 2024. "Sufism as Psychotherapy to Overcoming Relapse in Schizophrenic Patients Tasawuf Sebagai Psikoterapi Mengatasi Relaps Pada Penderita Skizofrenia" 21 (1): 2655–5034.
- Zuchri Abdussamad, Dr. H. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif. Sustainability (Switzerland)*. Vol. 11.