

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Indonesia sendiri permasalahan kesehatan mental akhir-akhir menjadi perhatian masyarakat. Pada tahun 2019 banyak ditemukan kasus bunuh diri yang menyebabkan gangguan kesehatan mental dan salah satunya adalah depresi. Menurut data yang di peroleh oleh *WHO* angka bunuh diri karna depresi di Indonesia adalah 1,8 per 100 ribu jiwa atau sekitar 5000 orang pertahun. dan terus meningkat setiap tahunnya¹

Salah satu masalah pada kesehatan mental sendiri adalah depresi, Depresi merupakan penyakit mental yang umumnya terjadi di masyarakat, yang awalnya di mulai dari stres yang tidak dapat diatasi, sehingga seseorang dapat jatuh dalam gangguan depresi. Penderita depresi umumnya mengalami gangguan seperti emosi, motivasi, fungsional dan gerakan tingkah laku serta kognisi.²

Depresi pada laki-laki merupakan kesehatan yang tidak bisa diremehkan dan dipandang sebelah mata, laki-laki akan menunjukkan tanda tanda penurunan kualitas hidup. Tanda tanda tersebut seperti mudah marah dan juga menurunnya interaksi, komunikasi dan sulit berhubungan dengan sekitar, membahayakan diri sendiri, merasa tidak berharga. Laki-laki yang mengalami depresi akan terus berpikir negative dan menyimpang dan cenderung akan mneyalahkan diri sendiri

¹ Primalita Putri Distina, "Pengembangan Dimensi Psychological Well-Being Untuk Pengurangan Risiko Gangguan Depres," *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* 10 (2019): 10.

² Dr.Nmora Lumonnga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi* (Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri, 2019), 35.

dan menyebabkan penyimpangan kognitif baik terhadap dirinya, dilingkungan maupun masa depannya dan akan selalu menafsirkan hal-hal yang terjadi di sekitarnya secara negative serta pengambilan keputusan yang tidak tepat.³

Dalam buku *Diagnostic and staticical menual of mental disorder* (DSM) beberapa gejala lain dari depresi adalah bertambah atau berkurangnya secara drastic berat badan,seringkali merasa lelah dan kehilangan energi,lamban dalam berpikir sulit kosentrasi,hingga sampai memiliki untuk bunuh diri. Gejala-gejala ini muncul dalam waktu setiap hari,seseorang dapat dikatakan mengalami depresi apabila memunculkan gejala tersebut dalam waktu minimal dua minggu dan terjadai setiap hari.⁴

Menurut hasil laporan riset kesehatan dasar terdapat hasil yang menunjukkan bahwa pravalensi penduduk berusia lebih dari 15 tahun yang mempunyai masalah kesehatan mental emosional sebanyak 6,0% yaitu sekitar 37,728 orang mengalami gangguan kesehatan mental.⁵ Seseorang yang memiliki masalah kesehatan maka harus mendapatkan penanganan khusus dalam rangka mengatasi permasalahan-permasalahan yang menyangkut kejiwaan. Salah satunya dengan melakukan metode rehabilitasi.⁶

Pengertian dari Rehabilitasi sosial sendiri adalah suatu rangkaian yang bertujuan untuk melakukan aksi pencengahan, peningkatan penyembuhan, serta

³ Christira Ireena Wilhelmina Bolla, "Well-Being Pada Laki-Laki Dewasa Madya Yang Belum Menikah" (Yogyakarta, Universitas Sanata Dharma, 2021), 30.

⁴ Rudi Maslim, *Diagnosis.Gangguan Kejiwaan rujukan Ringkas Dari PPGDJ-III DSM 5* (Jakarta: Bagian Ilmu kedokteran jiwa FK-Unika Amatjaya., 2019).

⁵ Christella Dessy Natallia, "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Pshological Well-Being Pada Mahasiswa Yang sedang Mengerjakan Skirpsi" (Surabay, Universitas,Surabaya, 2019), 10.

⁶ Zakiah Darajat, *Kesehatan Mnetal* (Jakarta: PT. Gunung Agung, 2004), 34.

proses pemulihan kondisi penderita gangguan jiwa.⁷ Di pondok pesantren rehailitasi sendiri menggunakan terapi psikospiritual yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental sehingga mampu memiliki kualitas spritual.

Pondok pesanten rehabilitasi Darun Najah sendiri terletak di provinsi Jawa Timur di Kabupaten Kediri. Di dalam pondok pesantren ini terdapat beberapa santri putri yang ingin belajar menghafal Al-Quraan. Selain itu terdapat juga santri putra yang sedang menjalankan proses rehabilitasi yang mana memiliki permasalahan seperti gannguan jiwa,pecandu narkoba dan juga pecandu minuman keras. Di bawah didikan pemilik pesantren yaitu abah Moh. Jalalen para santri laki-laki mereka akan di didik untuk tetap menjalankan perintah agama seperti sholat dan juga belajar membaca Al-Quraan. ⁸

Berdasarkan hasil wawancara dan juga observasi yang dilakukan dengan pengurus pondok pesantren pada tanggal 15 Juni 2022 telah mendapatkan berbagai macam informasi seperti jumlah santri yang melakukan proses rehabilitasi pada saat ini adalah berjumlah 11 orang. Peneliti sendiri membagikan skala *getriatik Depression Yesavage*, dengan tujuan mengetahui apakah ada santri dengan gejala depresi di Pondok pesanten rehabilitasi Darun Najah, dari hasil skala tersebut menunjukkan bahwa dari 11 orang terdapat 4 orang dengan gejala depresi, 2 santri menunjukkan gejala berat, 1 santri gejala sedang, 1 santri dengan gejala ringan.⁹

⁷ Darajat, 40.

⁸ Hasil Observasi dan wawancara dengan pengurus pondok pesantren 15 juni 2022

⁹ Hasil Observasi pada santri 29 Oktober 2022

Dari hasil observasi dengan beberapa santri di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah dalam pelaksanaan aktivitas tersebut menunjukkan bahwa terdapat sebuah pembagian kelompok dalam aktivitas harian para santri yang telah di tentukan oleh para pengurus pondok pesantren. Hal ini dibuktikan oleh hasil observasi peneliti ketika ikut langsung dalam aktivitas harian para santri¹⁰

Selain melakukan aktivitas harian yang telah diberikan oleh para pengurus santri-santri tersebut juga melakukan beberapa terapi psikospiritual untuk membantu proses pemulihan para santri. Dari uraian diatas maka penulis untuk membahas sebuah penelitian yang berjudul Gambaran terapi psikospiritual pada santri dengan gejala depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah Kabupaten Kediri.

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana Tingkat depresi pada santri dengan keluhan depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah sebelum diberi terapi
2. Bagaimana Tingkat depresi pada santri dengan keluhan depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah sesudah diberi terapi
3. Bagaimana dampak terapi psikospiritual terhadap Tingkat depresi pada santri dengan keluhan depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah sesudah diberi terapi

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui Tingkat depresi pada santri dengan keluhan depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah sebelum diberi terapi

¹⁰ Hasil Observasi dan wawancara dengan Pengurus Pondok Pesantren 15 Juni 2022

2. Untuk mengetahui Tingkat depresi pada santri dengan keluhan depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah sesudah diberi terapi
3. Untuk mengetahui dampak terapi psikospiritual terhadap Tingkat depresi pada santri dengan keluhan depresi di pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah sesudah diberi terapi

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi pengembangan wawasan pengetahuan dan keilmuan tentang pondok rehabilitasi kejiwaan.

2. Manfaat praktis

Secara praktis penelitian ini mengungkapkan tentang dampak terapi yang dilaksanakan oleh pondok pesantren rehabilitasi. Diharapkan penelitian ini bisa memberikan kontribusi yang nyata pada dunia pendidikan dan juga dapat memberikan saran yang positif pada pondok pesantren rehabilitasi Darun Najah

E. Definisi Oprasional

1. Depresi merupakan suatu kondisi medis yang serius memiliki dampak negatif dan mempengaruhi perasaan, pemikiran dan juga perilaku seseorang. Depresi menyebabkan seseorang mengalami masalah kesehatan dan juga kehilangan minat pada kegiatan sehari-hari yang awalnya ia sukai. Depresi menyebabkan berbagai masalah emosional dan juga fisik. Oleh karena itu individu yang

mengalami gangguan depresi perlu menjalani pengobatan agar menjadi lebih baik lagi.¹¹

2. Terapi upaya pengobatan yang ditunjukkan kepada penyembuhan atau suatu kondisi patalogis atau pengetahuan tentang penyakit atau gangguan.¹²

F. Penelitian Terdahulu

1. Ericha Aditiya Raharja:SKRIPSI.“Hubungan Antara Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lanjut Usia Di Karang Werdha Semeru Jaya Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember. Pada penelitian ini menggunakan penelitian *non-eksperimental* dengan pendekatan *cross sectional*.¹³ Perbedaan terletak pada metode penelitian pada penelitian ini menggunakan metode *no-eksperimental* sedangkan pada penelitian yang akan saya lakukan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen, untuk letak persamaan yaitu sama sama menggunakan variabel depresi.
2. Novia Fetri Aliza : “Pengaruh Terapi Psikospiritual Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Remaja.” Pada penelitian ini menggunakan pendekatan quasi eksperimen dengan menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.¹⁴ Perbedaan terletak pada variabel y penelitian milik Novia menggunakan variabel kesejahteraan, pada penelitian saya menggunakan vairabel depresi. Persamaan penelitian terletak pada variabel X yang

¹¹ Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, 5.

¹² M. Hamdani Bakrhan Adz Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Fajar Pustaka Baru, 2004), 30.

¹³ Ericha Aditiya Raharja, “Hubungan Antara Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lanjut Usia Di Karang Werdha Semeru Jaya Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember” (Universitas Surabaya, 2021).

¹⁴ Novia Fetri Aliza, “Pengaruh Terapi Psikospiritual Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Remaja,” *Jurnal Suluah Komunitas*, 2021, 21.

menggunakan terapi psikospiritual dan menggunakan pendekatan quasi eksperimen

3. Rika Zuliyanti “Efektivitas Terapi Mandi Taubat Terhadap Penderita Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon Welehan Jepara” Penelitian milik Rika sendiri menggunakan pendekatan eksperimen.¹⁵ Perbedaan penelitian ini adalah pada variabel X milik Rika menggunakan Penderita Gangguan Jiwa, pada penelitian saya menggunakan santri dengan keluhan depresi. Persamaan penelitian ini adalah menggunakan pendekatan eksperimen, dan juga meneliti tentang terapi yang ada di dalam pondok pesantren.
4. Ainul Ulum. Skripsi “Rehabilitasi Pasien Gangguan Jiwa Melalui Bimbingan Rohani Di Yayasan Pendidikan Pesantren Al-Ghafur Dusun Blumen Desa Sukowiryo Kabupaten Bondowoso Tahun 2018.”¹⁶ Perbedaan penelitian terletak pada metode penelitian, pada penelitian milik Fahim sendiri menggunakan metode deksriptif, sedangkan pada penelitian saya lakukan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen. Persamaan, letak persamaan yaitu berfokus pada rehabilitasi dan juga memiliki gangguan kejiwaan.
5. Rafika Aulia dengan judul Pengaruh Shalat Dalam Menurunkan Tingkat Depresi Di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta, peneitian milik Rifka menggunakan pendekatan kuantitatif

¹⁵ Rika Zuliyanti, “Efektivitas Terapi Mandi Taubat Terhadap Penderita Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren At-Taqiy Kalipucang Kulon Welehan Jepara” (Kudus, IAIN Kudus, 2020).

¹⁶ Ainul Ulum, “Rehabilitasi Pasien Gangguan Jiwa Melalui Bimbingan Rohani Di Yayasan Pendidikan Pesantren Al-Ghafur Dusun Blumen Desa Sukowiryo Kabupaten Bondowoso Tahun 2018,” 2018.

perbedaan penelitian ini adalah terletak pada subjek pada penelitian milik Rafika subjeknya adalah wanita yang berada di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Wanita sedangkan pada penelitian saya subjeknya adalah santri laki-laki. Persamaan penelitian Rifka dengan penelitian saya yaitu meneliti tentang terapi dalam menurunkan tingkat depresi