

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguan mental depresi kini menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Sumenep, banyaknya jumlah orang yang menderita depresi menjadikan kondisi ini mengalahkan penyakit fisiologis sebagai masalah kesehatan utama. Depresi yang berkepanjangan dengan tingkat menengah atau berat dapat memperparah penyakit yang diderita seseorang bahkan menimbulkan penyakit serius. Kondisi depresi berat tanpa adanya mekanisme koping yang kuat dapat memicu tindakan bunuh diri. Hal ini menjadi masalah serius yang harus segera ditangani karena depresi dapat mengganggu psikologis yang berakibat pada gangguan mental seseorang. Depresi merupakan gangguan mental yang diderita oleh seseorang meliputi gangguan emosi, pikiran, fisik dan juga hubungan sosial. Seiring dengan dinamika perkembangan kehidupan modern yang semakin kompleks, maka kondisi psikis dalam diri manusia juga mengalami perubahan, utamanya dengan perkembangan mental dan jiwa seseorang yang telah mengalami modernisasi kultur dan gaya hidup.

Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep menyebutkan kasus gangguan mental depresi di daerah Sumenep tergolong tinggi. Sebagai upaya penanganan kasus gangguan mental depresi di Kabupaten Sumenep, Dinas Kesehatan telah memaksimalkan seluruh Puskesmas dengan menyediakan petugas khusus maupun obat-obatan. Namun kendala dalam penanganan pasien gangguan mental saat ini adalah pihak keluarga yang kurang terbuka dan masih ragu untuk membawa anggota keluarganya berobat di pelayanan kesehatan terdekat. Kebanyakan

masyarakat bersikap apatis tatkala ada salah satu anggota keluarga yang mengalami gangguan mental, padahal jika ditangani dengan baik kondisi klien dengan gangguan mental akan pulih atau normal jika mendapatkan penanganan yang tepat.

Depresi masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan didunia termasuk di Indonesia. Menurut data WHO (2016) terdapat sekitar 35 juta orang mengalami depresi. Data Riskesdas di Indonesia tahun 2013 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun keatas mencapai 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Dinas sosial propinsi Jawa timur menyebutkan jumlah penderita gangguan jiwa di Jawa timur saat ini kurang lebih berjumlah 2369 orang. Masalah gangguan kesehatan mental utamanya depresi di Kabupaten Sumenep berada pada fase fluktuatif yaitu terjadinya ketidaktetapan penurunan dan peningkatan jumlah penderitanya. Berdasarkan data statistik Dinas Kesehatan Sumenep pada tahun 2016 tercatat 510 orang penderita gangguan jiwa, naik menjadi 638 penderita ditahun 2017, kemudian turun menjadi 458 penderita pada tahun 2018.

Depresi disebabkan karena beberapa faktor, diantaranya adalah riwayat keluarga yang memiliki gangguan mental (genetik), penyalahgunaan obat-obatan terlarang, kejadian yang membuat stress, penyakit kronis, kejadian traumatik, dan lain sebagainya. Depresi yang tidak ditangani akan menyebabkan berbagai masalah yaitu kerusakan otak, sulit menjalin hubungan dengan orang lain, sulit berpikir jernih bahkan bunuh diri. Beberapa terapi digunakan pada klien yang mengalami depresi berdasarkan tipe dan besarnya gangguan fungsional yang

dialami klien. Kini masyarakat mulai menggandrungi model-model terapi berlatang belakang spiritual. Penduduk Indonesia 88,1% mayoritas masyarakatnya menganut agama Islam, sehingga Islam memiliki pengaruh yang besar dalam kehidupan masyarakat. Pondok pesantren merupakan salah satu tempat untuk menempa ilmu agama Islam, sehingga siapapun yang ingin mempelajari dan memperdalam agama Islam secara universal akan dipermudah dengan adanya pondok pesantren.

Saat ini telah bermunculan pondok pesantren yang dapat menangani atau memberikan terapi kepada orang-orang dengan gangguan jiwa seperti depresi, stress, isolasi sosial dan lain sebagainya. Salah satu Pondok Pesantren yang dapat menangani kasus depresi adalah Pondok Pesantren Al-bajigur yang terletak di Kecamatan Manding kabupaten Sumenep Madura. Pada bulan Oktober, tercatat sekitar 42 penderita gangguan mental yang menjadi santri dipondok ini, namun saat ini santri yang menetap dan menjalani pengobatan dipondok tersebut tersisa 30 orang, karena sebagian santri telah dinyatakan sembuh dan dipulangkan kerumahnya masing-masing. Metode penyembuhan yang digunakan pada pondok ini adalah dengan melakukan terapi spiritual sesuai ajaran agama Islam yang tertuang didalam Al-Qur'an.

Dalam paradigma Islam yang dituangkan di dalam Al-Qur'an, terdapat banyak sekali ayat-ayat yang membicarakan tentang kesehatan, baik itu dari segi fisik, kejiwaan, sosial dan kerohanian. Kebutuhan spiritual merupakan kebutuhan manusia untuk menghadapi penyimpangan sosial, kultural, ansietas, ketakutan, kematian dan sekarat, keterasingan sosial serta filosofi kehidupan. Spiritualitas sebagai sumber internal dalam diri manusia, menjadi sangat penting dalam

membangun filosofi hidup, memberikan makna dalam hubungan antara diri sendiri, orang lain, kelompok dan Tuhan. Tidak terpenuhinya kebutuhan spiritual dapat menimbulkan manifestasi berupa verbalisasi distress dan perubahan perilaku salah satunya adalah depresi.

Terapi spiritual yang diterapkan di Pondok pesantren Al-Bajigur menjadi solusi yang cukup efektif karena menerapkan pendekatan keagamaan sekaligus sebagai metode terapi utama. Sebagaimana firman Allah yang dituangkan dalam Al Quran surat Yunus, 27 : “wahai manusia sesungguhnya telah datang dari Tuhanmu berupa Al-Quran yang mengandung pengajaran, penawaran bagi penyakit hati (jiwa), tuntunan serta rahmat bagi orang-orang beriman”. Setiap ayat yang tercantum didalam Al Quran jika dibaca dan dihayati makna dan artinya dengan hikmat dapat memunculkan pemikiran positif sehingga berpengaruh terhadap jiwa dan psikologis seseorang. Al-Qur’an diyakini sebagai satu-satunya kitab suci yang memiliki energi daya gubah dan gubah yang luar biasa, serta semacam pengaruh yang dapat melemahkan dan menguatkan jiwa dan fisik seseorang.

Terkait dengan terapi spiritual, Al-Quran digunakan sebagai media untuk pedoman dan tuntunan terapi. Terapi spiritual yang diberikan pada orang dengan gangguan mental depresi akan menimbulkan ketenangan hati dan pikiran serta lebih pasrah, menerima dan bersyukur dengan apa yang diberikan oleh Tuhan, sehingga memunculkan pemikiran-pemikiran yang lebih baik dan rasional.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran terapi spiritual pada santri yang mengalami depresi di Pondok Pesantren Al-Bajigur Sumenep?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran terapi spiritual pada santri yang mengalami depresi di Pondok Pesantren Al-Bajigur Sumenep.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi terapi spiritual pada di Pondok Pesantren Al-Bajigur Sumenep.
2. Mengidentifikasi tingkat depresi pada santri di Pondok Pesantren Al-Bajigur Sumenep.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi santri dan keluarga

Hasil penelitian ini dapat membantu dan memotivasi santri dan keluarga untuk lebih memperhatikan anggota keluarga lainnya untuk menjaga pola hidup yang baik dan mencegah terjadinya depresi berulang.

2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan

Merupakan bahan masukan dan informasi untuk kepentingan pendidikan dan tambahan kepustakaan dalam penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya depresi.

3. Bagi Peneliti

Melatih kemampuan dalam melaksanakan penelitian di masyarakat dan menambah pengetahuan mengenai gambaran terapi spiritual yang berhubungan dengan tingkat depresi.

